

とうきょうとの 学校給食

No.436

平成28年
9月25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

2P 取組紹介 西東京市立田無小学校
スーパー食育スクール事業
～体力の向上を目指した
食育プログラムの開発と効果検証～

4P 給食会だより (ご報告)

6P 食品豆知識 みそについて

8P 第11回食育推進全国大会 in ふくしま
第57回全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会

9P 給食会だより (ご案内 他)

給食会物資は安全第一を心がけています

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

西東京市立田無小学校

スーパー食育スクールの事業

体力の向上を目指した
食育プログラムの開発と効果検証

前田無小学校校長 穴戸 鈴子

はじめに

本校の児童は、自身が成長していく中で、健康の保持増進上の課題が多々みられ、早急に改善を図るべく学校全体で健康教育を進める必要性を感じた。そこで、「一つくろこ！なろう！元氣はつらつ たなしの子」(健康な生活をめざす実践力の育成を研究主題として、「自らたくましい心と体をつくる」とする子)の育成をめざし、健康教育の校内研究に取り組んできた。体力向上、食育、安全指導、学校保健の各領域から、意図的・系統的な指導ができるよう、学校全体の健康教育指導計画を作成し、実践している。

事業目標

● 校内研究4年目となる「健康教育」の基礎を活用し、よい運動の仕方や、よい食事の仕方を学び、実践することによって、基本的な生活習慣の改善を図り、体育授業の充実と体力向上のための効果的な食育プログラムの開発を行う。
● 学校・家庭・地域が一体となり、公的機関の協力も得て取組を進め、食に関する自己管理能力を高めながら健康的な食習慣を身に付け、運動と食育の相乗効果による体力向上をめざす。
今回、スーパー食育スクールの事業を通して、その実態を数値的に検証していくことで、児童の実感を伴う実践に

つなげ、家庭への啓発にもより説得力のある健康教育につなげていきたいと考えた。

実践内容

① 児童の実態把握

6月に、身長、体重、体脂肪率、筋肉量、骨密度、腸内フローラ等を測定する。体力や食事についての意識や、生活習慣(就寝・起床時刻、排便、朝食等)等のアンケート調査をする。

② 指導内容の再検討をする。

③ 指導実施

(ア) 体力向上に向けての体育的指導
体づくり運動、縄跳び、持久走、体幹筋力アップトレーニング等
(イ) 体力アップを目指した食事指導
朝ごはんの大切さ、地場農産物を中心とした野菜の摂取、大豆活用、食事の基本スタイルの確立、和食のよさ等

④ 指導効果の検証

11月に6月と同じ内容で再度測定・調査し、またその結果を、6月の測定・調査と比較し検証する。

実践例

① 食育授業地区公開講座の実施

東京都が各校で行っている、道徳授業地区公開講座と同様に、食育の授業を全学級で一斉に行い、保護者や地域に授業公開する。その後、講師を招いて、児童と保護者・地域対象に食育講演会を行った。

② 授業実践 特別活動(学級活動) 4年

「栄養バランスでパワーアップ！ ～シャトルランで記録を出すために～」(ねらい)
体力向上に向けての食事形態を理解し、実践への意欲を高める。

(内容)

高校球児の活躍シーンを視聴し、ジュニアアスリートの食事の写真から、彼



27.4.16 春
筍ご飯、鯖の桜焼き、おひたし、すまし汁、牛乳



27.6.22 夏
ブラジル料理
フェジョアーダ、パステル、
ヴィナグレッツ



27.10.20 秋
牛乳、鉄骨マッチョご飯、
鮭のポテト焼き、キャベツのナムル、
大根の味噌汁

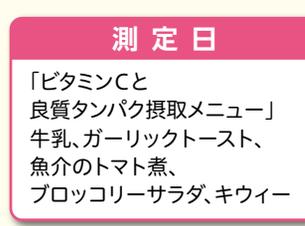


27.12.2 冬
牛乳、焼きカレーtoast、
野菜ゴロゴロ豆ストローネ、
レンコンサラダ



測定日前日

グリコーゲンを蓄え、有効活用するための「たっぷり穀物、豚肉メニュー」七分つきご飯、牛乳、豚キムチ豆腐、おこげスープ、りんごゼリー



測定日

「ビタミンCと良質タンパク摂取メニュー」牛乳、ガーリックトースト、魚介のトマト煮、ブロッコリーサラダ、キウイ



アンケート実施によるプログラム成果検証

日本体育大学
後藤彰 大石健二 門屋貴久 清宮孝文

体力向上については、5月(春)と11月(秋)の新体力テスト結果の比較より、全体的に向上傾向が示された。

シャトルランについては、全体で平均3.3回増加した。また、男児は平均3.8回増加し、最も増加したのは、5年生の平均7.4回(春48.1回→秋55.5回)であった。次に女児は平均2.8回増加し、最も増加したのは2年生の平均5.3回(春16.6回→秋21.9回)であった。

シャトルラン(回)	男児		女児		全体	
	変化(春-秋)		変化(春-秋)		変化(春-秋)	
	平均	標準偏差	平均	標準偏差	平均	標準偏差
1年生	5.7	9.4	2.2	4.9	3.8	7.5
2年生	2.9	7.0	5.3	6.1	4.1	6.6
3年生	1.0	9.5	2.9	6.9	1.6	7.9
4年生	2.4	12.3	1.9	9.7	2.2	11.1
5年生	7.4	9.2	2.7	7.0	4.6	6.9
6年生	4.7	9.3	2.6	8.8	3.6	8.9
合計	3.8	9.4	2.8	7.2	3.3	8.4

食習慣・生活習慣については、5月(春)と11月(秋)の調査結果(「はつらつアンケート」)の比較より、仮説として着目した3つの項目のアンケート調査結果を以下に示す。(1項目のみ抜粋)

朝食のバランスについて

Q15. 朝ごはんは、1週間で何日位、赤、黄、緑の食品をバランスよく食べていますか。

朝食のバランスについては、毎日バランスよく摂取している子が全体で平均2.5%増加した。男児は毎日3食バランスよく摂取している子が平均0.9%増加し、最も増加したのは2年生の平均30.9%であった。女児は毎日3食バランスよく摂取している子が平均3.8%増加し、最も増加したのは3年生の14.2%であった。

朝ごはんのバランス	男児		女児		全体	
	変化(春-秋)		変化(春-秋)		変化(春-秋)	
	度数	%	度数	%	度数	%
1年生	-7	-18.0%	-4	-6.4%	-11	11.5%
2年生	9	30.9%	1	3.6%	10	17.1%
3年生	7	15.2%	7	14.2%	14	14.7%
4年生	0	-0.9%	-1	-5.8%	-1	3.1%
5年生	-1	-3.8%	6	12.9%	5	4.0%
6年生	-5	-7.2%	3	8.1%	-2	-1.2%
合計	3	0.9%	12	3.8%	15	2.5%

食育と体力向上の関係性について

新体力テストと「はつらつアンケート」の結果を分析するため、カイ2乗(χ²)検定の結果、食育と体力変化に有意(p<0.05)な関係性は検出されなかった。また、その中で仮説として着目した3つの新体力テストの項目と食習慣・生活習慣の項目においても同様であった。このことは、本校の児童の食習慣・生活習慣が基本的に整っていること、1年間(半年)という研究期間、さらに、食育の視点から見た体力向上との関係性を裏付けるその他の要因や因果関係が考えられるため、相関関係が見受けられなかったと推察する。

そのため、体力向上の視点から食習慣・生活習慣との関係性を見るために、クロス集計を行ったところ、食習慣の項目であるQ15(朝ごはんは、1週間で何日位赤、黄、緑の食品をバランスよく食べていますか。)においては、体力向上群の中で、食習慣が改善した子の数値の方が改善の見られない子(表中で「悪化」と表記)の数値より高いことが分かった。

以下の表の見方について

春から秋にかけて生活習慣が改善した者を「改善」、悪化した者を「悪化」、同じ回答をした者を「同様」とした。また、春から秋にかけて「新体力テスト」の数値が増加した者を「向上」、減少した者を「低下」、同じ数値の者を「同一」とした。

Q15. 朝ごはんは、1週間で何日位赤、黄、緑の食品をバランスよく食べていますか。

※縦軸:「食習慣・生活習慣」 横軸:「新体力テストの項目」

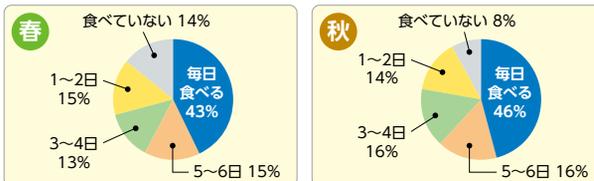
シャトルラン	低下		同一		向上	
	度数	%	度数	%	度数	%
悪化	40	28	9	35	86	25
同様	65	45	9	35	137	40
改善	39	27	8	30	122	35
合計	144	100	26	100	345	100

アンケート調査結果考察(田無小)

前項の「アンケート実施によるプログラム成果検証」(日本体育大学)の結果をみると、新体力テストと「はつらつアンケート」の調査分析結果からは、食育と体力向上において統計的に有意な相関関係が見受けられなかった。

しかし、日常における子供たちの様子や「はつらつカード」での保護者のコメントからも、体力向上や食習慣の改善の傾向がうかがえる。そこで本校のアンケート調査結果を分析し、考察した。

Q15. 朝ごはんは、1週間で何日位赤、黄、緑の食品をバランスよく食べていますか。

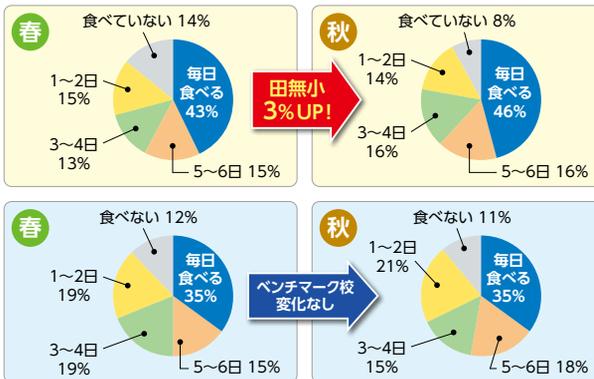


◎朝ごはんを1週間で赤、黄、緑の食品をバランスよく食べている子の割合では、「毎日食べている」が3%増加し、「食べていない」割合は14%から8%に減少した。さらに、毎日ではないが1週間のうち5~6日食べている割合も増え、全体的にバランスのよい食事をしていることが分かる。

ベンチマーク校との比較

◎「毎日食べる」が全体で48%から51%に3%増加したが、ベンチマーク校は変化がなかった。

Q15. 朝ごはんは1週間で何日位、赤、黄、緑の食品をバランスよく食べていますか。



◎「毎日食べる」が43%から46%に3%増加したが、ベンチマーク校は変化がなかった。

成果

体力向上の視点から見たときに、体力向上とともに食習慣・生活習慣が改善された子供がいた。これは、「新体力テスト総合得点10ポイント上昇者83名中、全員が「はつらつアンケート」の項目で改善が見られた」という結果から食習慣・生活習慣の改善が体力向上につながるものと推察することができた。

「楽しく、しっかり、こまめに体を動かすことで、空腹感を感じさせ、栄養バランスのとれた食事の摂り方やぐっすり眠る習慣を身に付けることで体力の向上を図り、和やかな心を育てる」ことを目標として進めた研究の成果は次のとおりであった。

- ①「赤・黄・緑の食品のバランスを考えながら食事をする」と答える子供が増えた。特に中学年での成果が顕著であった。「食べ物の動きを知り、バランスよく食べることを中学年での評価指標として食育授業を工夫、改善して取り組んだ成果である。家庭においても、バランスよくしっかり食べさせているという保護者が増加した。
- ②5月(春)と11月(秋)に実施した新体力テストの比較により、各項目の運動能力の向上が示された。特にソフトボール投げ、反復横とび、シャトルランにおける成果が顕著であった。

課題と今後の取組

「体力の向上を目指した食育プログラム」を開発することを目的として研究を進めた。その結果5月(春)と11月(秋)に実施した新体力テストの比較により、各項目の運動能力の向上が示された。体力向上と食育との関連については、新体力テストと「はつらつアンケート」の調査を分析した結果、この両調査からは統計的に有意な相関関係が見られなかった。また、その中で仮説として着目した3つの新体力テストの項目と食習慣・生活習慣の項目においても同様であった。本校の仮説を証明するに至らなかった結果は大きな課題である。そこで以下のごとくについて今後の取組として実施する。

- ①1年間(実質半年)という研究期間の中で、食育と体力の統計的に有意な相関関係は見受けられなかったととらえている。子供一人一人の食習慣・生活習慣の改善や体力向上の伸びの関係をより明らかにしていくためには、更なる研究期間が必要ととらえ研究を継続する。
- ②食育と体力向上との関係性については、食習慣・生活習慣の他にも体力向上につながる要因や因果関係等が考えられることから、これらのことを明確にした上で、更に調査研究を進める。
- ③食習慣・生活習慣の向上を図り、体力の向上を目指す取組を強化する。
- ④子供の実態を明らかにし評価指標に検討を加え、食育の働きかけを強化し研究の充実を図る。
- ⑤地域や家庭の人材を招いて授業をすることや食育に関する内容を学校が発信することを更に増やして、家庭や地域との連携をより一層深める。
- ⑥食育の充実を図るため、食に関する全体計画の見直しを継続して行う。それを基に、食育年間指導計画を繰り返し見直す。

らに共通する体力アップの食事ポイントは何かを考え、主食、主菜、副菜、汁物、乳製品、デザートがそろっていることに気付く。体力アップの食事ポイントと自分の食事の仕方と比較して、違いを発表する。新体力テスト測定日前夜の食事のポイントを理解し、班ごとにふさわしい一食分を考える。学習内容等を家族に伝え、用意をしてもらうように依頼する。また、自分ができるお手伝いも考える。

(保護者への働きかけ)
授業の様子がわかるようにフックシートで家庭に知らせるとともに、給食だよりを発行して、家庭へ啓発し協力を求めた。

取組を終えて

今回の測定・調査結果の分析から、体力向上と食育の相関関係が明確にあるという結果は得られなかった。データ分析上有意な関係性は見られなかったものの、児童の実態からは、多くの効果が見られた。

新体力テストの結果が向上した児童が80%以上もあり、その多くに生活習慣の改善も見られた。それは日常の学校生活の中でも、外遊びをする児童の増加や給食の食べ残し率の減少などで現れている。また、本校のような実践を行っているないベンチマーク校との比較でも、成果がみられた。

この結果を活かし、児童の心と体の健康的な成長を願って、今後も学校全体で健康教育に取り組むとともに、保護者への啓発活動を続けていきたい。



調 理 講 習 会 報 告



平成28年6月24日(金)、東京都学校給食会館において調理講習会を開催しました。

午前は「調理技術の向上とおいしい献立」として、女子栄養大学名誉教授 殿塚婦美子先生を講師にお招きいたしました。



殿塚先生による調理講習

献立は、鶏肉のロペール風・みそ漬け豚のやわらかソテー・青菜のお浸し・かきたま汁でした。

大量調理の理論と実際を踏まえて教えて頂き、調理作業の記録とそのデータから標準化する方法を実習しました。中でも「コーストフラワー」の作り方と使い方では、「ルー」を小麦粉とバ

ターを使用して時間をかけて作るのではなく、コンベクションオーブンで小麦粉に火を通して、人手と時間を節約した調理方法に受講生からは「なるほど!」との声がかれました。

また、「かきたま汁」のトロみの濃度と卵の散らし方で口当りや味の違いが変わり、調理技術の向上は美味しさの重要な要素であると改めて感じさせていただきました。各班で作ったかきたま汁をそれぞれビーカーに入れて比較し、卵の散らし具合によって出来上がりに差があると分かり、さらに勉強になりました。



かきたま各班比較



試食の様子

午後は「リーダーとしての栄養教諭・学校栄養職員」と題して、料理研究家 土井善晴先生に和食の食文化について心に残るお話しをしていただきました。和食は縄文時代から培われた



土井先生のお話

食文化であり、普遍的かつ、ゆるぎないものとして認識することが重要で、家庭料理は一汁一菜、米とみそ、しょうゆなど基本的な調味料と旬の食べ物が和食を支えてきたことでした。

また最近「食べる人」が中心になっているが、「作る人」と「食べる人」がお互い認め合うことの重要性和「おいしい物」「おいしいくない物」とを分別できる力を身につける経験が必要と話されました。

箸等の置き方についても欧米では食事の左右に縦置きするが、日本では目の前に横置きにします。これは「けじめ」の線で、和食には「食べる側とご飯の世界は別のものであり、生命をいただくことに感謝する」という考え方が根本にあるとお話しが印象的でした。

最後に「このような和食文化を学校給食としてのリーダーだけでなく、社会全体への発信を考えた栄養教諭・学校栄養職員として活躍してほしい。」と締めくくられました。

食育 講演会報告

平成28年5月13日(金) 東京都学校給食会館において、京都府立大学京都和食文化研究センター・淑徳大学看護栄養学部客員教授 田中延子先生による講演会「学校給食の本質を考える」を実施いたしました。

はじめに世界の学校給食(アメリカ・タイ・中国・韓国)の紹介がありました。多くの国は貧困対策と就学奨励が学校給食の実施理由になっているようですが、日本の学校給食は、学校給食法によって「教育」として位置づけられてきました。ちなみに韓国は、日本の学校給食制度を参考に栄養教諭等の配置も決められています。

我が国の課題として、人口の減少、少子高齢化に伴う健康寿命の確保、小児肥満等があり、これらは「食」の問題と密接なかわりがあります。そんな状況の中で学校給食では「食に関する指導」の充実が求められています。これからの栄養教諭・学校栄養



講演会の様子



職員は学校給食の意義・役割を踏まえた栄養管理はもちろんのこと、学校における食育の中心として、次の世代の大人(親)を育てていかなければならないと力強くお話しされました。

アンケートからも「日本の学校給食の素晴らしさを知り、より一層仕事へのやる気が高まった。2時間半が短く感じるほどでした。」「日本の学校給食

が本場に素晴らしいことを皆さんに知ってほしい。田中先生の話は楽しく勉強になります。」「内容が分かりやすく、職場の他の職員も参加してほしかった。DVDなどで記録して、校内研修に使用したい。」「来月の試食会で取り上げたいと思いました。小児肥満についてもわかりやすく、理解できました。学校内で連携し、子供たちの将来の幸せのために食育をしていきたい。」その他多くのご意見等をいただきました。

田中先生の講演は長年の経験を踏まえた内容で、科学的根拠に基づいた栄養管理や個別指導の方法など給食運営の実践に役立つ内容でした。

平成28年度 学校給食パン講習会報告



8月9日(火)、10日(水)、東京都学校給食会館において学校給食用パン講習会を開催いたしました。

「パンのルーツ、学校給食におけるパンの歴史」「製パン法」「製パン実習」「パンの良否の見分け方」など学校給食用パンに関して学ぶことを目的に、一般社団法人日本パン技術研究所 研究調査部チーフ 並木利文氏を講師にお招きいたしました。

受講生からは「理論も学べる製パン実習で勉強になった」「簡単なように見えるパンの成形が実際にやってみると難しいことが分かった」「栄養士として、パン屋さんが届けてくれる美味しいパンに負けない美味しい主菜、副菜、汁物を作りたい」「パンが小麦粉からどのように作られるかを知り、それを食育として児童・生徒や保護者へ伝えたい」という意見が寄せられました。製パン工程を理解し、品質審査等を学ぶことで、学校給食用パンへの理解をより深めることができる講習会になりました。



講義の様子



実習の様子

みそについて

ハナマルキ株式会社 マーケティング部



● みその起源は古代中国の「醤」だという説が有力

「醤(しょう・ひしお)」は、鳥獣や魚の肉をたたいて、塩と酒を混ぜて壺に漬込み、100日以上熟成させたもので、いまのソースや醤油のような使い方をしていたようです。紀元前1世紀頃になると、大豆や雑穀を発酵させた「豉(じ)」がつくられるようになります。

醬や豉がいつ、どのように伝来したかの詳細はわかっていませんが、醬・豉の文字は「大宝令」(701年、大宝律令の令の部分)に初めて登場。そこに中国にはない「末醬」という言葉が書かれており、これは日本人が醬に工夫を加えた新しい調味料で、みその前身なのではないかと考えられています。みその音は「みしょう」が変化しものだと想像できます。

● 1300年以上も日本人の食を支える

奈良の都には末醬、醬を扱う商店が

あったといわれています。「味噌」という表記が最初に文献に現れるのは901年のこと。ちなみに「噌」という漢字は「味噌」以外に使うことはなく、みそのためにつくられました。

平安時代には高級官僚の給与としてみそが支給されており、贈答品としても重宝されていました。庶民にはまだまだ手が届かない贅沢品でした。

当時のみそは料理に使うものではなく、食べ物にかけたり、つけたりするものでしたが、鎌倉時代に大きな変化が起きました。みそ汁の登場です。

禅僧の影響ですり鉢が使われるようになり、粒みそをすりつぶしたところ、水に溶けやすくなり、みそ汁として利用されるようになったのです。

鎌倉武士の食事の基本は「汁一菜」。1日5合の玄米ご飯と、魚の干物、そしてみそ汁という献立が彼らのバイタリティの源だったのです。

この時代に確立された汁一菜の食事の基本が明治・大正にいたるまで長く受け継がれていくこととなります。

● みそ文化が花開く

武士や僧侶といった特権階級の間で食されていたみそ汁が、室町時代には庶民の間にも浸透。また、いまに伝わるみそ料理のほとんどがこの頃からつくられ始めました。

戦国時代になると、武将たちは戦の勝敗をも左右する貴重な戦陣食としてみそに着目。仙台の伊達政宗がみその自給のために城下に建てた「塩噌蔵」は、日本で最初のみそ工場です。

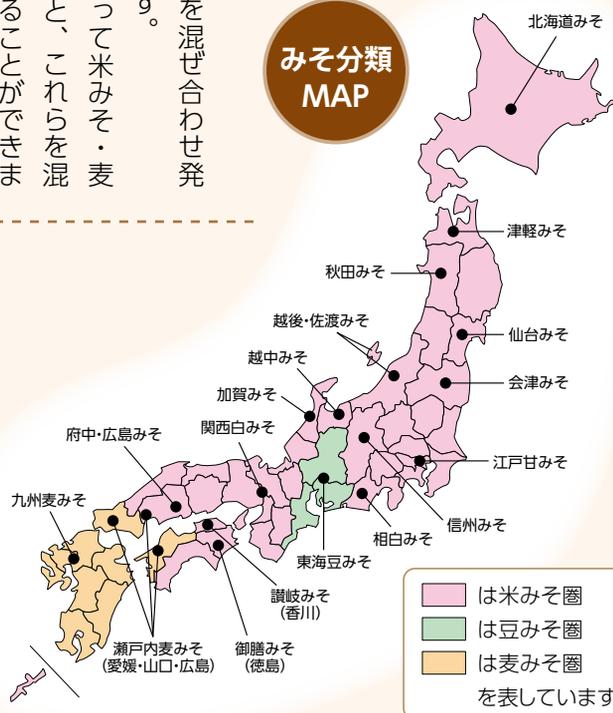
江戸時代に入るとさらにみそ文化が花開き、毎日の暮らしになくはならない食品になります。元禄期には江戸の人口が50万人を超え、江戸と江戸近郊の生産量では到底まかなえなくなり、みそが三河や仙台などからも、どんどん運ばれるようになります。

● 豊かな地方色

みそは大豆と麴、塩を混ぜ合わせ発酵・熟成させたものです。

みそは麴の原料によって米みそ・麦みそ・豆みその3種類と、これらを混合した調合みそに分けることができます。

みそ分類MAP



す。麴の原料以外には甘みそ・甘口・辛口といった味による分類、色による分類(赤みそ、淡色みそ、白みそ)があります。色の違いは発酵・熟成中にアミノ酸と糖が反応して褐色に変化する「メイラード反応(褐変)」や原料の種類、麴の量によっても生じます。

さらには水質の違い、気候や蔵によって微生物の働きが微妙に変わるなど、さまざまな条件が複雑にからみ合っただけで個性が生まれます。全国にはおよそ千数百種類のみそがあるとされています。一杯のみそ汁からもそれぞれの郷土の気候や風土、歴史を感じる事ができるのです。

● みその製造工程

「手前みそ」の言葉の通り、かつてはそれぞれの家庭でみそを手づくりしていましたが、今ではそれも少なくなり、購入するのが主流になりました。

米みそ・麦みそと豆みそでは製造工程が異なります。

米みそ・麦みその場合は、大豆を蒸すか煮てつぶしたものに、麴(米麴または麦麴)と塩を混ぜ、寝かせることでさあがりします。みそのタイプによって寝かせる期間が異なり、甘みそは比較的短く、辛口みそは長くなります。

豆みそは大豆を水に浸してから圧力をかけて蒸し、つぶしてみそ玉をつくります。それに種麴と香煎(大麦または裸麦を煎った粉末)を散布し製麴します。そのみそ玉麴をつぶし、塩水と塩を混ぜて熟成させます。なお、国内で生産されている約8割が米みそです。

● おいしさを守るために

開封後はなるべく空気に触れないようにしてください。カップならみその表面にラップを、袋入りのみそであれば空け口をゴムやクリップで封をしてから、冷蔵庫で保存してください。室温に保存しても変敗、腐敗することはありませんが、特に気温が高くなる夏

季は温度の影響で褐変が進行しやすく、色が濃くなったり香りが変化しやすくなります。じつは冷凍庫での保存もお薦めです。みそは凍ることがないので、取り出してすぐに使えます。

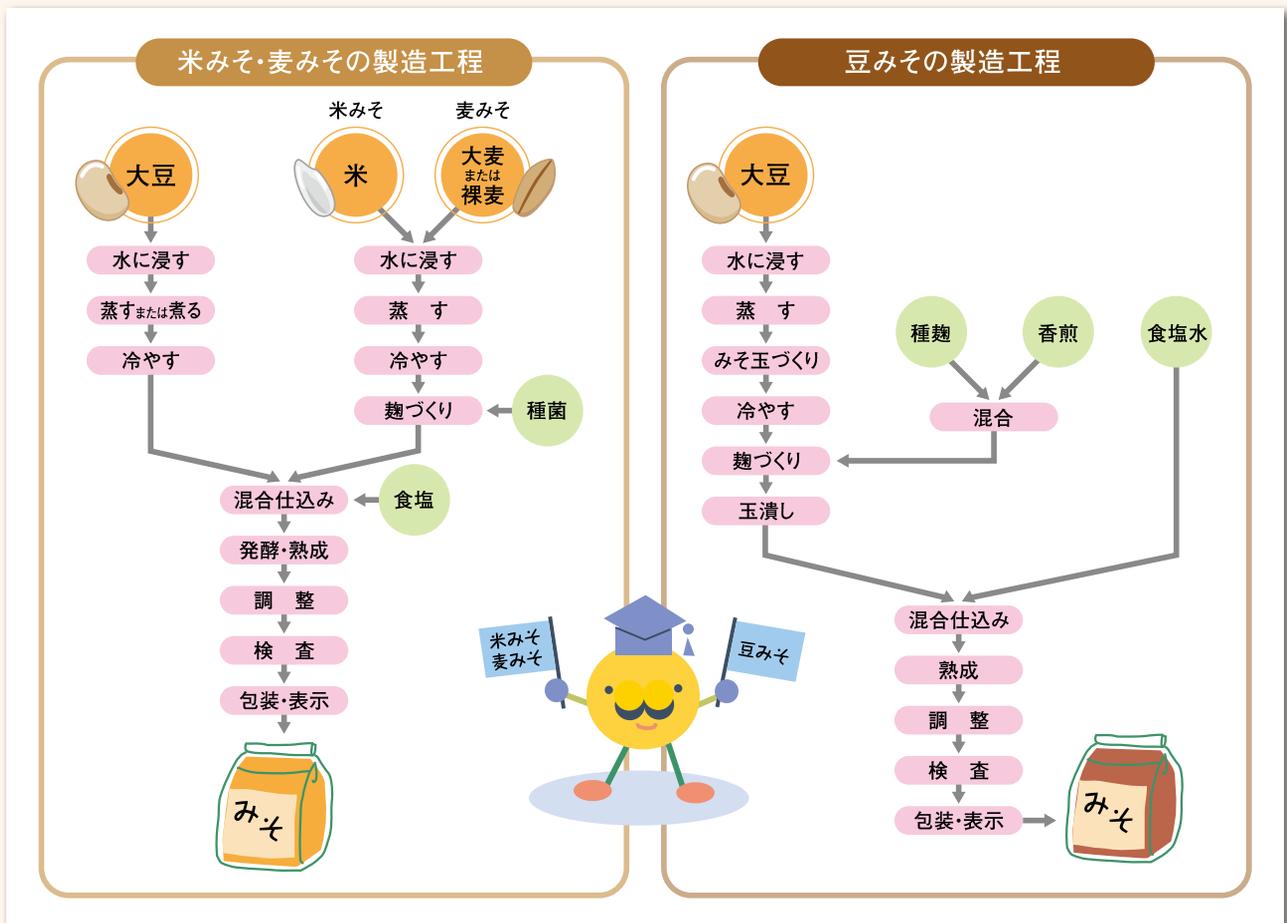
● 世界で注目のMISO

2015年の輸出実績は約1.3万tと過去最高値を更新。1975年には800tだった輸出量が約16倍にも成長しました。世界的な和食人気に加え、マクロビオティックなど、健康と食という観点からもみそが選ばれています。

日本でも近年の発酵食品ブームから、みそが再評価されています。

江戸時代には「医者」に金を払うよりも、みそ屋に払え!ということわざがありました。平均寿命が37、38歳という時代に75歳と長寿だった徳川家康はみそどころの三河出身。葉菜が5種、根菜が3種入ったみそ汁を食べたそうです。代々の将軍も家訓を守り、食膳にみそ汁を欠かさなかったとか。

先人が感覚的にとらえてきたみその力が、現代の科学で次々と解明されています。この国の歴史と先人の知恵がつまったみそは、この先もずっと、私たちの健康の礎であり続けることでしょう。



(参考文献) ・みそ健康づくり委員会(平成26年3月)『みそを知る』一般社団法人中央味噌研究所
 ・みそ健康づくり委員会(2011年7月)『みそ知り博士のQ&A50』一般社団法人中央味噌研究所
 ・みそ健康づくり委員会ホームページ <http://miso.or.jp>

第11回 食育推進全国大会 in ふくしま

テーマ チャレンジふくしま！おいしくたのしく健康長寿
～復興のあゆみ。全国のみなさまへ感謝の気持ちをこめて～

日時：6月11日(土)・12日(日)

場所：福島県郡山市 ビッグパレットふくしま

主催：農林水産省、福島県

第11回食育推進全国大会福島実行委員会

展示会場では約120団体による展示、試食、体験、食育クイズなど盛りだくさんに行われ、日曜日には家族連れでにぎわっていました。また、講演会・セミナー・シンポジウムでは、尾木直樹氏による基調講演、辰巳琢郎氏による特別講演、金田雅代氏の「学校給食と子どもの食育」などあり、ステージイベントではキッチンステージで和食応援団笠原将弘氏による実演とトークショーなど、学ぶ・体験・楽しむ！遊ぶ！がいっぱい！の2日間でした。

次年度は岡山県で平成29年6月30日(金)・7月1日(土)に開催されます。



森山農林水産大臣挨拶

オープニングは福島県立いわき総合高等学校のフランドンと郡山市立大島小学校合唱部の「ふるさと」の歌声が会場いっぱい響きました。会場のビッグパレットふくしまは、会場の隣に現在でも被災者住宅のプレハブが立ち並び、東日本大震災時に多くの避難者であふれた場所であるとのことでした。

開会式で森山裕農林水産大臣は「3月には第3次食育推進基本計画が作成され、4月から食育が内閣府から農林水産省に移管された。今後とも関係各所との連携のもと積極的に食育を推進していきたい。」内堀雅雄福島県知事は「避難生活より子どもものむし歯が増加するなど健康面の悪化が起きている。企業、市町村と連携し全国で誇れる健康長寿県を目指したい。」と



女子大とのコラボ弁当「お疲れ様弁当」



福島県学校給食会展示 釣りぼりクイズ

第57回 全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会

平成28年8月3日(水)、4日(木)大阪府大阪市において、「栄養教諭を中核とした学校における食育の推進」食育の波を全国へ 天下の台所 大阪から」を主題として、第57回全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会が開催され、東京都からは92名が参加いたしました。

開会式終了後、文部科学省初等中等教育局健康教育・食育課長和田勝行氏から、「学校における食育の推進と栄養教諭の役割」と題して、関係省庁(農林水産省、消費者庁、食品安全委員会、文部科学省、厚生労働省)の食育に関する取組例、食育推進体制、第3次食育推進基本計画(平成28～32年度)、栄養教諭の果たすべき役割、栄養教諭配置数(公立)、学校給食における食中毒発生状況、社会的課題に対応するための学校給食の活用(平成28年新規事業)ほか、多岐にわたる報告説明がありました。



文部科学省説明



実践発表の様子

実践発表では、「子ども一人ひとりを大切に、子どもが楽しく学び、食をいれたい」というテーマとして、大阪府泉南郡田尻町立小学校校長堀内喜代子氏、同校指導教諭黒島裕美氏、同校栄養教諭市政雅美氏による発表がありました。発表では、研究主題を「思いや考えを伝え合うことができる子どもの育成」外国語をツールとしてコミュニケーション力を高める」に設定したことおよび、校内研究への栄養教諭の参画の実態について、資料や動画等で具体的に説明されました。発表の最後には、成果と今後の課題をあげ、とくに栄養教諭の校内研修参画による成果として、栄養教諭と学級担任が「食」に関する指導を行う際、教科に関連させた「食」に関する指導を学級担任が行う授業内で、栄養教諭も「食」に関する指導を一緒に実施することで効果が実感でき、「食」に関する指導を従来の単発的な指導から、連続的な指導とし、授業自体の幅を広げ、理解度が深まったことをあげた。今後の課題としては、「食をからめた教科指導をカリキュラム化して、誰もがおもいやすく、楽しく、教えていけるように定着を図ること、授業参観、PTA総会、講演会等の機会をうまく活用して、保護者、地域のみなさまにも「食」の大切さを知っていただき、地域と一体化した活動になるように取組を充実させていくこと等があげられました。

実践発表の他、大阪色にあふれた「笑育(わらびく)食育漫才」や、お好み焼き専門店千房株式会社の代表取締役中井正嗣氏による「食を通じて人を育てる、心を育てる」と題しての記念講演がありました。

2日目は各研究主題に基づき、8分科会にわかれて活発な意見交換・議論がおこなわれました。

なお、次回の全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会は石川県で平成29年8月3日(木)、8月4日(金)に開催を予定しています。

平成28年度 学校栄養職員 情報交換会

第1回
報告

味めぐりカフェ

「世界の料理を作ってみよう！オリンピック開催地の料理」をテーマに平成28年6月4日(土)に実施しました。過去の開催国であるアテネ(ギリシャ)、北京(中国)、ロンドン(イギリス)に加え、今年の開催地であるリオデジャネイロ(ブラジル)の献立を調理しました。今年はオリンピックイヤーということで、多くの方に参加いただきました。実際に調理、試食することで、異国の料理の味に触れ、献立に取り入れる際の分量調整の参考になったとの意見が多かったです。また、他の区市や他の学校の方々との交流の場として貴重な時間となりました。



安齊先生による
給食時間の指導の様子

八王子市教育委員会 安齊祥江先生による「給食時間の指導」では、八王子市の食育目標から授業での取り組み、給食掲示板、家庭・地域への啓発・連携から、当日の献立に関連した指導を実際に使用した資料を交えてお話しいただきました。

参加者からはとても参考になったとの意見はもちろんのこと、「市内で教材の共有ができる仕組みは素晴らしい」「地元密着型の話題を盛り込んだ指導は八王子市の児童・生徒にとって身近な話題でとても良い」との意見がありました。なお、当日のレシピは給食会ホームページに掲載しています。



リオデジャネイロの献立
ごはん、ムケッカ、パステウ、
コーヒーゼリー

第2回(10月29日 土曜日)の参加者を募集します。

日時▶ 10月29日(土) 10時から14時

場所▶ 東京都学校給食会館

内容▶ につぼんの郷土食～新米を主役に～
「給食時間の指導」 お米ができるまで

※24～27年度採用
でない方もご相談
ください。

(食育・安全推進係)
03-3822-9391

対象者：平成24・25・26・27年度採用学校栄養職員

定員：36名

申込：申込書は東京都学校給食会ホームページに掲載

※応募と同時に参加となりますので、欠席の際は必ず事前にご連絡ください。

応募者多数でご参加いただけない場合のみ10月18日(火)までにご連絡いたします。平成28年度
工場見学の
お知らせ見学場所
及び内容

株式会社 新丸正

*ふし製造、削り工程、EU・HACCP対応工場および
漁港での水揚げ、冷凍保管倉庫見学、だしの試飲等

※入船状況により、水揚げが見られないこともあります。

集合・解散
▼
JR静岡駅

日 時：平成28年11月26日(土)

午前9時から午後5時

参加対象：学校給食実施校及び共同調理場の栄養教諭・
学校栄養職員

各区市町村教育委員会の栄養管理担当者

主 催：公益財団法人 東京都学校給食会

後 援：東京都教育委員会

一般社団法人東京都小学校PTA協議会

東京都公立中学校PTA協議会

定 員：40名

(応募者多数の場合は抽選)

経 費：昼食代は参加者負担

申込方法等：9月分請求書に同封の申込書に必要事項を記入し、本会あてにFAXでお送りください。

申込書は、東京都学校給食会ホームページにも掲載しています。

スカートではなくズボンでお越しください。

申込締切り：10月27日(木)

平成28年度学校給食用パン抜取調査結果

平成28年度学校給食用パン抜取調査を6月14日(火)、15日(水)の2日間、学校給食用パン加工委託工場を対象に実施しました。

調査結果は、75点未満の工場(技術指導を要する工場)および乾物量(注1)の許容誤差範囲(注2)を超えた工場はありませんでした。詳細は表1～表5のとおりです。

本会では、この結果に基づき、東京都学校給食パン協同組合に対し、各加工委託工場に対する指導の徹底を要請しました。

(注1) 乾物量 製品から水分を除いた重量

(注2) 許容誤差範囲 基準乾物量に対して、食パン形で±10%以内、コッペ及びその他の形で±5%以内

1. 調査内容

(1)内相・外観の官能審査 (2)乾物量検査

2. 調査担当

(1)官能審査 一般社団法人日本パン技術研究所研究調査部チーフ 並木利文
東京都学校給食パン協同組合理事長 萩原淳一
東京都学校給食パン協同組合技術部長 宮崎宗一郎
東京都教育庁地域教育支援部義務教育課 課長代理(給食指導担当) (14日) 若山ますみ
東京都教育庁都立学校教育部学校健康推進課 課長代理(給食指導担当) (15日) 宮野恵理
公益財団法人東京都学校給食会業務課 食育・安全推進係主任 三井 彩
(2)乾物量検査 本会職員

表1 官能審査及び乾物量検査

注:()内の数値は、前年度の抜取調査結果

パンの種類	件数	評点			評点別分類			基準乾物量に対する過不足率(%)					
		最高点	最低点	平均点	70.00 ~ 74.99	75.00 ~ 79.99	80.00 以上	-10.1 以上	-10.0 ~ -5.1	-5.0 ~ -0.1	0.0 ~ 5.0	5.1 ~ 10.0	10.1 以上
食パン	14 (11)	82.20 (82.00)	79.30 (79.20)	81.10 (80.73)	0 (0)	2 (2)	12 (9)	0 (0)	2 (0)	1 (3)	10 (3)	1 (4)	0 (1)
コッペパン	6 (9)	82.45 (81.75)	78.45 (79.00)	80.64 (80.67)	0 (0)	2 (2)	4 (7)	0 (0)	0 (0)	4 (4)	2 (3)	0 (2)	0 (0)
丸パン	1 (1)	80.15 (80.30)	80.15 (80.30)	80.15 (80.30)	0 (0)	0 (0)	1 (1)	0 (0)	0 (0)	1 (1)	0 (0)	0 (0)	0 (0)
特殊加工パン	1 (3)	82.20 (82.45)	82.20 (80.15)	82.20 (81.15)	0 (0)	0 (0)	1 (3)	0 (0)	0 (2)	0 (1)	1 (0)	0 (0)	0 (0)
全体	22 (24)	82.45 (82.45)	78.45 (79.00)	80.98 (80.74)	0 (0)	4 (4)	18 (20)	0 (0)	2 (2)	6 (9)	13 (6)	1 (6)	0 (1)

表2 食パン

パン工場名	乾物量(%)	評点
(株)三好屋食品工業	△5.3	82.20
(株)東山堂ベーカリー	5.3	79.60
竹島製パン(株)大森工場	2.9	81.20
(有)フレンドベーカリー	2.3	81.70
荒井製菓(株)	4.2	80.50
荒川製パン(株)	4.2	81.80
(有)タケベーカリー	3.1	81.80
不動製パン(株)	△5.9	82.00
(有)セントラル村田商店	4.0	79.30
竹島製パン(株)八王子工場	1.2	80.90
(有)アイグラン	△2.8	81.30
(株)イチマツ食品 青梅工場	3.5	81.30
(株)皇月	3.1	81.80
宮崎食品(有)	0.0	80.00

表3 コッペパン

パン工場名	乾物量(%)	評点
(株)大森製パン	2.9	81.70
福屋製パン(株)	△1.8	81.90
(株)ヒロセ	△1.8	78.80
東武食品工業(株)	△4.3	78.45
(株)一松	△2.1	82.45
(株)イチマツ食品	1.7	80.55

表4 丸パン

パン工場名	乾物量(%)	評点
(株)東和パン	△2.4	80.15

表5 特殊加工パン

パン工場名	乾物量(%)	評点
三和製パン(株)	4.8	82.20

官能審査判定基準

判定	点数
優	80.00 ~ 85.00
良	75.00 ~ 79.99
可	70.00 ~ 74.99
不可	69.99以下

本会では品質向上を目的に判定基準「可」以下の工場に対し、技術指導を実施しております。

- 表2～表5の乾物量の欄の値は、基準乾物量に対する過不足率
- で囲んだ数値は、乾物量が許容誤差範囲を越えたもの

ひとこと

夏休みは学校給食にとってもお休みの期間で、調理室も蝉しぐれの中、ひっそりと新学期での出番を待っていました。それは逆に、ここ駒込の学校給食会館の夏は、俄かに活気つきます。各種の講習会、研修会、講演会、研究発表会などが目白押しで実施されました。

学校給食に携わる方々は、普段日々の学校給食実施のためになかなか時間がとれないこともあり、夏季休業期間は貴重な充電の機会でもあります。こんなメニューを、あんな食材を、と思いつくらず時でもあるでしょう。見聞を広め、知識を蓄え、見識を高める絶好の機会です。それが結果として学校給食の充実、児童・生徒たちの生涯にわたっての健康、そして何より笑顔につながるのです。そんな参加者の意気込みに触れる時、公益法人としての学校給食会の役割の大きさを感じさせられます。

さて、リオデジャネイロでの日本人選手たちの「熱い」戦いに酔いしれた「暑い」夏も過ぎ、何をやるにも適した過ごしやすき季節・秋が到来しました。そして、実りの季節。梨、葡萄、柿、栗と次々に繰り出される切れ味鋭いタツクルに、私たちの味覚はマツトに叩きつけられてしまっています。「やつぱり、日本の秋が一番」とどこかのピールのコマーシャルのようなセリフを吐いてしまいませんか。

新米の季節ももうまじか。今号で紹介したお味噌の豆知識とともに、果物のみならずあらゆる食材を駆使し、夏の充電を放電しつつ、味覚の饗宴といきましょう。

(龍生)