

福島県学校給食研究会 栄養士部会

第106号

令和7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 志賀 敦子
担当 会津・南会津方部

会報

会津ならではの献立

福島県学校給食研究会 北会津支部長 会津若松市立門田小学校 校長 三浦 哲

学校給食の始まりは、1889(明治22)年に山形県鶴岡町(現・鶴岡市)の大督寺境内にあった私立忠愛小学校において、無料で学校給食を実施したことが起源と考えられていることは皆さんご存じのことと思います。一方、1806(文化3)年に会津藩校日新館で昼食が賄われ、これが全国の近代給食制度の先駆けとなったという説もあるのはご存じでしょうか。

さて、その会津若松市では、会津ならではの給食献立があるのでご紹介します。まず、「籠城食」です。これは戊辰戦争で、会津藩の武士や家族が鶴ヶ城に籠城した際に蓄えていた食糧を使って作った食事のことです。1868年の8月23日から、降伏するまでの約1か月もの間籠城し、最後には食べる物がなくなってしまったそうです。当時の籠城食は、「玄米おにぎり」「小菊南瓜と大豆のみそあえ」「たくあん」「野菜のみそ汁」「焼き栗」などだったそうです。本市の多くの小中学校では、郷土の歴史に深い関心を持ってほしいということのねらいから、このような

給食を出しています。当時の給食を再現していますが、味がおいしくなるように具材や調理方法を工夫しています。

次に、「ゆかりの地献立」です。本市には、長い歴史によって培われたゆかりのある自治体が全国各地にあります。戊辰戦争で敗れた会津藩の復興の地となった青森県むつ市をはじめ、歴史的なつながりのある70以上の市町村を「ゆかりの地」とし、それぞれにちなんだ給食を出しています。例えば、本校でのゆかりの地「青森県」の献立では、「ほたてシューマイ」「切りこんぶいため」「けの汁」「りんご」が出されました。

このように、歴史上の出来事や歴史に関わりの深い地域の食材や料理を学校給食に取り入れることにより、郷土への理解と愛情を育てる機会としています。



「栄養教諭・学校栄養職員が目指すもの」

福島県学校給食研究会栄養士部会 副部会長 田原 智代子

今年度より副部会長となりました中島中学校栄養教諭・田原智代子です。よろしくお願いたします。

7月30日に田村市文化センターにおいて、3年ぶりに福島県学校給食研究会栄養士部会研修会を参集開催しました。福島県の食に関わる現状や子どもたちの健康課題、学校における食育の推進についての講義、栄養教諭制度や学校の食育に期待することについての講演をいただきました。また、研究報告ではICTを活用した実践報告と効果的なICT活用の指導助言をいただき、充実した研修会となりました。最新情報や専門職としての必要な知識、講師の先生方

の熱意、ICTを活用等から多くのことを学んだためか、研究協議では、職務上の課題や悩みなど、会員同士が共有し課題解決への助けとなる貴重な時間になったのではないかと思います。

私たちは、日々子どもたちの命を守る衛生管理に気を配り、物価高騰に悩みながらも給食を管理し、生涯の健康のため望ましい食生活を送ることができるよう食に関する指導に取り組んでいます。課題や悩みを一人で抱え込まず会員同士で声を掛け合い、「横のつながり」を大切に、「食の楽しさ」や「食の大切さ」を子どもたちに伝えられるよう資質の向上に努めていきたいと思います。

福島県の健康教育について

福島県教育庁健康教育課 指導主事 佐瀬千恵

福島県学校給食研究会栄養士部会の皆様には、日頃より大変お世話になっております。令和6年4月に福島県教育庁健康教育課に着任しました、佐瀬千恵です。今回は、福島県の健康教育として、健康教育課が行っている「ふくしまっ子健康マネジメントプラン」の「自分手帳活用事業」についてご説明させていただきます。

自分手帳の活用は平成27年度から始まり、今年度で10年目になります。東日本大震災後、児童生徒の生活環境の変化と運動不足から肥満傾向児の出現率が増加しました。そこで、児童生徒が、健康状態や体力の状況、食生活の状況を小・中・高と継続して自分手帳に記録することで、自分の体力や健康に関心をもち、生活習慣の改善に進んで取り組むことができるように作成されました。

現在は、冊子の自分手帳を小学校4年生で配付し高校3年生まで活用することになっていますが、紛失してしまったり、学校によって活用に差があったりと、課題も出てきました。そこで、令和8年度から自分手帳をDX化し、より使いやすくなるよう、内容の検討を重ねている所です。

DX化されると、

- ① 記録内容が本人、学校、家庭の三者により共有され、迅速な教育指導、相談につなげることができる
- ② 入力した数値をグラフ化して推移を見たり、様々なデータを1枚のシートにまとめて表示したりすることで、自分の健康課題の把握・改善に生かすことができる
- ③ クラウドへの個別管理のため、紛失等の懸念をなくすることができる
- ④ インターネット環境・端末があれば、場所を問わずに活用が可能である

という利点があります。食生活の部分では、例えば「朝食について見直そう週間運動」の際に、児童生徒が自分の朝食内容を端末に入力すると、即時に集計されグラフ化されます。また、教職員側（管理者画面）では、自校の児童生徒の朝食摂取状況について把握し、その後の指導に生かすことができます。何よりも、紛失を防ぐことができるので、小学校から高等学校まで、切れ目のない健康教育を行うことができます。自分手帳の活用により、生涯にわたり自分の健康について考える「健康マネジメント能力」を育成し、健康長寿ふくしまの実現を目指していきたいと考えています。

「食における自律と自立を目指す指導」

磐梯町立磐梯第二小学校 養護教諭 吉田早希

令和4年度から本校では、「食における自律と自立を目指す指導」のテーマを掲げています。「自分で考えて自身の食についてコントロールする力〈自律〉と「自分でよりよい食を考えていく力〈自立〉」を育むことを目指して、学校・地域・家庭が連携を図りながら食育を推進しています。

児童の食における自律と自立を目指すための手段の一つとして、自分手帳の活用も積極的に行っています。年度始めには自分手帳の活用予定を提示することで、教職員間で共通理解を図り計画的に活用できるようにしています。さらに活用時には、ページ数や記入する内容を再度お知らせし担任と連携した取組をしています。

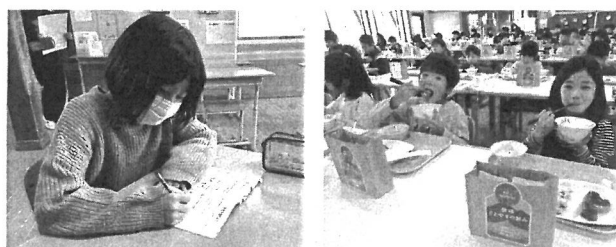
また、それに合わせて保健だよりを発行し、児童や保護者の啓発を図っています。必要に応じて、保護者から励ましのメッセージを記入してもらするなど、家族と一緒に取り組む機会も作っています。

朝食について見直そう週間運動期間には、児童がアンケートやポイントをまとめた資料を自

分手帳に貼りつけたり、生活について前回と比較してふり返ったり、朝食内容を意識したりするきっかけとなるような取組を工夫しながら活用しています。

他にも栽培体験や栄養教諭と連携した食育授業等、様々な機会に食材や生産者の方々と関わり、体験や学習を重ね、児童の食における自律と自立のために取り組んでいます。

家庭や地域との連携を大切にしている本校の食育には、たくさんの方々の支えがあります。そのような環境に感謝の気持ちを忘れずに、今後も児童の心身の健やかな成長のために、一丸となって取り組んでいきたいと思ひます。



「ふるさと広野町とつながる食に関する指導」

広野町立広野小学校（広野町学校給食共同調理場）栄養教諭 岡田 真樹

「今は山中 今は浜 今は鉄橋 渡るぞと
 思う間も無くトンネルの 闇を通して 広野原」

童謡「汽車」に歌われた風光明媚な景色が広がる広野町は、双葉郡の最南端に位置します。

広野小学校は、隣接する広野町学校給食共同調理場から給食が提供されています。東日本大震災後、地場産物の活用が難しい時期もありましたが、令和元年2学期から町産食材の使用を再開しました。本校では、この地場産物や生産者を“地域素材”として積極的に活用することで、子どもたちが地域のよさや豊かな食文化を実感し（郷土愛の涵養）、食に関わる人々とのつながりに気づき（感謝の心の醸成）、自身の食と健康にも関心を広げていけるよう（食べる力の育成）、食に関する指導を展開しています。

(1) 教科等での食に関する指導

給食指導等とのつながりを意識しながら、各教科等でも積極的に地域素材を活用しています。その一部を紹介します。

○3年 国語「すがたをかえる大豆」 理科「たねをまこう」

地元農家からいただいた大豆を豆から育てて食べます。知識だけでなく実感を伴って自然現象や食文化を理解することができます。

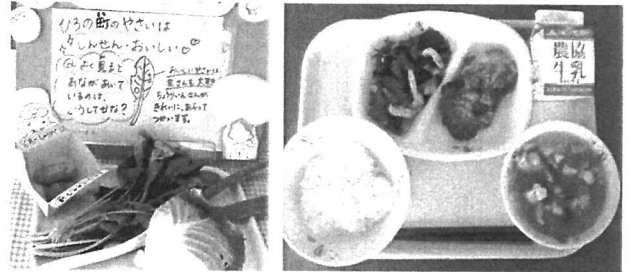


○5年 総合的な学習の時間 「広野町の『食』を応援しよう」

広野町の米作りについて学んだことを動画にまとめ、全校に伝えます。子どもの言葉で地場産物のよさや地域の思いを伝えます。

(2) 給食指導での地場産物「見える化」

給食指導では、地場産物の「見える化」を意識しています。毎月19日（食育の日）には、地場産物を知りそのよさを実感できるよう「ひろの町の **みりよくかんじる給食→ひろのミカン給食**」として、特に地場産物を多く使った献立を実施しています。

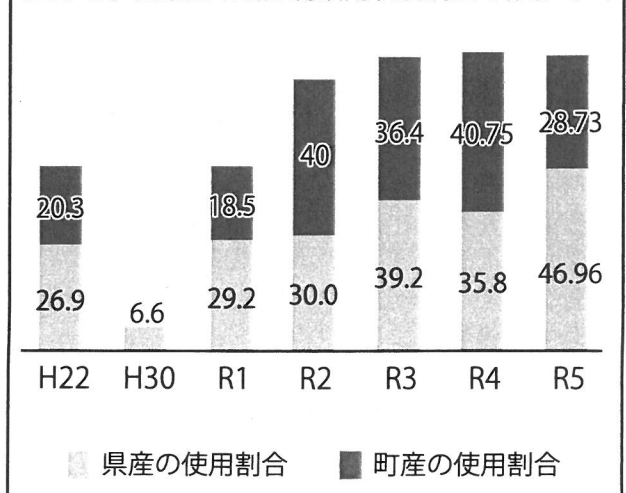


しかし、おいしい地場産物を使っても、野菜料理は敬遠されがちです。本校では、全教職員の協力のもと、給食の配り切り（適切な食事量の体得）と、相手意識（感謝の気持ち）を持ったあいさつの指導を推進しています。

(3) 地場産物活用の成果

調理員に進んであいさつする姿や、家庭で地場産物を食べた話など様々な場面で「食べる力」「感謝の心」「郷土愛」が育まれていることを感じます。付随して、地場産物活用状況調査の割合も上昇しました。魅力ある給食づくりと運営に協力してくれる生産者や調理員、先生方、そして子どもたちに感謝をしながら、今後も食育を通して健やかな「ひろのっ子」の育成に貢献していきたいと思っています。

広野町学校給食地場産物活用状況調査の推移 (%)



令和6年度 表彰

公益財団法人福島県学校給食会表彰

[学校給食優良団体]	会津若松市立城南小学校		
[学校給食功労者]	郡山市立開成小学校	主任栄養技師	永久保 小百合
	鏡石町立第一小学校	栄養教諭	福田 和子
	喜多方市立山都小学校	栄養教諭	渡部 由布香
	会津美里町立高田小学校	主任栄養技師	佐藤 千恵子
	いわき市立三和小学校	主任栄養技師	澤村 美和
	福島県立視覚支援学校	主任栄養技師	五十嵐 好恵
[県産食材活用部門]	西会津町給食センター		

永年勤続表彰

郡山市立穂積小学校 主任栄養技師 八矢 美香

令和七年度 行事予定

- 学校施設訪問実施状況点検
6月～12月 各施設
- 第20回食育推進全国大会
6月7日(土)～6月8日(日) 徳島県徳島市
- 第2回全国学校給食・栄養教諭等研究協議大会 茨城県
8月5日(火)～6日(水) 茨城県水戸市(水戸市民会館他)
- 県学校給食研究会栄養士部会研修会
7月29日(火) ユラックス熱海
- 栄養教諭等衛生講習会
9月上旬 県学校給食会
- 栄養教諭・学校栄養職員研修会
11月11日(火)～11月12日(水)



※教育センターにおける研修については、
新年度に教育センターHPでご確認ください。

福島県学校給食研究会栄養士部会ホームページ

県内各地区の「おすすめ献立」や「献立表」「給食だより」の他にも各教科等の「指導案」のひな型など、日々の業務に役立つ情報が掲載されています。また、「部会だより」では、各方部での研修会等の活動の様子を毎月掲載しています。

ぜひご利用ください。

<http://www.f-eiyou.jp/index.html>

編集後記

会報発行に当たり、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。今年度も、度重なる食材料の物価高騰や、様々な感染症の流行により、給食の調整に苦労されたかと思います。専門職である私たちは職場では少人数ですが、会員同士はもちろん、多くの方々とのつながりを大切に、子どもたちを笑顔にさせる給食提供と、食に関する指導の充実に励んでいきたいと思います。