

福島県学校給食研究会
栄養士部会

第100号

令和4年2月1日
福島県学校給食研究会
栄養士部会
発行責任者 櫻井 長子
担 当 いわき方部

会 報

心もほっこり 食を通した癒しの力

福島県学校給食研究会 いわき支部長 いわき市立草野中学校 校長 丹野 英雄

皆さんは「食べる」という営みを通じて、助けを求める人々を癒し続けた佐藤初女さんをご存じでしょうか。初女さんは、青森・岩木山麓の山荘に悩みや問題を抱えた人たちを迎え入れ、その声にひたすら耳を傾けた女性です。

初女さんが“食を通した癒しの力”を実感したのは10代の頃。結核を患っていた初女さんは、食べることで細胞が響き渡るように弱った体の隅々に力が行き渡るのを感じたそうです。小学校の教員を経て、戦後染め物教室を開いた頃から、初女さんの人柄と手料理を慕って自宅に人が集い、自然に悩み相談を受けるようになっていったそうです。

そうした初女さんは、『いのちをむすぶ』（集英社）のなかで次のような温かい言葉を遺しています。「食べながらおいしくって感じた時に、私は心の扉が開くって。本当に食べるってこと私はストレートに伝わるものだと思って、大事にしている。」「ともに食すことは、ともに在ること。どんなに言葉を尽くして話すより深いと

ころで通じ合えます。」

現在、コロナ禍にあって子どもたちが楽しみにしている給食の時間は、対面



せずに黙食することが求められています。それでも、給食共同調理場の職員の皆さんが作ってくださる温かいスープや味噌汁を口に含んだ時、カレーをほおばった時、味の染みた煮物を食べた時、「おいしいな〜」って表情をします。まさしく、初女さんが伝えようとしていた“心の扉”が開く瞬間がそこにあります。

さらに、子どもたちはもとより教育に携わる私たち教職員の“心の扉”をも開いてくださっていることに感謝しています。会話ができなくても対面できなくても、ともに食すことによって子どもたちと“深いところで通じ合っている”と実感が持てることを幸せに思います。

家族の食卓

福島県学校給食研究会栄養士部会 副部会長 本田 優子

先日、3年生の学級活動で「食事のマナー」の授業を実施しました。食べる姿勢やはしの正しい使い方、食べ方のルールなど、実際に動作化しながら進め、各自で実践する目標を決めました。1週間取り組んでの感想やお家の方からのコメントが記入されたワークシートには、子どもたちから、「難しかったけど、できると気持ちがいい。」「これからも続けたい。」、ご家庭からは「食事の時、一生懸命マナーを妹に教えていました。」「親自身もマナーを振り返るよい機会となりました。」との感想が寄せられました。コロナ対応のため、以前のように栄養教諭・学校栄養職員が、給食時間に学級へ出向いて食

の指導を行う機会が減っているため、今回の授業は食事のマナーを教える貴重な機会となりました。

食事中に家族で顔を合わせても、「スマホを触りながら」や「テレビをみながら」の食事になりがちなのではないでしょうか。家族揃っての食事は、その日の出来事などを話し合える団らんのもであり、食事のマナーを学ぶ大切な場でもあります。コロナ禍で会話はなくても、子どもの様子から学校での出来事を察することもあるかもしれません。食育の担い手として、家族で食卓を囲むことの意義を様々な場で伝えていきたいと思っています。

学校給食の衛生管理について

福島県教育庁 主任栄養技師 **根本 真紀子**

今年度、学校給食の衛生管理については、当課主催の「食習慣、肥満等の健康課題に対応する食育指導者研修会及び学校給食担当者会議」オンデマンド研修会での講義及び公益財団法人福島県学校給食会主催の「栄養教諭等衛生講習会」の資料において書面で説明したところです。

今年度の文部科学省初等中等教育局健康教育・食育課主催のオンライン講習会において、令和2年度の学校給食における食中毒発生件数は4件、食中毒による有症者数は4,050人との報告がありました。

本県においては平成28年度以降、学校給食での食中毒の発生はありませんが、毎年、異物混入や賞味期限切れ食品の提供といった事案は発生しています。

令和2年度、学校給食において賞味期限切れ食品が提供された事案が4件発生し、当課から注意喚起の通知を3回出しておりましたが、今年度に入っても同事案が1件発生したため、再度通知を出しております。賞味期限切れ食品の提供は、納品時の検収及び配食時の確認を確実にを行うことで防止できる事案です。

事案発生の学校給食施設については、今年度、

文部科学省支出委任事業「学校給食の衛生管理等に関する調査研究」における訪問指導を実施し、発生原因及び改善した事項について確認をしています。

検収については、「学校給食衛生管理基準」に準じた食品の検収・保管等が実施されるよう、検収責任者の立ち会いの上、納品される食品が児童生徒に提供可能な食品であるかとの視点を持って、点検及び記録をしていただきますようお願いいたします。

また、昨年度及び今年度で訪問指導を実施した学校給食施設において、衛生管理チェック表の「調理場は汚染作業区域・非汚染作業区域に明確に区分され、台車、人の行来はない。」の項目が不適となる調理場が多くありました。部屋単位で区分されている調理場においても作業動線の交差が見られましたので、食中毒発生防止の観点から、そのような箇所が無いかを確認していただきますようお願いいたします。

最後に、児童生徒が給食の時間を安全に楽しく過ごせるよう、学校給食においては「学校給食衛生管理基準」に照らした衛生管理の徹底をお願いするとともに、今後とも安全・安心な学校給食の実施をお願いいたします。

減塩の取り組み

別表「学校給食摂取基準の一部改正(食塩)の変遷」の通り、基準に合う献立作成に厳しさが増してきました。おいしさを追及しながら減塩に努めている一例を紹介します。

基本は主食・主菜・副菜・汁物・牛乳ですが、料理が増えると塩分も増えます。1食の塩分を2g未満にするためには、パン献立の場合、パンに0.6g、牛乳に0.2gの塩分が含まれているため、おかず2～3品を塩分1.2gで作ることになります。

例えば、写真1の献立の時は、具だくさんのすいとんを麴の多い減塩みそ7g(100g中塩分9.4g)とだし用鰹節3.3gで作り、麴のまろやかさでおいしく仕上げました。主菜が無いので、一人215gと少し多めに提供し、副菜の味を少し濃くしました。

汁物のだしは、鶏ガラでスープをとったり、食塩・化学調味料無添加のものを使ったりしています。また、だし用鰹節は100g中塩分が1.2～3.05gと商品差があるため、塩分の少ない商品を3～4g位使用し、一人195gで提供しています。

普段はハンバーグに手作りソースをかけて提供していますが、写真2の献立の時は、「ハンバーグはハヤシライスと一緒に召し上がり下さい。」と周知しました。また、玉ねぎを飴色になるまで炒めたり、セロリとローリエでスープをとって煮込んだりと、手間を惜しまない調理員さんの協力があることで、お

郡山市立芳賀小学校 主任栄養技師 **酒井 良枝**

いしいハヤシライスに仕上げることができました。

求められる栄養管理がますます厳しくなっていますが、栄養バランスのとれたおいしい給食を提供して子ども達の笑顔を増やしていきたいです。

別表 学校給食実施基準の一部改正(食塩)の変遷(文部科学省)

告示	施行	参考： 厚生労働省： 日本人の食 事摂取基準	小学生 低学年	小学生 中学年	小学生 高学年	中学生
平成21年 3月31日	平成21年 4月1日	2005年版	2g未満	2.5g未満	3g未満	3g未満
平成25年 1月30日	平成25年 4月1日	2010年版	2g未満	2.5g未満	2.5g未満	3g未満
平成30年 7月31日	平成30年 8月1日	2015年版	2g未満	2g未満	2.5g未満	2.5g未満
令和3年 2月12日	令和3年 4月1日	2020年版	1.5g未満	2g未満	2g未満	2.5g未満

写真1



【塩分量】

パン	0.6g
チョコクリーム	0g
牛乳	0.2g
すいとん	0.7g
わかめとじゃこのサラダ	0.4g
合計	1.9g

写真2



【塩分量】

ハヤシライス	1.1g
牛乳	0.2g
ハンバーグ	0.2g
キャベツサラダ	0.2g
デザート	0g
合計	1.7g

おいしい給食いただきます

南相馬市教育委員会 主任栄養士 鈴木 美智代

お昼を知らせるチャイムが鳴ると、「今日もおいしい給食を子ども達が食べることが出来ますように。」と心で願います。南相馬市は、鹿島区・原町区・小高区の3区に分かれており、幼稚園4園・小学校12校・中学校6校に自校や親子給食、給食センター方式にて、また直営や委託など様々な形態で給食を提供しています。

学校給食を作る仲間として全てにおいて共通理解を図ることを目的として、県や市の栄養教諭等計8名で月2回、給食の献立や食育についての話し合いを実施しています。また調理員においては、現在はコロナ禍で実施できていないのですが、直営と委託の職員全員参加の衛生管理及び施設見学等の研修会に栄養教諭等を交えて、年に4回実施することとしています。

放射性物質に対する不安払拭については、震災後から学校給食に使用する食材の事前検査・県補助事業の学校給食モニタリング検査を実施して安全を確認し、市内統一の献立を提供することにしています。その給食では、「いちおし献立」「カミカミ献立」「日本型献立」を取り入れて食育推進を図っています。

震災から10年が経過し、変わりゆく日々の中で学校給食に求められるものが多様化してきました。課題解決のためには、必ず栄養教諭等で話し合い、調理員の方々からのアイデアも取り入れて対応してきました。私は、学校現場には直接携わっていませんが、市全体の学校給食がより円滑に行われ、子ども達が安全で安心な給食を食べられるようにすることを一番の目標としています。毎日、子ども達が無事に給食を食べ終えることで、ホッと胸をなでおろすのが日課になっています。以前、ある校長先生に「普通に給食を提供することがどれほど素晴らしいことか、自信を持って下さい。」と言われたことがあります。この時、震災後に「普通の給食」を提供できるようになるまでの苦労が頭の中を駆け巡りました。給食が出来るまでには、栄養教諭等の現場の実情にあった献立の作成、調理員の技術、衛生管理に対する心構え、納入業者の方々の協力が必要不可欠になってきます。これらは、子ども達においしい給食を提供するチームです。このチームが一体となり、

給食を作り上げていかなければ「普通の給食」を提供することは出来ないと思います。栄養士はとかく独り職と言われていました。そんな中で悩みを解決するためには、相談できる仲間を持つことが大切です。私は、悩みや疑問はすぐに周りに相談するようにしています。そうすることで仲間からたくさんのアドバイスやヒントを得られ、よりよい方法で解決してこられたと感じています。反対に現場で困っていることを相談されたら、出来るだけ早急に対処し、改善策を見出すようにしています。行政の中でも、すぐ出来ることと出来ないことがあります。一番に考えるのは子ども達にとって大事なことを見逃してしまったら「おいしい給食いただきます。」の元気な声が聞こえなくなってしまうかもしれないということです。そうならないようにしなくてはといつも考えています。

昨今のコロナ禍の中で、給食の時間は「黙食」をしています。その光景があまりにも静かで寂しさを感じてしまいがちですが、子ども達は笑顔で給食を食べています。昨年、そのような状況の中で「卒業お祝い給食」「セレクト給食」を実施いたしました。反対の意見もありましたが、給食に関わる教職員が一丸となって協力し、感染対策をした上で全ての学校で実施することができました。子ども達からは「コロナ禍の中で、お祝い給食を食べられるなんて思っていなかったのととても嬉しかった。」との声があり、携わった皆で「実施できて良かった。」と笑顔で言葉を交わしました。

子ども達が笑顔で「おいしい給食いただきます。」「ごちそう様でした。」と言える、「普通の給食」を提供することがいかに大変なことかを身をもって感じています。学校給食を提供する全ての人達が、これからもそれを誇りに思っていくことが大切なことではないかと日々思っています。



令和3年度 表彰

文部科学大臣表彰

学校給食功労者 南相馬市教育委員会学校教育課 主任 栄養士 鈴木 美智代

公益財団法人福島県学校給食会表彰

学校給食優良団体	西郷村学校給食センター 会津若松市立一箕小学校 西会津町給食センター		
学校給食功労者	福島市立平野小学校 福島市南部学校給食センター 郡山市立桜小学校 須賀川市岩瀬学校給食センター 広野町立広野小学校 いわき市立菊田小学校 前いわき市教育委員会 南会津町教育委員会	栄養教諭 作業長兼技能主査 主任 栄養技師 副主任 調理員 栄養教諭 栄養教諭 主任 専門栄養技師	本田 優子 宮崎 和久 土屋 幸子 飯島 敏子 岡田 真樹 鮎瀬 美鈴 内山 久美子
県教育委員会教育長賞 (県産食材活用部門)			

永年勤続表彰

福島県教育庁健康教育課	指導主事	志賀 敦子	喜多方市立喜多方第一小学校	栄養教諭	細野 貴世
福島市立福島第三小学校	主任 栄養技師	二階堂 純子	会津若松市立若松第一中学校	栄養教諭	渡部 由布香
福島市立森合小学校	栄養教諭	渡部 ちか子	南相馬市立小高小学校	主任 栄養技師	西村 ユウ子
福島市立平野小学校	栄養教諭	本田 優子	飯館村立いたて希望の里学園	栄養教諭	佐藤 優美
二本松市立二本松北小学校	栄養教諭	畑 中歌織	南相馬市立原町第一中学校	主任 栄養技師	畠山 真由美
石川町立石川小学校	栄養教諭	福田 和子	いわき市立小名浜第一小学校	栄養教諭	松本 恵美子
塙町立塙中学校	栄養教諭	上遠野 朋子	いわき市立平第三中学校	栄養教諭	志賀 保子
会津若松市立門田小学校	主任 栄養技師	笠原 亮子			

令和4年度 行事予定

- 学校給食施設訪問実施状況点検
6～12月
- 新規採用学校栄養職員研修「宿泊研修A」
5月31日(火)～6月2日(木) 磐梯青少年交流の家
- 第17回食育推進全国大会
6月18日(土)～6月19日(日) 愛知県 常滑市
- 栄養教諭・学校栄養職員調理技術講習会
7月26日(火) 県学校給食会
- 学校栄養職員中堅教諭等資質向上研修
7月27日(水)～7月29日(金) 教育センター
- 県学校給食研究会栄養士部会研修会
7月29日(金) 郡山ユラックス熱海
- 第63回全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会
8月4日(木)～8月5日(金) 大分県
- 新規採用学校栄養職員研修「宿泊研修B」
8月30日(火)～9月1日(木) 教育センター
- 栄養教諭等衛生講習会
9月上旬 県学校給食会
(R3年度はeラーニングで開催)
- 栄養教諭・学校栄養職員研修会
10月12日(水)、10月13日(木) 県学校給食会
- 第70回全国学校給食研究協議会
日程未定 オンライン開催予定



福島県学校給食研究会栄養士部会 ホームページ

県内各地の献立表やレシピ、授業の指導案等が掲載されていますので、ご活用ください。ホームページのアドレスが分からない場合には、各方部長へお問い合わせください。

編集後記

会報発行にあたり、お忙しい中原稿をお寄せいただきました皆様に厚く御礼申し上げます。
いつの時代も「食」が大切であることに変わりありません。子どもたちの未来が、健やかで生き生きとしたものになるよう、食を通じた取り組みを続けていきましょう。