

福島県学校給食研究会栄養士部会

部会だより 10月号

文責:会津・南会津方部長 中川君枝

会津・南会津方部 研修会を紹介します

会津・南会津方部では、毎年夏休みの初め頃に第1回研修会を実施しています。

今年度は、7月24日(金)に会津若松市文化センター、会津若松市勤労青少年ホームで行いました。

1 福島県学校給食会の物資を使った料理講習会

学校給食で実際に実施したおすすめの料理や福島県学校給食会の物資で使用してみたいものを会員から募り、3名の会員が講師となって調理実習を行いました。

講 師	実習した献立
会津坂下町立学校給食センター 主任栄養技師 渡邊利恵子 様	サムゲタン風スープ
喜多方市山都学校給食センター 栄養教諭 渡部 由布香 様	チーズがんも
会津若松市立門田小学校 主任栄養技師 塚本 明子 様	高野豆腐のごまあえ おから入りいちごケーキ



使用した福島県学校給食会の主な物資

- ぱちっともち玄米 ○ やわらかがんも(食物繊維強化)
- マドレーヌカップ小 ○ 県産いちごソース ○ 豆乳クリームバター
- 無調整豆乳 ○ 有機丸大豆醤油 ○ 県産紫黒米 他

【感想】

- 調理講習会のメニューは、自分が実際に使用したことがない食品が使われていたので、参考になった。今後の給食に活かしていきたい。
- 学校給食会の物資でレシピの紹介をしていただき、さらに調理も行ったため、調理工程等を理解することができた。ぜひ給食に取り入れたい。
- 実際に給食で提供しているアイデアあふれるレシピを紹介してもらうことができた。早速9月の給食に取り入れた。

2 講義

講師 (株)明治 北日本支社仙台オフィス企画部ダイレクトリレーションー課 中屋沙希子 様
「一粒のカカオから始まる食育」～企業栄養士の食育から学ぶ～(オンライン)

(株)明治「食育セミナー」を活用し、主に企業栄養士による食育の実際を教えてくださいました。ヨーグルトやカカオに関する具体的な内容をご講義いただき、子ども向けに問いかけやクイズ形式を多く取り入れた、楽しく飽きさせないお話で、参加者は終始興味深く受講しました。



明治様からの配付資料の一部(複写禁止)

【講義内容】

- 体は少しずつ生まれ変わっている
生まれ変わる期間 皮膚…1～2か月 筋肉…2～3か月 骨…2～3年
体をつくる材料は、日々の食事からとらなければいけない。
- カカオの生産について
温暖化による異常気象がカカオの生産に影響して、カカオの価格が上昇している。
現在、森をつくりながらカカオを育てている。
- 発酵食品について
チーズはみそや醤油と相性が良い。プロセスチーズに含まれるカルシウム量は牛乳の6～7倍

【感想】

- カカオや発酵食品などを取り上げた食育活動について企業の栄養士の方から話を聞くことができ、とても貴重な機会であった。栄養教諭、学校栄養職員による食育だけでなく、企業の栄養士の方に来ていただき講演いただくことも、子どもたちにとっては記憶に残ることだと思った。
- 子どもたちの興味を引きつけるクイズ等が、食育の授業でも役に立つことを学んだ。
- カカオ豆や乳の特徴についての講義にとどまらず、温暖化や物価高騰、実際に給食への影響も考えさせられる研修であった。

研修会の開催にあたり、ご協力いただいた講師及び会員の皆様に心より御礼申し上げます。参加者の感想等から、研修会を通して会員同士の交流を深めることができたことも非常に有意義で、よりよい学校給食や児童・生徒への食育の推進に繋がっていくものと感じました。