特集

子どもたちに安全でおいしい給食を

「いただきます！」。お昼の教室に響く元気な声。小・中学校で学校生活を送る子どもたちにとって、給食の時間は待ちに待った楽しい時間です。

学校給食は、食べておいしいと感じることはもちろん、栄養バランスや歯ごたえにも配慮して作られています。自然の恵みや食材、料理を作ってくれる人への感謝の気持ちを育み、「食」を通じた学びにつなげるのも給食のねらいです。

おいしくて安全な給食をつくる

東部共同調理場レポート

三原市には、東部・西部・北部の3つの共同調理場と鷺浦小学校に調理場があり、そこで全ての市立小中学校の給食を作っています。

このうち、最も大きい東部共同調理場は糸崎にあり、小学校11校、中学校7校の約5，300人分の給食を作っています。

❶ 衛生管理

安全な給食づくりの基本です

手から肘まで洗います。爪の中は専用のブラシで

エアーシャワーでほこりなどの汚れを落とします

❷ 下処理

専用の部屋で食材の下処理、調味料の計量を行います

キャベツの芯、機械でむき切れなかった皮などは手作業で処理

野菜は前日の午後、肉類は当日の早朝に検収
異物の有無、数量、品質、産地など細かく確認

野菜は丁寧に３回洗います

材料ごとに分けます

作る分量に合わせて使用する調味料を計量

❸ 調理（1）

安全を考え野菜は加熱処理します

和え物をつくるときは、スチームコンベクションオーブンで蒸します

加熱後は、真空冷却機ですぐに冷やします

フードカッターや手作業で料理にあわせて切り方を変えます

問学校給食課
☎0848・68・0149

❹ 調理(2)

素材や調理法にこだわり、おいしさ追求しています

1,000人分を作ることができる大きな釜で力強く炒めます

連続式揚げ物機で揚げます

素材の味を生かすため、だしはかつお節や昆布、煮干からとります。カレーやシチューのルウは調理場で手作り

あくとりもおいしい給食のために欠かしません

きちんと中まで火が通っているか、食品の中心温度を確認

各クラスの人数にあわせて配缶します

調理終了前は、中心温度を３カ所必ず確認。温度管理・加熱状況には特に気を付けます。

❺ 積み込み

冷たい物は保冷剤で冷たく、温かい物は二重食缶で温かく

はかりを使って人数分を食缶へ

専用コンテナに各クラスの食缶を積み込みます

❻ 配達

時間どおりに子どもたちのもとへ

各学校専用のコンテナを荷台へ。トラックの荷台と風除室はつながっているので外気に触れません

外側から見たようす

❼ 配膳

補助する人と給食当番の子どもが協力して給食を準備

子どもたちが食器と給食を運びます

❽ 給食の時間

待ちに待った給食の始まり！

〖本日のメニュー〗
パン・いかサラダ・牛肉と野菜のスープ煮・牛乳

食材や作ってくれた人に感謝して、いただきます！

たくさんの人の思いがこもった温かい給食

三原の子どもたちが日々、口にする給食には、「心身ともに健やかにたくましく成長してほしい」という多くの人の願いが込められています。

バランスのとれた献立

献立は子どもの嗜好を考慮しつつ、成長期に必要な栄養を取り入れ、栄養士が考えています。

自校給食から共同調理場となっても、「手作りの味」を腕によりをかけて調理できるようにこだわっています。

おいしくて、栄養があり安全な給食を子どもたちに

東部共同調理場栄養士
八重垣（やえがき）遥（はるか）さん

▶(上)調理現場でも細かい調理法を調理員と相談します　(下)調理の課題などを振り返るミーティングも欠かせない業務のひとつ

「新しいメニューや家庭では食べなれない和食の献立の場合は残食率(給食が残ってきた量)が特に気になります」と話すのは、東部共同調理場の栄養士八重垣 遥さん。「給食を通して食に関する知識が増えるように」と、郷土料理や行事食を取り入れ、季節の味を大切にするため、旬の魚や野菜、果物も出すように努めています。

献立がある程度決まった後、調理員と相談して使用する食材やその切り方を決めるのも業務のひとつ。「子どもたちと作り手の調理員をつなぐ架け橋である栄養士として、献立の見直しも欠かせません」と語ります。

地産地消へのこだわり

地域で生産された農水産物などを、地域で消費することを「地産地消」といいます。

給食では、市内で生産された大根、長ねぎ、里芋、鶏肉などのほか、特産のわけぎ、れんこん、タコなどを地元食材として使っています。

子どもたちに地元の安心・安全な食材を

農事組合法人ユートピアかみなか
小野谷（おのたに）賢二（けんじ）さん
理事
上田励二（うえだれいじ）さん
重本雅人（しげもとまさと）さん

大和町大草の農事組合法人ユートピアかみなかでは、生産する農産物のうちキャベツとれんこんを給食の食材として納めています。市北部の高原地帯に位置し、昼と夜の寒暖の差が大きい大和町は、市内でも野菜の栽培に適した場所のひとつです。

「給食の食材として使ってもらう以上は、特に安全性や品質にこだわっています」と理事の上田励二さん。特産のれんこんは冬に旬を迎え、収穫は膝まで冷たい水に浸かって行なわれますが、「おいしい地元特産のれんこんを届けるため、寒さに負けずに頑張っています」と従業員の皆さんも口をそろえます。

「地元でとれた農水産物は新鮮なだけではなく、地元の水や空気で料理されて一番おいしくなる」と上田さん。子どもたちに三原の味を届けるため、より良い野菜づくりに余念がありません。

◀(上)6月中旬に収穫期を迎えるキャベツ。順調に育っています　(下)日々の手入れが安全で質の良い野菜づくりにつながります

安全・確実に運ぶ

調理場で作られた給食は、トラックなどで各学校へと届けられます。

日々の配送業務の中には、楽しみにしている子どもたちへ給食が安全・確実に届くよう、運転手の皆さんの努力があります。

運んでいるのは〝命〟だと思っています

調理場から学校へ給食を運ぶ **西永有希夫**（にしながゆきお）さん

東部共同調理場から学校へ、トラックで食器と給食を運ぶ西永有希夫さん。毎日、調理場と担当する学校との間を3～5往復しています。

運転手として40年近い経験がある西永さんですが、給食の配送には特に気を使っています。

「事故や違反を起こせば、時間通りに給食を届けることができません。遅れれば、学校や子どもに大きな迷惑をかけてしまう」と、安全運転と交通ルールの遵守を徹底してハンドルを握ります。衛生管理にも気を配り、トラックは車体や荷室も常に清潔を心掛けています。

「給食は子どもたちの成長の糧（かて）。生きていくための命の源です。大切な命を運んでいるのだと思って、細心の注意を払っています」と西永さん。今日も白衣に身を包み、心を込めた運転を続けています。

▲衛生管理を徹底し、トラックは内も外も常に清潔にしておきます

▲1個400キログラムにもなるコンテナの積み下ろしは、最も注意が必要な作業のひとつ

笑顔で届ける

調理場で作られた給食を子どもたちへ届ける最後の担い手が、各学校で配膳を補助する人たちです。

配膳や食べる時の決まりは学校ごとに違いますが、基本は食べ物や食器を丁寧に扱うこと。学びと楽しみを両立するため、大人たちが手助けしています。

子どもたちに作り手の思いが届くように

小学校で配膳を補助する **大脇君枝**（おおわききみえ）さん

「給食の先生、ありがとう」。須波小学校の配膳室には、今日も子どもたちの元気な声が響きます。そのあいさつに笑顔で応えながら、食器や食缶を手際よく手渡していく大脇君枝さん。2年前から、ここで給食の準備を手伝う配膳補助をしています。

配送されたコンテナの中を確認し、食器や食缶を学年ごとに仕分け、別に届いたパンや牛乳とセットにしていきます。給食が終われば、戻ってきた食器や残菜を整理してコンテナに入れ、再び配送車へと引き渡します。

最も気を使うのが衛生管理です。配膳室の清掃や消毒も日々の欠かせない業務。「この仕事を始めて、自分の健康にも気を付けるようになった」と言います。

「給食は調理員の皆さんが毎日、心を込めて作っています。その給食をできるだけそのまま子どもに届けることが私の仕事です」と大脇さん。給食と真心も届ける大切な橋渡し役です。

▶(上)牛乳は消毒しながら、数を確認して学年ごとに分けます　(下)低学年には運ぶのが大変な食器や食缶。声を掛けながら手渡しします

学校給食で学びを 食育推進の取り組み

国の食育基本法では、「食」は子どもたちの豊かな人間性を育み、生きる力を身に付けていくために何よりも重要なものだとしています。

学校給食は、食を学ぶための教材としても活用され、子どもたちは毎日の給食を通じて、食事の重要性や食品を選ぶ力、感謝の心、食文化などを学んでいます。

市内の小・中学校でも、給食を通じて食育を推進するさまざまな取り組みを行なっています。

▲沼北小学校６年生の給食時間のようす。子どもたちは笑顔いっぱいです

出されたものは残さずいただきます

残菜ゼロの取り組み

市内の小・中学校では食育の一環として、給食を残さず食べる「残菜ゼロ」の取り組みを行なっています。

昨年度から本格的に残菜ゼロに取り組み始めた沼北小学校。大切にしているのは、食べ物を大切にし、給食作りに関わる全ての人に感謝の気持ちを持つことです。

月１回、調理場から栄養士を招き、残さず食べることの大切さや食事のマナーなどを学年ごとに指導してもらっています。残菜ゼロの日はシールを貼ってグラフにし、児童に達成度を見えるようにする取り組みも行なっています。

昨年度、最も食べ残しが少なかった４年生は、給食のあった１７９日のうち１４９日が残菜ゼロでした。

●学校における「食育」

食の重要性
食事することの大切さや喜び、楽しさを理解する

心身の健康
成長や健康のために望ましい栄養や食事のとり方を理解し、管理する能力を身に付ける

食品を選ぶ力
正しい知識と情報に基づき、食物の品質や安全性などを判断する能力を身に付ける

▲三原市の食育推進キャラクター「そだっち」家族

感謝の心
食物を大切にし、生産などに関わる人たちに感謝する心を持つ

社会性
食事のマナーや食事を通じて人間関係をつくる能力を身に付ける

食文化
地域の産物、食文化や食に関わる歴史などを理解し、尊重する心を持つ

苦手だった野菜を好きになった

沼北小学校６年
菅原昇真（すがはらしょうま）君

トマトとゴーヤが苦手だったけど、給食で残さず食べているうちに好きになりました。栄養士の先生に、調理員さんが大きなしゃもじで給食を作っている写真を見せてもらって、大変さが分かりました。僕たちのために苦労してくださっているので、毎日残さず食べたいです。

問問い合わせ先

▲普段、子どもたちが食べている給食を保護者も体験しました（中之町小学校）

保護者の皆さんに給食への理解を

小学校の給食試食会

市内の小学校では、保護者の皆さんに給食への理解を深めてもらうため、試食会を開いています。

普段、子どもたちが食べている給食の献立がどんな考えに基づいて作られているか、調理場でどのように作られているのかなどをお知らせし、実際に給食を食べてもらっています。

先月18日には中之町小学校で、1年生の保護者を対象とした試食会がありました。参加した約20人の保護者は、給食を食べ、子どもの給食のようすを参観した後、栄養教諭から子どもに望ましい食生活や調理場の紹介、給食の栄養バランスなどについて話を聞きました。

考えられた献立と味に安心しました

保護者（中之町小学校）
谷本（たにもと） 智恵子（ちえこ）さん

試食した給食は、季節感のある献立で三原の特産物も使ってあり、味も美味しかったです。家庭では毎食、栄養バランスの整った食事を準備するのは難しいです。子どもが給食でこれだけバランスのとれた食事をしていると知って、安心しました。

給食をおいしく、楽しくするための取り組み

①校内放送

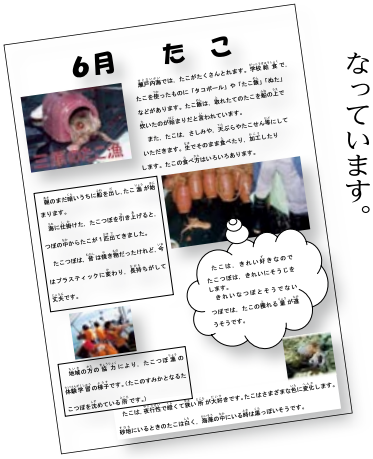
給食の時間に合わせ、各学校の子どもたちがその日の献立にまつわる話や栄養素について、元気よく放送しています。

②ランチルーム

一部の学校ではランチルームを設置し、異なる学年が一緒に給食を食べるなどして交流しています。

③給食だよりなどの発行

給食だよりや三原の特産物や栄養素について説明する資料などを配布し、食を通じて楽しく学べる取り組みを行なっています。



▲三原の特産物を紹介する資料

夏休みに給食のメニューを考えてみよう！
バランス給食メニューコンテスト

市では、小学5・6年生と中学生を対象に、三原の地場産物を使って栄養の整った給食の献立を考えてもらうバランス給食メニューのコンテストを実施しています。

目的は、子どもたちが「食」について関心を持ち、知識と選択する力を身に付けてもらうこと。市の特産物を知り、地域への愛着や地産地消への関心を育むことなどもねらいです。

募集する部門は、小・中学校それぞれのごはん・パン・めん部門。6月末に各学校を通じて応募用紙を配布し、主に夏休みの課題として取り組んでもらいます。優秀作品を11月の生涯学習フェスティバルで表彰する予定です。

問学校教育課（☎0848・67・6155）

▲カレンダーで優秀作品を紹介