

# 東京都の 学校給食

No.430 平成27年3月16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 杉並区立三谷小学校  
お茶の水女子大学附属小学校
- 6…平成26年度学校給食週間  
平成27年度 学校給食関係行事予定
- 7…食材豆知識 和食文化と昆布について  
給食会だより

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

## 取組 紹介

スーパー食育スクールの取組

杉並区立三谷小学校

学校・家庭での和食推進の取組みを通じた  
社会性の向上と生活リズムの改善

校長 山岸 一良



チャンチャン焼きの調理実習

## はじめに

平成20年度より学校として生産者の顔が見える国内産を使用していくことを推進し、国産の食材のみで作る国産給食を実施している。さらに、「和食」の時は国産給食を実施することとし、安全安心な「和食給食」を提供してきた。

この間、栄養教諭の指導のもと「給食」を教材として、1・2年では栽培活動を、3年からは総合的な学習の時間や特別活動を中心に、栽培活動や体験活動を行ってきた。しかし、「食育」が「活動」に終始してしまつことが多く見られ、栽培や体験そのものが「食育」になってしまつており、興味・関心にとどまってしまうことがある。食育とは、栽培や体験活動だけでは無いということを改めて押さえていく必要があると感じている。

給食は食材を通しての学びであり、「いのち」の学習教材として具体的な場面となる。このことは食育の授業の一部に組み込み、イベント化させていくことではなく、食育を学校経営の重点に置き、学習として生活科・総合的な学習の時間で単元化を図ったり、その中で積極的に課題をもたせたり、各教科、学校行事、学級活動で「生きる力」の基礎となる取組みをすることで具現化が図れると考えている。

しかし、児童の生活のかなめであり、生きる力の基礎ともなる「食生活」は、家庭の中で「大人の夜型」の生活リズム

ムに組み込まれることで、より健全な成長を図るための実践は薄くなっているということを感じざるを得ない。

「文部科学省・スーパー食育スクール事業」において、積極的な取り組みを行うことで「家庭での実践」へ一石を投じるチャレンジと考えてみた。

「食育」に向けての保護者・地域の意識変革を図り、健全育成に関わることへの重要性を啓発しつつ、児童の学びや生活リズムの改善が少しでも図れば、学力向上の基盤となるはずである。

「学校・家庭での和食推進の取組みを通じた社会性の向上と生活リズムの改善」をテーマとし、事業の目標を

①家庭の中で「食の欧米化」が進む今、学校給食や地域生産者との交流を通して、和食の大切さ、国産食材の大切さを児童・家庭に理解させる。

②学校給食の和食割合を70%、家庭での和食朝食の割合を50%、和食夕食の割合を60%とする。

③和食を中心とした食育を実践することで、家庭を巻き込んだ食育を展開し、児童の規則正しい生活リズム改善を目指し、感謝する心や国を愛する等の社会性の正の効果を検証する。

評価指標を

①和食教育を推進し、ごはん朝食を増やすことにより早寝早起きを増やし、規則正しい生活リズムにつながることを検証する。

②生産体験を児童と保護者が共に体験する機会を増やし、感謝する心や国を愛する心、あいさつや協働する大切さなどを通し、社会性の向上がどれくらい図れるかを調査していく。



和食給食の充実



三谷小弁当の日



忍野村の水田

③学校給食の和食の割合を増やすことによって、児童・保護者の和食の関心を高め、朝食の和食の割合、夕食の和食の割合の増加を図る。

④給食の国産食材使用率を90%以上とし、地産地消等日本の自給率の向上につなげていく。

評価方法

拠点校における時系列的変化を活用した統計分析。拠点校と近隣校の比較的对照試験等の手法における統計分析を行う。

## 事業計画

### ①和食教育の充実

①学校教育全体における和食教育を推進する。

②和食料理人による保護者講演会を行う。

③親子料理教室を開催する。

④三谷小雑煮book・早寝早起き朝ごはんガイドブックを作成する。

### ②国産食材を活用した和食給食の充実

①和食給食を増やす。

②和食料理人と連携した和食給食献立を開発する。

③地産地消を導入し、国産比率の向上を図る。

### ③和食食材の栽培

①全学年で和食食材の栽培を進める。(三谷小収穫祭で使用)

②保護者による家庭でのプランター栽培の推奨を行う。

③地域の農家・都立農芸高校との連携を行う。

### ④食と農水産業に関わる方々との交流

①忍野村における田植え、稲刈り、夏野菜収穫の体験を行う。

②水産業に関わる人との交流を行う。

### ⑤地域への発信

①学年園でとれたものを地域に販売する。

②三谷祭にて忍野村のとうもろこし、北海道天塩町の鮭のあら汁を提供する。

③情報を発信していく。(リーフレット、さんやニュース、早寝早起き朝ごはんガイドブック、三谷小雑煮book、和食給食レシピ)

## 具体的な実践例

学校教育全体における和食教育として、低学年では生活科、中学年以上では総合的な学習の時間を中心に単元計画を立て食育に関わる単元を構成し、探究学習を通して実施した。また、給食指導の一貫として夏休みに食育の課題として「わが家の和食朝ごはんづくり」、冬休みに「おいしい！大好き！みそ汁大募集」を出し、意欲を高めた。

### ①総合的な学習の時間…3年「みそを作ろう」

ねらい

全校の取組として2学期はみそ汁に重点を置き、3年総合的な学習の時間では大豆の栽培、味噌作り体験、収穫祭を通し、食材としての大豆、タンパク質やみそ汁の栄養価について探究学習を通して学ばせる。

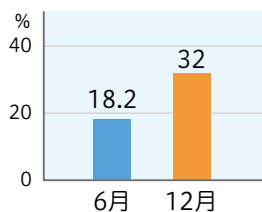
内容

大豆を煮て、つぶし米麹と塩を混ぜて樽に詰めた。毎月様子を確認し、12月に味噌が完成した。12月12日、収穫祭でみそ汁にて味わった。

効果

6月に実施した調査では、3年がみそ汁を飲んでもる割合が18.2%であったが12月に実施した食事調査では32%となり11.8ポイント上昇した。この結果は、3年が一番高い上昇となった。

### 朝みそ汁を飲みますか



6月に実施した調査では、3年がみそ汁を飲んでもる割合が18.2%であったが12月に実施した食事調査では32%となり11.8ポイント上昇した。この結果は、3年が一番高い上昇となった。

(2) 総合的な学習の時間…  
5年「われらふる里の味調査隊」

ねい  
鮭の一生について生態を知り、食材としてのいのちを学ばせる。北海道の郷土料理「チャンチャン焼き」を調理実習とおして探究活動を行い、今後の課題設定につなげる。

内容  
北海道天塩町から漁師さんに来てもらい、鮭を解体する。  
チャンチャン焼きの調理実習をする。漁師さんから直接話を聞くことで、自分のもつ課題に迫る。

効果  
全て北海道の食材を用意していただき、本場のチャンチャン焼きを実習し、人間が生きていくために命をもらっていることに気づき、食材を無駄にしないよう残さず食べることができた。



チャンチャン焼きの調理実習(鮭の解体)

(3) 教科外の指導…  
給食時間における指導  
①ランチョンマット給食

ねい  
正しい配膳の仕方を覚える。

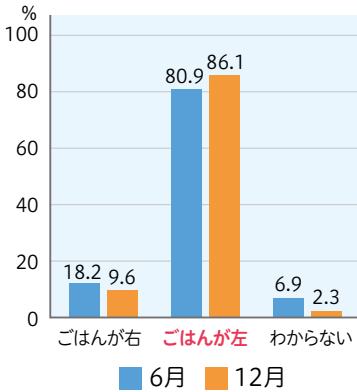
内容  
学校で主食・主菜・副菜・汁物がわかるようなランチョンマットを作成し、毎月月初めに給食時に実際に給食の食器を置き、主食・主菜・副菜・汁物を置き、食器の置き方を確認している。

効果  
正しく食器が置ける児童が約9割になった。



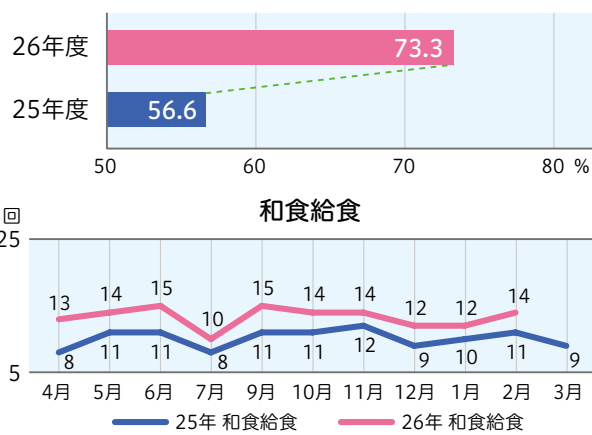
ランチョンマット

食器の正しい置き方



②和食給食を70%  
和食給食を増やすことによって家庭での和食の向上につながると考え、和食給食を70%に増やした。

和食給食(国産給食の割合)



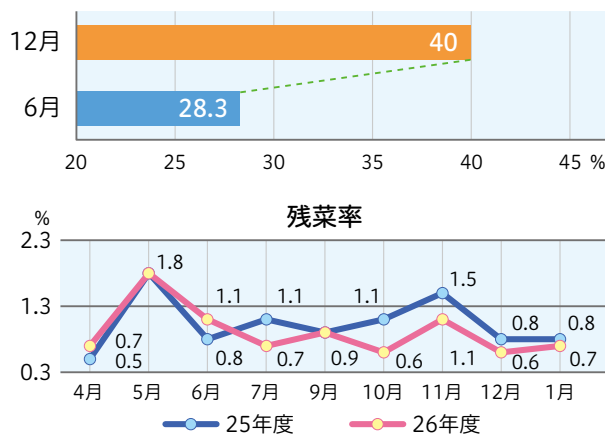
その結果、  
・和食給食を提供することによって、旬の魚(キビナゴ、かつお、鰯、鮭、ホッケ、チカ、桜えび、鰯などの使用割合が高くなり、季節感を出せるようさが生まれた。  
・和食給食が増えたことで家庭での和食率に向上がみられた。児童の「一週間食事調査」から6月の朝食の和食率は28・3%であったが、12月の調査では40%と12・7ポイント上昇している。(本校での和食は、ごはんと汁物、ごはんに合う和のおかず、または、ごはんとはんぱんに合う和のおかず2品以上と規定している。)

和食給食は、5年生の社会科の学習

や総合的な学習の時間との関連もあり教科との関連も図ることができている。(毎回給食指導に生かす「一口メモ」にも引用し、学びに活用)

・和食給食が多くなると残菜が多くなるという報告もあるが、本校では、昨年より残菜率が低くなっている。

朝食における和食率



成果と課題

「スーパードイナミクス食育スクール」では、科学的な分析が求められていることから女子栄養大学に分析を依頼した。

(1) 事業目標…学校給食の和食割合70%、家庭での和食朝食50%、和食夕食60%

6月から12月までの5ヶ月間、3年生〜6年生を対象に食事調査を実施し検討。その結果、朝食の和食の割合は朝食で28・3%から40・0%(11・7ポイント増加)。夕食では56・0%から

67・1%（11・1ポイント増加）であった。朝食では目標値の50%に達しなかったが、夕食では目標値60%に達した。学校給食の和食率は、73・3%となった。

## (2) 和食を推進することで社会性の向上と生活リズムの改善につなげる

児童の生活リズムと社会性の調査を3回、保護者の食事調査2回、近隣校との比較等を含めデータ分析を行った。

- ①児童の調査ではフリードマン検定で分析を行った。
- ・生活リズムの指標合計80項目中25%に有意差が確認された。
- ・社会性に関しては合計60項目中28・8%が同様に有意差を確認できた。
- ・和食との関連から見ると、ラベルの産地を見て買う。旬の食材を購入し、行事にちなんだ食事をするという項目に有意差が見られた。これは、和食文化が児童に社会性の向上に寄与する可能性を示している。

◎本調査では、食を通じた教育活動の結果から生活リズムと社会性の向上

が見られた。そして、和食との関連ではいくつかの項目でつながりが示唆されている。

②家庭での食事について2回の調査、23項目中で有意差があるかどうか検定での分析を行った。

・その結果有意差が見られたものが18項目確認された。

全体的に「よい方向」への変化を読み取ることができ、「みそ汁を作るようになった」「食事時間が早くなった」「朝食を作る人の起床時間が早くなった」など生活リズムの改善を寄与する

・日常の教育活動で、児童の食に対する気持ちや和食への意識が家庭に伝搬し、啓発活動として家庭での具体的な行動変容につながったと考えられる。

◎本調査では学校での和食推進の取組が社会性の向上と生活リズムの改善に寄与していることが示唆された。

③対象校との比較では、同様の調査を同地区内の小学校で行い比較検討

した。

- ・全体の35項目中7項目について有意差が見られた。

- ・「ごはん、味噌汁の茶碗の正しい置き方」「行事食を食べますか」という和食を生かす、または生かした指標に有意な差が見られていることは、本校の取組が知識・理解を通して、興味関心、意欲態度につながると考えられ、今後も大切な指導であると確信できた。

- ・行事食についても学校給食が行事を意識した献立作成を行うことの重要性がみられる。

- ・様々な取組により児童に与えた影響が家庭にも広がり、生活リズム・社会性の向上に寄与するものであることがうかがえる。

- ・本調査は学校での和食推進の取組が対象校と比較することで効果があることが示唆された。

## (3) 結論

本研究活動について、  
①質問紙調査による結果は「学校・

家庭での和食推進の取組を通じた社会性の向上と生活リズムの改善」を確認することができた。

②評価指標として挙げた項目について和食推進の影響があることが対象校などの比較でも明らかになった。

③家庭にも教育効果の影響があり、学校・家庭との連携がなされたことも確認できた。

今後の展開としては、SSSの報告会を次年度の11月20日に本校で行う。今までの取組内容の紹介や学校給食の様子、生活科・総合的な学習の時間の食育授業の公開、和食推進と社会性の向上や生活リズムの科学的な分析結果等を報告する予定である。都区内の先生方や栄養職員の方々、地域保護者の方々に多数参加していただき、少しでも本校の取組が都内の食育の推進につながればと考えている。

今後の展開としては、SSSの報告会を次年度の11月20日に本校で行う。今までの取組内容の紹介や学校給食の様子、生活科・総合的な学習の時間の食育授業の公開、和食推進と社会性の向上や生活リズムの科学的な分析結果等を報告する予定である。都区内の先生方や栄養職員の方々、地域保護者の方々に多数参加していただき、少しでも本校の取組が都内の食育の推進につながればと考えている。

## 取組紹介

### スーパー食育スクールの取組

## お茶の水女子大学附属小学校

## 食に対して能動的な児童を育てる

今年度文部科学省のスーパー食育スクール（以下SSS）の委託を受けられたお茶の水女子大学附属小学校に、その取組内容をうかがうため訪問しました。

テーマは「食に対して能動的な児童を育てる」と設定され、SHOKUKUを学校全体で取り組まれている様子を、神戸副校長先生、お茶の水女子大学教授赤松先生、栄養教諭足立先生

にお伺いすることができました。

### テーマ設定と研究内容

「これからの社会を考えた時、一人ひとりが自分の体を大切に感じ、食や健康に関心と興味をもち、自分で食べものを考え、選び、作る態度を養うことは重要である。即ち、食に対して主体的に関り、積極的に食に取り組むことが、望ましい食習慣の形成だと考える。それらを包括的に『食に対して能動的な児童を育てる』ととらえ、そ

のような子どもを育てることを目指す。」とされています。

同校のSHOKUKUに関する学習は、創造活動や各教科で実体験に基づく活動などが多く行われており、給食では毎日のメニューに関わる話をパクパク通信として発行、特別活動での縦割り班を活かした取組を行っています。また栄養教諭の専門性を活かし、担任との協同による食育の授業、外部講師を招いての味覚の授業等、意欲的に取り組んだ1年だったそうです。

## 取組紹介

杉並区立 三谷小学校

## 目指す方向性

副校長先生から「食に対する能動的な姿」を実現するためには、「食を楽しむ」ことが重要だとお話がありました。具体的には次のような子どもたちの姿を期待して研究を進められたそうです。

- 画一的に与えられた量を食べるのではなく、味や栄養、自分で食べられる量について考えて食べる。
- 食べたことがないものや食べなれていないもの、嫌いなものでも少しずつ食べようという意識をもつ。
- 人によって味の好みの違いや、文化の違いがあることを尊重する。
- 食に対して興味をもち、日常から情報を取り込む意識をもつ。何より、食を楽しむ気もちをもつ。

このような方向性を示し、教職員が一丸となって取り組まれたとお聞きしました。

## 指標作成と SSS 評価のための取組

SSSの委託を受け、同校の食に関する客観的なデータを収集し、研究成果を評価するために指標作成を行い、これら一連の調査や分析に関しては、赤松先生の研究室との連携で取り組まれました。

- 教員に対する個別インタビュー調査
- 学年ごとの話し合い
- 児童の体格、骨密度、運動量調査
- 児童へのアンケートと食行動調査(年間2回)
- 保護者へのアンケート調査(年間2回)
- 近隣校へのアンケート調査(1回)
- 2回実施したアンケートのクロス集

## 計、比較分析(1回)

各学年の、体験を多く取り入れた食に関する取り組みを聞いて、それらを単なるイベントで終わらせるのではなく、様々な活動と関連づけて行うことが、子どもたちの食に対する能動的な姿を育てる基礎になっていると感じました。また、SHOKUKUを通して、正しい生活習慣を身につけて、相手を理解する心を育てることにより、社会性が育まれるのではないかとのお話ししました。たくさんの実践の中から二つをご紹介します。

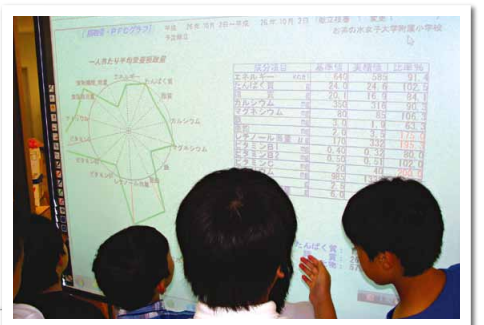
## 給食委員会の取組

給食委員会では献立を考える際に給食として提供する活動を行っているそうです。献立のテーマや食材に何をを使うかなどいろいろ議論しながら、栄養価を調べ調整してメニューを決めているとのこと。

2月には「紅白給食合戦」というテーマで子どもたちが考えた、赤い食材を使った献立、白い食材を使った献立が2日間に分けて登場しました。この赤と白の献立は子どもが発想が素晴らしく、赤の献立は洋食をイメージして、トマトライスのミートソースかけ、カラフルサラダ、イチゴ、白の献立は和食をイメージしてご飯、銀ダラの西京焼き、白と緑の盛り合わせ、白野菜のみそ汁でした。取材を行った日は、白の献立が提供された日で、とても美味しく頂きました。



給食委員会の活動



献立を検討する給食委員会

平成27年2月23日(月)

## パクパク通信

今日の給食は トマトライスのミートソースかけ カラフルサラダ いちご です。今日と 朝日の 給食は、6年2組の 給食委員さんが 考えました。今日は 豚を イメージして 豚い食べ物を使った メニューです。放送で 給食委員さんから メニューの説明があるので、よく 聞いてください。

- クイズ 給食委員さんが 考えた、今日と 朝日の 給食の テーマは なんでしょう？
- 1 紅白おめでたい給食
  - 2 紅白給食合戦
  - 3 もうすぐ卒業給食

こたえ 2 紅白給食合戦 です。朝日は、白を イメージした 給食が できました。楽しみにしてください。



紅白給食合戦(赤の献立)

## DVD 給食室をのぞいてみよう(片づけ編)の製作

5年生の給食の様子を見学させていただきましたが、紅白の献立のどちらが良かったか、給食委員がアンケートをとっていました。圧倒的に赤の献立が人気だったようです。まさに食を楽しんでいる様子が伝わってきました。

作成のきっかけは、給食時の子どもが後片づけについて教員から次のような声が挙がったことでした。お皿の上に食べかすが残ったまま、



DVD 給食室をのぞいてみよう(片づけ編)

お皿を重ねてしまったり子どもがいる。●子どもが食べ終わった茶わんに、たくさん米粒がついている。●使ったお皿が、どのように洗浄され、翌日も使える状態になっているか意識させたい。●衛生的な配慮をされていることを子どもたちに知ってほしい。そこで、栄養教諭が給食室の片づけビデオを撮影し、お茶の水女子大学の院生が編集、シナリオを作成して、栄養教諭がナレーションを入れて作ったそうです。映像は、朝の時間や給食時間に見ることを想定して、5分程度に編集され、各学級での指導の他、給食時間に校内一斉放送でも視聴したとのことです。子どもたちは、お皿や食缶が手作業で洗われていることや、1日に学校全体で使うお皿の枚数に驚いていたそうです。DVDを見たことにより、給食に携わる「人」に意識が向いて、教室での片づけが丁寧になったとのこと。

これらの取組をお聞きして、日頃から食に対して関心を持ち、バランスを考えて食べることの大切さ等を「食を楽しむ」ながら理解していく様子が伝わってきました。分析結果については、近々報告書が出されます。

## 取組紹介

# 平成26年度学校給食週間

## 食育と学校給食展・学校給食フェアが開催



展示室※



平成27年1月26日(月)から30日(金)の5日間文部科学省にて学校給食フェア・食育と学校給食展が開催されました。

学校給食フェアでは職員食堂においてスーパー食育スクールで提供されている学校給食メニュー及び平成25年度の学校給食甲子園の優勝と特別賞の入賞メニューを日替わりで提供されました。1月27日、28日は下村文部科学大臣をはじめ関係者も給食メニューを召し上がりました。

食育と学校給食展では食育のパネルや各県の地場産物の展示、学校給食用物資



食育関係大臣による昼食会※



1月27日の学校給食メニュー

のサンプル配布も行われました。全国学校給食連合会と本会からは学校給食用パン(丸パンとあしたばパン)を配りました。

1月26日にはスーパー食育スクール事業の事例発表会が行われ、東京都杉並区立三谷小学校、静岡県東伊豆町立稲取中学校・県立稲取高等学校、富山県高岡市立二塚小学校、岡山県倉敷市立西阿知小学校がそれぞれの取り組みについて発表しました。



スーパー食育スクール事例発表会※

今回は農林水産省においても同時開催がされました。

食育と学校給食展では、学校給食センターにおける学校給食ができるまでのパネルや絵画、学校給食で使用されている各県の地場産物の展示がされていました。

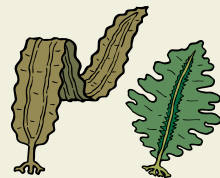
職員食堂では地産地消給食等メニューコンテスト受賞メニューや本年度の学校給食地場食材利用拡大モデル事業で開発された学校給食メニューを基にしたランチが提供されました。

※印の写真は文部科学省の提供です。

## 平成27年度 学校給食関係行事予定

行事名	主催	期日	開催場所
食育講演会	東京都学校給食会	5月22日(金)	東京都学校給食会館
衛生管理推進研修会	東京都教育委員会	5月27日(水)	東京都教職員研修センター視聴覚ホール
学校給食調理講習会	東京都学校給食会・東京都教育委員会	6月12日(金)	東京都学校給食会館
第10回食育推進全国大会	内閣府	6月20日(土)～21日(日)	東京都墨田区総合体育館
親子パンづくり教室	東京都学校給食会	7月23日(木)	東京都学校給食会館
第56回全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会	文部科学省	7月29日(水)～30日(木)	徳島県徳島市アスティ徳島
食の安全に関する調理員講習会	独立行政法人 日本スポーツ振興センター	8月3日(月)～4日(火)	文部科学省 講堂
学校栄養職員等研修会	東京都教育委員会	8月6日(木)～7日(金)	東京都教職員研修センター視聴覚ホール
学校給食パン講習会	東京都学校給食会・東京都教育委員会	8月6日(木)～7日(金)	東京都学校給食会館
フードシステムソリューション2015		9月30日(水)～10月2日(金)	東京ビッグサイト
学校給食用物資工場見学	東京都学校給食会	10月1日(木)	
食の安全に関する実技講習会	独立行政法人 日本スポーツ振興センター	10月	東京都学校給食会館
衛生管理推進研修会	東京都教育委員会	10月22日(木)	東京都教職員研修センター視聴覚ホール
第66回全国学校給食研究協議大会	文部科学省	11月5日(木)～6日(金)	高知県高知市
食物アレルギー研修①	東京都教育委員会	12月上旬	
食物アレルギー研修②	東京都教育委員会	1月27日(水)	東京都教職員研修センター視聴覚ホール
学校給食フェア・食育と学校給食展	文部科学省	1月学校給食週間	
食に関する指導研修会	東京都教育委員会	3月14日(月)	東京都研修センター視聴覚ホール

※場所は変更になることがあります。



株式会社都平昆布海藻 都平 浩司

昆布は日本の食文化の代表とされる食品のひとつです。1回目は昆布の種類と特徴について述べました。今回は「和食文化と昆布について」お伝えします。

昔から目利きのある食品として、昆布、お茶、のりの3点があると言われています。同じ昆布でも、産地、昆布の部位、採取時期、海の深さ、乾燥方法などにより、2万通りの規格に細分化されています。昆布の生産方式、食べ方については、有史以前より大きく変貌はありません。昆布は現在でも伝統的な要素が重んじられ、その歴史を知る事も和食文化を知るにあたり、重要な一つと考えられます。

昆布は、4000年前の縄文時代から採取され、紀元前に中国の皇帝が東海の蓬莱島(日本と言われている)に「不老長寿の薬」として昆布を紹介したと伝えられています。昆布探検隊を出すほどのブームで、この探検隊(徐福伝説など)が日本に稲作などの弥生文化を持ち込んだと日本各地に伝説が残っています。

## ▼日本の流通史と昆布

鎌倉中期以降、昆布の交易船が北海道の松前と本州の間を盛んに行き交うようになりました。この昆布を運んだ航路の総称を「こんぶロード」と言います。平安時代7世紀頃から北海道に日本人が入植を始め、当初は松前地区を拠点とし、この地方の昆

布に適した食べ方が広がりまし。更に日本海側、青森、秋田、山形など、ねばねばの松前昆布を野菜と絡めた、ねばた漬け、山形だしなど独特の使用方法が生まれました。鎌倉時代に入ると、函館地区まで入植が始まり、流通は同じ日本海ルートを通り、北陸まで伸びていきました。函館地区で採れる真昆布は、味に癖がなく、おだし、とろろ昆布として今でも北陸人を魅了しています。江戸時代に入ると、日高地方、利尻地方まで入植し、夏の穏やかな日本海を使った北前船と呼ばれる海運ルートが発達し、諸国の産物が大阪、江戸に集まり始めました。関西では瀬戸内海の煮干しと合わせた利尻昆布、関東では、醤油などの調味料に合う、日高昆布が食べられるようになりました。

## ▼明治維新と昆布

江戸時代、薩摩藩は琉球を通して、中国と密貿易をしていました。中国側の資料によると、日本からの輸出品の95%は昆布でした。現代でも、中国内陸部では、昆布はコード分の補給に欠かせない食品です。反対に中国からの輸入品は、漢方薬の原料があります。薩摩藩は他国からの出入りを大きく規制していました。薩摩組と言われる富山の薬商人達の町がありました。富山の薬商人は、北前船ルートで得た昆布を薩摩に売り、薬の原料

を得ていました。これにより薩摩藩は、倒幕のための最新の武器を買うなど、次第に大きな力を持つようになっていきました。富山の薬商人は現代にも大きな影響力を持っています。

## ▼所変われば、食べ方が変わる

現在、韓国で昆布は、出し昆布として使われ、中国では、刻み昆布が野菜炒めとして食べられるのみになっています。日本においては、昆布の食べ方、加工方法は多種多様、所変われば、食べ方が違うと言える位の使い方があります。江戸時代、青森県は津軽藩と南部藩に別れており、日本海側の津軽では、平安時代からの昆布の使用法の文化が、また、太平洋側の南部では三陸海岸のすき昆布を食べる文化が、100年以上経過した現代でも根強く残っています。

## ▼最後に

明治33年重要輸出品同業法が制定され、昆布はお茶、生糸とともに国の重要な輸出品として指定され、昆布会社が創業し始めました。当社も水戸藩の商港、那珂湊の青果問屋から昆布問屋へ転換したと言われています。数ある食品の中、なぜ昆布だけが、このように歴史に大きく関わってきたのだろうか。4000年の間、私達の生活に大きく関わってきた昆布に興味がつきません。

## 給食会だより

## 食育講演会 開催



## うえかつ先生「魚をかたる」

去る2月4日、本会館において水産庁職員、元漁師の上田勝彦先生に「魚と食生活」について講演をしていただきました。

食料自給率の低い日本において、海岸人口数は世界第6位にあり、海に囲まれている我が国は地理的環境から魚を食べることは必然的なこと。しかし家庭で魚を食べていた時代から、食の多様化やファストフード等により、食事内容も変わり、魚を料理し食べる家庭は減少の一途を辿っています。あるアンケート調査によると魚を食べない理由は、臭い、ゴミが出る、手間がかかる、骨がある(笑)等があげられています。魚料理の美味しい食べ方は「湯煮」です。冷めても魚の臭みがでません。ぜひ試してみてください。(塩鮭の湯煮をやってみました。とても美味しかったです。スープも他の料理に使い、グリルも汚れません。レシピは給食会ホームページ参照。)

上田先生は自分で魚を料理してみることが一番大切な事!「栄養士自身が魚を好きにならないければ、子どもには伝わらない」魚は調理の基本がわかっているれば美味しく食べられます。美味しく作れば子ども達は食べます。と力強くお話しされました。

参加者からは「次回はぜひ調理講習会を開催してほしい」、「魚について目からうろこで大変楽しいお話でした」等々、好評のうちを終了しました。

## 学校給食用めん類の細菌検査結果

平成27年1月から2月にかけて、学校給食用めん類の細菌検査を実施し、その結果をとりまとめましたのでお知らせいたします。

検査結果は、すべての工場が「生めん類の衛生規範」及び本会の衛生基準に適合していました。

今後も安全・良質な物資をお届けするため、品質管理を強化して参りますので、よろしくお願いいたします。

### むし中華麺(非包装)

区市町村	工場名	細菌検査		
		一般生菌数 1.0×10 <sup>5</sup> 以下	大腸菌群 陰性	黄色ブドウ 球菌 陰性
台東区	小幡製麺工業㈱	2.1×10 <sup>3</sup>	(-)	(-)
品川区	富士製麺工業㈱	3.5×10 <sup>3</sup>	(-)	(-)
大田区	㈱大丸食品	1.7×10 <sup>3</sup>	(-)	(-)
板橋区	㈱シー・エス・シー・パスタ	300以下	(-)	(-)
練馬区	㈱桜井商店	7.0×10 <sup>2</sup>	(-)	(-)
葛飾区	㈱丸福製麺所	300以下	(-)	(-)
八王子市	うさぎや食品㈱	300以下	(-)	(-)
八王子市	㈱福原食品工業	1.8×10 <sup>3</sup>	(-)	(-)
東村山市	㈱あさひや	1.3×10 <sup>4</sup>	(-)	(-)
稲城市	中西食品㈱	300以下	(-)	(-)

### ゆでうどん(個包装)

区市町村	工場名	細菌検査		
		一般生菌数 300以下	大腸菌群 陰性	黄色ブドウ 球菌 陰性
江東区	㈱宮入製麺所	300以下	(-)	(-)
北区	玉川食品㈱	300以下	(-)	(-)
江戸川区	㈱丸善製麺	300以下	(-)	(-)
青梅市	㈱岩本製麺工場	300以下	(-)	(-)
福生市	㈱やまぶんの麺	300以下	(-)	(-)

### 生うどん

区市町村	工場名	細菌検査		
		一般生菌数 3.0×10 <sup>6</sup> 以下	大腸菌 陰性	黄色ブドウ 球菌 陰性
中野区	㈱喜屋製麺	300以下	(-)	(-)
八王子市	さぬき製麺	300以下	(-)	(-)

### ゆでうどん(非包装)

区市町村	工場名	細菌検査		
		一般生菌数 1.0×10 <sup>5</sup> 以下	大腸菌群 陰性	黄色ブドウ 球菌 陰性
世田谷区	㈱大原製麺所	300以下	(-)	(-)
世田谷区	㈱佐藤製麺所	300以下	(-)	(-)
中野区	㈱川崎製麺所	300以下	(-)	(-)
杉並区	㈱池田製麺	3.0×10 <sup>3</sup>	(-)	(-)
足立区	㈱双葉屋	300以下	(-)	(-)
江戸川区	㈱小松川東屋製麺	300以下	(-)	(-)
立川市	㈱ヤマヲ	300以下	(-)	(-)
立川市	㈱鈴木製麺	300以下	(-)	(-)
あきる野市	㈱寿美屋	9.0×10 <sup>2</sup>	(-)	(-)

### 冷凍めん

製品名	工場名	細菌検査		
		一般生菌数 1.0×10 <sup>5</sup> 以下	大腸菌群 陰性	黄色ブドウ 球菌 陰性
冷凍うどん	㈱武蔵野フーズ	300以下	(-)	(-)
冷凍ラーメン	㈱武蔵野フーズ	2.1×10 <sup>3</sup>	(-)	(-)



## 東京都学校給食会取扱い物資の自主検査結果

12月から1月に本会取扱い物資、ドレッシング類(12)、ソース類(4)、しょうゆ類(2)、ジャム類(2)、乾物(6)、冷凍品(5)の細菌検査(生菌数、大腸菌群、黄色ブドウ球菌)を実施しました。その結果、すべて異常がないことを確認しました。



### ひとこと

「和食」と「洋食」は反対語なのだろうか。もちろん、「中華料理」もあるし「韓国料理」「インド料理」、さらには、それらをひっくり返した「エスニック料理」といった万能語まである。

「和食」は一汁三菜が基本であるという。そこでは、伝統的な食材の使用、味付けの基本があり、それに則った調理が求められるなどの「作法」がある。

しかし、料理に定義を持ち込み、厳格なルールが本場に必要か。私たちは普段、あらゆる国にルーツが求められる食材、料理法で作られた食事をしている。元々インド料理であったカレーは、完全に日本風カレーとして定着、土着し、イタリアにもないスパゲティのナポリタンをこよなく愛し、餃子の入ったパンが大好きで、学校給食でもキムチチャーハンが人気メニューになっている。

日本人のそのような外国にルーツを持つ料理を自家業中のものとして、日々の食生活に定着させる食欲は端倪すべからざる能力と言っても良いかもしれない。これは食習慣、食文化だけでなく、外国での発明、外国の製品を徹底的に模倣し、日本に適した製品に進化させ、場合によっては海外に輸出してしまうメイド・イン・ジャパンの伝統もある。

ラーメンに味噌味を持ち込み、煮干しをはじめとする和食のダシを取り入れ定着させたあくなき美味しさへのこだわりが、もしかしたら「和食」なのかもしれない。

(龍生)