

東京都の 学校給食

No.416 平成24年11月15日

編集・発行

公益財団法人
東京都学校給食会

〒113-0021

東京都文京区本駒込5-66-2

TEL 03-3822-9391 FAX 03-5815-7099



1…取組紹介 文京区立千駄木小学校

3…地域の食育活動報告

江戸川区葛西南地区

夏休み中学生クッキング教室

5…給食会だより

<http://www.togakkyu.or.jp>

取組
紹介

文京区立千駄木小学校

実践力を高めるための
体験活動や家庭との連携を
深めた食育

学校長 齊藤 純
栄養教諭 堀江 紀子



5年生 初めての田植え体験

区内における
食育の取り組み

いわゆる文教地区で閑静な住宅街
もあります。千駄木小学校は、谷
根千といわれている下町散歩道で
も有名なところにあります。

はじめに

文京区は、大学など教育機関や医
療機関もたくさんある「文の京」と

文京区では平成二〇年度より、
食育推進チームを全小・中学校の
校務分掌に位置付け、食に関する
全体計画、および年間計画を作成
してきました。さらに食育リー
ダー（主に栄養士）研修を年五回
行うなど、食育リーダーの育成を
中心として食育推進をまいり
ました。昨年より、名称を変えて、
食育推進研修会とし、対象を教員
としました。これは、食育リーダ
ーと協力して、学校全体で食育を進め
るためです。

また、昨年度文京区立小・中学校

食育推進計画を策定しました。その中の具体的な取り組みの一つとして、体験学習の実施があげられています。地域や家庭との連携も重要な施策となっています。

本校の食育の取り組み

地場産物の活用

文京区には農地がなく、海も食品工場もないので、地場産物といえるものはありません。五年前に、東京都産業労働局で農地のない都心区へ地産地消を進めるモデル校の募集があり、文京区では、本校も含め六校で東京産の農畜水産物の給食導入を推進してきたところ、現在ではほとんどの学校で活用するようになりました。さらに昨年より「とうきょう元気農場」の野菜も取り入れています。千駄木小学校では、毎月十九日の食育の日を「国産給食デー」として、調味料を含め、地場産物や国産の食材で給食を作っています。昨年の原発事故の影響で、食品中の放射線物質の不安が広がりましたが、文京区では給食や、食材の放射線物質の検査を行っています。また、本校では、食材の産地を公表したり、できるだけ、検査済みの学校給食会等の物資

を使用したりすることで、食材に対する不安の軽減を図っています。

体験活動につなげて

三年前より、生活科や家庭科の教科を通して、学年園で自分たちが普段食べている野菜を育てることによって、野菜に対する親しみや感謝の気持ちが育つような授業を行うようになりました。二年生は、学年園で豊作となったトマトを使って、夏休みのサマースクールデーで、手作りピザトーストを作りました。苦手だった野菜もずいぶん食べられるようになったといいます。さらに今年は、五年生が総合の学習として「米から生まれた日本文化」を進めています。埼玉県宮代町の「田んぼの学校」で、田植え、稲刈りを行いました。学校ではバケツ稲や、学年園で稲を栽培しましたが、すずめにほとんど食べられてしまいました。これからさらに、地域の方にお手伝いをいただいで稲わらを使った道具作りを行います。米から学びが広がっています。四年生は、東京都産業労働局と連携して、八王子の「とうきょう元気農場」で、じゃがいもの種芋、大根の種植えを行いました。農場や、農機具の見学もしました。真夏の暑さ



▶ 5年生
たわわに実った稲を刈り取りました



◀ 4年生
じゃがいもの種芋植え体験

の中での農作業体験は大変でしたが、貴重な体験となりました。十一月末には、収穫に行き、選別作業も体験します。途中の農作業を体験できないので、ネットを通じて、成長の様子を見守っているところです。

家庭との連携で食体験を深める

子供たちの食に対する知識は豊富ですが、体験が不足しているところから、まだ実践力が身に付くまでには至っていません。そこで家庭との連携が欠かせないのです。

私は、試食会やお便りだけでなく、

直接、保護者とコンタクトをとりたいと、毎年、夏休みに、全校児童に「元気な体を作る7つの約束」という宿題を出しています。これは、子供への課題だけでなく、その背後にある家庭での食生活への意識を高めたいという思いで続けているものです。六百人を超える全校児童分へのコメント書きはとても大変ですが、どの家庭ともつながっていると感じています。実感しています。



全校児童への夏休みの課題

おわりに

本校では、誰もができる食育にしようと、全教員が様々な教科や特別活動等の指導案を作成、実践しています。栄養教諭は、教員や保護者の方々の相談員ともなり、児童が生涯にわたって健やかに生きるための基礎が培われ、実践力が身につくよう、さらに食育の取り組みを深めて行きたいと思えます。

【地域の食育活動報告】

江戸川区葛西南地区

夏休み中学生

クッキング教室



今年度の夏季休業期間中に、江戸川区葛西南地区の近隣中学校4校（葛西第三中学校、東葛西中学校、南葛西中学校、南葛西第二中学校）で『夏休み中学生クッキング教室』を実施いたしました。本地区では例



8月1日 カレールウを作っているところ

年、小・中学校連携の食育の取り組みとして、小学生と保護者、中学生を対象に『夏休み親子クッキング教室』を行ってきましたが、今年度は中学生が参加しやすい条件のもと、対象を中学生に限定しました。

それに伴い、①自分で作ることの楽しさを知り、食全体への興味を深める、②という例年の目標に加え、③より高度な調理技術を学び、食の自己管理能力を育てる、④地域の中学生との交流を深め、望ましい人間関係を築く、以上3点を本クッキング教室の目標としました。

今回の中学生クッキング教室の開催にあたり、主に日程と献立内容の充実を図りました。

例年在籍校の中学生から、夏季休業中も部活動が活発なことなどから



8月1日 ナンを捏ねて成形しているところ

なかなか日程が合わず、いつも参加したくてもできない、といった声を聞いていたこと、さらに各学校間の距離もそう近くないことを踏まえ、今回は日程を夏季休業中の前半（8月1～2日）と後半（8月23～24日）の2回設け、それぞれ会場も中学校2校（家庭科室）を利用させていただきました。

そして献立内容は、対象が中学生のみということを活かし、例年より高度な調理作業を多く取り入れた、幅広いジャンルの料理、という観点で試作を含めて検討を重ねました。

結果、定番料理も、より手をかけ

た本格的なものに、また普段口にしたり、調理する機会の少ない世界の料理に挑戦してもらいたいという思いから、1日目の献立は『ルーから作る本格チキンカレー、手づくりナン、ジュレドレッシングのサラダ、ラッシー』、2日目は『パリジエンヌの味 ケーク・サレ、ニョッキ入りミネストローネ、フランマンジェブルーベリーソース、ピリッと辛いジンジャーエール』に決定しました。参加費は2日間で600円とし、



8月1日のメニュー



8月1日 カレーをお皿に盛り付けているところ

食材費と資料費に充てました。

2日間の流れは、両日ともに調理の前に、栄養士より作り方の説明と併せて、調理上のワンポイントを紹介し、さらに作業工程の例を示して、しっかりと各自の動きを考えさせてから作業にあたらせました。調理中も、生徒たちが安全に作業できるように声掛けをしながら調理台を回り、栄養士が技術指導を行いました。中学生は自分で調理することに慣れ、日常化してもらいたい年齢なので、特に計量の仕方や包丁の使い方など、調理の基礎となる事柄は付き添い指導をしました。当日の生徒たち



8月2日 調味料を計量しているところ

は、班ごとに協力し合って、各自楽しく熱心に作業に取り組んでいました。特にカレーのルーを作る工程や、ブランマンジエの粘度が出てくる様子などに興味津々でした。

そして2日間の実習終了後には今後の参考とするため、参加生徒にアンケートへの協力をお願いしました。さらに後日、参加者への会計報告・アンケート結果の集計報告に加え、当日の各生徒の様子と、2日目のメニューの1つである「ケーキ・サレ」の生まれたフランスの食文化についてのプチ情報をのせた各家庭宛の報告書を作成・配布いたしました。

今回このクッキング教室を終え、参加したほぼ全ての生徒たちから「また参加したい」という反応を得ることができ、やはり自分たちで一から作ることで、調理の楽しさを実感してくれたのだと非常にやりがいを感じました。「班のみんなで協力して料理を作ることができて良かった。もっとたくさんの国の料理を知りたい」、「いろんな知識を知ることができて良かった」、「違う中学校の人たちと交流できる場所もいい」といった意見も多く聞かれ、開催目的は達成できたのではないかと感じております。

次年度以降の実施は未定ですが、参加生徒の反応も好感触だったため、今後はもっと積極的に参加を呼びかけて、地域のイベントの1つとして根付かせることができればと考えています。

最後に、今回は助成金を利用させていただいたことで、献立内容をいつも以上に充実させることができました。改めて感謝を申しあげると同時に、地域の食育活動の際にはぜひまた活用させていただきたいと思っております。



配布レシピと各家庭宛の報告書



8月24日のメニュー

米

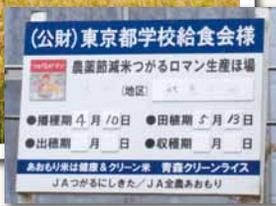
の生産地訪問 青森県・秋田県・山形県



本会では9月中旬に青森県、秋田県及び山形県の各生産地へ赴き、JA関係者や生産者から生育状況、安全・安心への取り組み状況を聴取する等、生産・管理体制を確認してまいりましたのでご紹介します。



順調に収穫される「つがるロマン」



生育状況は、いずれの産地も7～8月の降雨量が少なかったうえに日照時間も多く、高温であった影響を受け全体的に短い穂となりましたが、穂数、籾数は平年より多く4年ぶりの豊作とのことでした。

青森県では近年、生産効率の高い「まっしぐら」という品種の生産量が増え、現在、青森県内で最も多く生産される品種となっています。しかし「まっしぐら」は「つがるロマン」のように「農薬節減米」（農薬の使用量が通常栽培される米の半分以下になっている）として流通する製品は、ありません。

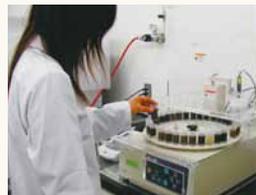
本会ではより食味に優れ、より安心してお使いいただける「つがるロマン」の生産量を確保するべく「JAつがるにしきた」と交



生き物調査

渉しました。その結果「つがるロマン」は手間がかかるところから、生産量が年々減ってきていますが、この約10年間、東京都学校給食会を通じて、東京の子どもたちに安全で食味の良い「つがるロマン」を食べていただいたことに感謝するとともに、今後も美味しく安全な「つがるロマン」の生産者を確保していきたい」と、力強い言葉をいただきました。

次に、全農青森では「環境にやさしい農業の推進」に対応するため「日本一健康な土づくり運動」を展開しており、各圃場から土壌サンプルを採取し、全農青森県本部の土壌分析センター等で成分分析を実施し、分析結果に基づ



「自動化学分析装置」による土壌分析の様子

き、肥料の適正な使用を生産者に指導しています。また、稲の刈入が終わった後にも、分析を基に再び土の状態を整え、品質の良いおいしい米を安定的に生産するための取り組みを行っています。

最後に放射性物質検査については、訪問した3県とも、玄米において「検出せず」の検査結果を得ており、安全性の確認をもって生産地訪問を終えることができました。

本会では毎年、学校に納品された米をサンプリングし、残留農薬検査・DNA検査・重金属検査（カドミウム）・一般生菌検査を実施しておりますが、昨年引き続き、新米供給前に放射性物質検査も実施しています。これらの検査で「検出せず」の結果を得ているとともに、量につきましても十分に確保いたしましたので、皆様が安心してご利用いただける24年産米の益々のご利用をお待ちしております。

親子
お菓子づくり
教室開催



去る9月8日(土)に親子お菓子づくり教室を開催しました。横浜ロイヤルパークホテルのパーティシエール 岩崎 浩実先生のご指導のもと、ぶどうゼリーとチョコレートパウンドケーキを作りました。

ケーキ生地を混ぜる作業は低学年の子供たちには力のいる作業でしたが、焼き上がったカップケーキに色とりどりのチョコスプレーやナッツで飾りつけをし、親子で楽しく完成させました。岩崎先生のデコレーションケーキのデモストレーションでは、参加者全員目が釘づけです。綺麗にデコレーションされたケーキのため息が漏れました。



親子
料理講習会
開催



「もっと知ろう、東京の食」をテーマに東京の島の食材を活用した親子料理講習会を都民の日である10月1日(月)に開催しました。当日は台風の関東地方上陸が心配されましたが、台風一過、晴天に恵まれました。

始めに東京都産業労働局農林水産部水産課企画調整係 主任 三浦 肇さんから東京の島の産物と漁獲量、トビウオ漁やくさや等について説明をしていただき、参加者は興味深く聞いていました。

調理実習の講師は電子レンジ調理、ミニシエフクラブで有名な料理研究家・管理栄養士の村上 祥子先生です。



包丁で野菜を切る、トビウオミンチを丸める等子供達も一生懸命調理していました。ムロアジメンチカツやトビウオつみれとあしたばの潮汁等出来上がった料理を試食しました。

村上先生の楽しいお話と食に対する思いが伝わる調理講習会でした。

今年度は親子でパンづくり教室、お菓子づくり教室、東京の島の食材を活用した料理教室を開催いたしました。来年度も皆様楽しく学べる講習会を企画して参ります。

平成24年度学校給食調理講習会

去る10月16日(火)に都内教育委員会、国・公・私立学校給食実施校及び共同調理場の学校栄養職員を対象に調理講習会を開催しました。講師は千葉県立保健医療大学 健康科学部栄養学科 助教 管理栄養士 杉崎 幸子先生です。

午前は給食で摂取しづらい「鉄分、食物繊維」とれる献立と米粉料理」をテーマに調理実習を行いました。多種類の豆と豆製品を主菜、サラダやデザートにも取り入れる等創意工夫されたメニューと本会取扱いの地場産物(トビウオ、ムロアジ、アシタバ)を使用した料理も実習し、試食しました。

午後からは「日本型食生活について」色々な行事と郷土食、江戸野菜等の講義をしていただき、最後は千葉県の郷土食であるまつりずしを実演してくださいました。見事な巻き寿司の切り口に拍手と歓声が上がりました。



講習会レシピはHPをご参照ください
<http://www.togakkyu.or.jp>