

福島県学校給食研究会栄養士部会

部会だより 1月号

文責：県南方部長 江田 実穂

「学校給食の献立充実と職務の資質向上をめざして」

調理講習会：全学栄製品・全学栄すいせん製品を利用した調理講習会

講話：動画で伝える食育～いろいろな場面で動画を活用してみましょう！～

県南方部は、12月4日（木）に棚倉町文化センター（倉美館）で研修会を行いました。午前の研修は、全学栄製品・全学栄すいせん製品を使用した調理講習会を行い、午後の研修は、西会津町立西会津中学校 栄養教諭山口郁恵先生を講師に迎え、「動画で伝える食育～いろいろな場面で動画を活用してみましょう！～」について講話をいただきました。

【調理講習会】～全学栄製品・全学栄すいせん製品を利用した調理講習会～

（1）研修内容

テーマを「鉄分を強化したおいしい給食」として、全学栄製品・全学栄すいせん製品を使用し、献立内容の充実と多様化を図ることを目的に調理講習会を実施しました。始めに、講師の村山先生から献立の工夫や調理のポイントなどの説明をいただきました。併せて、（公財）学校給食研究改善協会と（株）SN食品研究所担当者様からも、活動内容や全学栄製品・全学栄すいせん製品についての説明をいただきました。会食中は、実際に調理で使用した感想や学校給食での活用方法などの情報交換を行いました。

（2）講師

公益財団法人学校給食研究改善協会 村山 佳子 様

（3）内容

料理名	使用した全学栄製品・ 全学栄すいせん製品		料理について
	全学栄すいせん製品		
かみかみ丼	豚レバーチップ 学校給食用カルシウム米		甘辛い味付けにごま油の風味を加えることで、レバーの臭みがなく食べやすくなっています。
豚レバー入り 松風焼き	豚レバーチップ		卵アレルギーに配慮した松風焼きです。豚レバーチップを加えて鉄分を強化しています。
ミートソース焼き	白花豆&白いんげん豆ペースト 北海道シュレットチーズ 蒸し挽き割り大豆		小麦アレルギーに配慮したグラタンです。豆が苦手でも食べやすいようにケチャップで味付けしています。
あさりと小松菜の クリームペンネ	おいしいあさり 北海道シュレットチーズ		あさりで鉄分と旨味がプラスされた、濃厚な味わいのクリームペンネです。
元気ボールと米粉 のすいとん汁	枝豆とじゃこの元気ボール		誤嚥防止や噛むことを意識できるように配合が工夫された米粉のすいとんが入った汁物です。
スキムミルク入り 水ようかん			鉄分を強化するためにゆで小豆を加えています。



(4) 参加者の感想

- 栄養教諭の経験を交えた講師の先生による説明は、とてもわかりやすく勉強になった。
- 豚レバーチップは、以前から気になっていた製品だったため、製品の特長や取り扱いを詳しく知ることができてよかった。使用量や調理方法によっては食べやすく、活用しやすいと思った。
- ミートソース焼きは、白花豆&白いんげん豆ペーストを使うことで、全体がまとまり、食べやすいグラタンになっていた。
- 使用食材の幅が広がるよい機会となった。これからの学校給食に取り入れていきたい。
- 今後も不足しがちな栄養素を摂取できるような献立や工夫を講習会で学びたい。
- 鉄分の摂取基準を満たすことが難しいため、今回の講習会で使用された製品、メニューを参考にして、給食に取り入れていきたい。
- それぞれの製品のよさを生かし、豆やレバーが苦手な子どもや、食物アレルギーを保有する子どももおいしく食べられるような工夫がされており、どの料理も学校給食に取り入れやすいと思った。
- 鉄分摂取のための工夫について、先生方と情報を共有することができてよかった。



【講話】 「動画で伝える食育」～いろいろな場面で動画を活用してみましょう！～

(1) 講師

西会津町立西会津中学校 栄養教諭 山口 郁恵

(2) 講話の内容

① いろいろな場面で動画を活用

- ・ 地場産物紹介…給食時間、おたより
- ・ 紹介…学校給食試食会
- ・ 紹介…給食調理紹介…給食時間、おたより
- ・ 紹介の準備と後片付け…給食事前指導、教職員向けおたより
- ・ 健康動画…給食時間、地域・家庭への発信
- ・ 授業動画…おたより、事後指導



② 演習「おいしいもの紹介」

- ・ 二人一組になり、市町村のおいしいものを紹介する動画を作成。



(3) 参加者の感想

- ・ 山口先生が作成した資料や、演習の進め方の説明動画がとてもわかりやすかった。
- ・ 初めて動画を作成したため、ペアで取り組めて安心した。難しかったが、手順通りに作ったら思ったよりも簡単に動画を作成することができた。苦手意識を持たずに覚えて活用していきたい。
- ・ ICT を学ぶ機会が少ないため、動画の作成方法を具体的に学ぶことができてよかったです。
- ・ 4月の給食指導（準備・後片付け）の仕方について、ぜひ動画を活用してみたいと思った。
- ・ これまで動画を使う回数は少なかったが、講話から、耳で聞くよりも目で見た方がわかりやすく、学校内で情報共有するにはとても便利だと感じた。
- ・ 実際に演習して具体的な使い方を教えていただけたので、今、手元にある動画を更にわかりやすく工夫することができると思った。来年度に向けて活用していきたい。
- ・ 動画の編集、写真撮影、音声、音源など、一つの動画を作成するためには準備が必要で、段取りよく組んで考えれば短時間で作ることができるとわかり、動画作成に挑戦してみたいと思った。
- ・ おたよりの2次元コード、地域のテレビなどを活用することで、児童生徒、保護者、学校、地域への食に関する情報の提供が行き届いていると思った。

研修会を終えて

調理講習会では、全学栄製品・全学栄すいせん製品を使って実際に調理することで、製品の特長やその魅力を知ることができました。鉄分摂取量を充足させるためには、やはり意識して献立作成をしなければ難しいと感じています。それゆえに、私たちの職務の基本である献立作成において、このような講習会でレシピをいただき、実際に調理する機会があるということは非常にありがたいと思います。

講話では、具体的にどのような場面で動画を活用しているのかを知り、食に関する指導の可能性が広がりました。さらに、演習によってICT活用の効果を実感することができました。今回学んだことをいかし、私たち作り手の思いをより身边に、わかりやすく児童生徒に伝えていきたいです。