

# 福島県学校給食研究会 栄養士部会

第108号

令和8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 県北方部

# 会 報

## 「食べること」は「生きること」

福島県学校給食研究会 安達支部長 二本松市立旭小学校 校長 菅野 智香子

「いただきます。」

毎日当たり前のように提供される学校給食ですが、この温かい食事には、子どもたちの健やかな成長を願う多くの人々の思いと、子どもたちの豊かな心を育む大切な要素が詰まっています。学校給食は、単に空腹を満たすだけの食事ではなく、まさに、「生きた教材」なのです。

給食は、子どもたちの社会性を育みます。友達や先生と一緒に食事を囲む時間は、コミュニケーションを深める大切な場です。苦手な食べ物に挑戦したり、みんなで協力して配膳や片付けを行ったりすることで、協調性や連帯感も育まれます。

給食は、子どもたちが日本の食文化のよさを知り、食の世界を広げる機会を与えてくれます。旬の食材や地域の特産物を取り入れた献立は、子どもたちが食材について学び、食への興味を持つきっかけとなります。

給食は、子どもたちが、食を通じて命の尊さと向き合う貴重な時間です。給食が食卓に届く

までに、多くの人々の勤労が支えていることを知ることは、感謝の心を育みます。生産者の方々、給食調理員さん、そして食材そのものの命に思いを馳せることで、「いただきます」「ごちそうさま」という言葉がもつ意味を再認識する機会となります。

世界には十分な食事ができない人々もいる中で、栄養バランスのとれた温かい給食を食べられることは、決して当たり前ではありません。このありがたさを感じながら、子どもたちが毎日を元気に過ごせるよう、学校全体で食育を推進していきたいと思っています。

さあ、今日も「いただきます。」の感謝を込めて、おいしい給食をいただきます。」「食べること」は「生きること」なのだから。



## 「健康でたくましいふくしまっ子の育成」

福島市立福島第二中学校 栄養教諭 遠藤 幸子

単独校に勤務していた時、卒業文集の中で、ある児童の文集のタイトルが、「給食」と書かれていることが目に入りました。「ぼくは毎日の給食がとても好きで、栄養士さんが教室に来てくれるのも楽しみだった」と書いてありました。私は給食指導を行いながら、子どもたちに指導内容が理解されているのか不安でしたが、その文章を読んで「一人でも食に興味をもち、自己の課題解決に向けることができるなら、積極的に食育を行っていこう」と確信した事を覚えています。

各学校で食育の打ち合わせを行う際には、先生方から「何回もおかわりをする児童と食べる量が少ない児童の二極化が見られる。適正な量

を提示してほしい」という依頼があります。また、「家庭で和食を食べる機会が少なくなっている。低学年は、給食で多種類の材料が入った煮物を食べられない」という話を伺います。

郷土愛を育む観点から、郷土料理を含めた日本食を提供していますが、実際に給食で提供した「ひじきの磯煮」の小学校での残食は49%ほどあります。食文化を伝えながらも、量や味付け等、工夫が必要だと思っています。

「学校給食は生涯にわたる健康の基礎」と言われています。学校給食の充実に一層寄与するよう取り組み、食育を通しふくしまっ子の育成に関わっていきたいです。

## 「親子方式の学校給食について」

郡山市立御館小学校 栄養教諭 半田 浩美

御館小学校と御館中学校の給食は、令和5年度に単独校方式（自校調理方式）から共同調理方式（親子方式）になり、現在は御館小学校共同調理場（御館小学校給食室）で調理した給食を御館中学校へ配送しています。

現在の食数は、小学校52食、中学校41食の計93食で、調理及び配送業務は民間委託になり、調理員3名（うち1名は中学校での配膳作業兼務、他1名は配送兼務）で行なっています。

親子給食は、郡山市では4例目になりますが、小学校と中学校の親子給食は初めてのケースだったので、前年度に両校の管理職や給食担当の先生方が、次年度の行事調整や給食運営の仕方、給食費会計、納入業者への連絡などについて、郡山市教育委員会と相談しながら準備を進めていきました。

私は、令和5年度に親子給食実施のため栄養教諭として新たに配置されました。1つの献立で小学校と中学校の栄養量を充足することの難しさや調理・配送時間の調整、給食費会計、各学校との連絡調整など、対応に悩むこともありました。しかし、小中学校の管理職や給食担当

の先生方、調理員さんと共通理解を図り、また子どもたちや先生方の「給食、おいしかったです！」の言葉に励まされながら、親子給食を円滑に進められるようになりました。

現在は、小規模校の利点を生かし、学校菜園でとれた作物を使った地場産物に活用しています。また、子どもたちのリクエスト献立の実施や児童生徒の発達段階に応じて9年間を通した食育指導を養護教諭と連携して行えることなども小中学校の親子給食の魅力だと感じています。

今後も親子給食が小中学校連携のひとつとなるように、先生方や調理員さんと連携し、御館の子どもたちの心と身体が大きく成長できるような給食を提供していきたいと思っています。



## 「相馬支援学校の給食について」

福島県立相馬支援学校 主任栄養技師 桑折 智美

本校は令和2年4月に相馬市から南相馬市鹿島区へ校舎を新築移転し、新しい給食施設での給食をスタートさせ6年目を迎えています。

給食は小学部、中学部、高等部の児童生徒、教職員を合わせ約120食提供しており、食物アレルギーの他、ペースト食などの食形態の変更にも対応しています。

新しい給食施設では、洗米機と炊飯器を導入したことで、炊き立てのごはんを提供でき、児童生徒をはじめ教職員にも好評です。

その他、スチームコンベクションオーブンや真空冷却機、湿温蔵庫などの設備が新たに加わり、献立の幅が広がっています。

支援学校の給食というと特別な献立を提供しているイメージもあるかもしれませんが、実際にはペースト食以外は、基本的に他の校種とほとんど同じです。

日本の伝統的な食文化である「和食」の推進については、昔から食べ継がれている地域の家

庭料理や食材を意識的に献立に組み込んでいます。何度も繰り返し味わうことで、給食で食べた思い出の味や食材として記憶に残り、「また食べたい」という気持ちや「自分でも作ってみよう」という気持ちにつながってほしいと思います。

学校給食の献立を考えるとき、栄養面だけでなく、作業工程上無理がないか、予算内に提供できるか、子どもたちにとって見本になる献立になっているかなど考えることが多くありますが、今後も安全・安心な給食を提供できるよう努力していきたいです。



## 「食への関心を高める学校給食と食育の取り組み」

国見町立県北中学校(国見町給食センター) 栄養教諭 渡邊 共子

国見町給食センターは、幼稚園1園、小学校1校、中学校1校の3施設、約600食の給食を提供しています。「食事の栄養バランスを知り、実践していく国見っ子の育成」を給食センター食育目標に掲げ、食育に取り組んでいます。しかし、栄養バランスの大切さについては、食に関する指導や放送指導等で繰り返し啓発しているため、理解はしているものの、実践に結び付けることが難しい児童生徒が多いという現状にあります。

そこで、子どもたちが「食」への関心を高め、栄養バランスのよい食生活を実践できるような取り組みを行っています。

### 《国見町給食体験ツアー》

令和4年度より学校給食への理解促進を目的に、「国見町給食体験ツアー」を実施しています。小中学生とその保護者を対象に希望者を募り、夏休み期間中に下処理から調理までの給食作りを体験しています。今年度は小学校1年生から中学1年生までの11組25名の参加がありました。当日は、手洗いや身支度、調理室での注意事項の説明を行い、調理員から説明を受けながらポークカレーとフルーツヨーグルトあえの調理を行いました。球根皮むき機やスライサーを調理員が操作すると子どもたちは、「すごい!」「近くでもう1回見たい!」と目を輝かせていました。大きなヘラを使いカレーの材料を炒める作業では、「重くて混ぜにくい」と言いながらも一生懸命炒めていました。試食の時間には国見町産の桃ジュースも提供し、参加者全員で楽しい時間をすごしました。参加した児童からは、「自分の食べている給食がどんなふうになられているか知ることができた。今度から給食を残さずに食べたい。」保護者からは、「野菜を3回洗っていることや作業によってエプロンを変えているということを初めて知りました。子どもたちのためにいつもありがとうございます。」などの感想が寄せられました。この取り組みは、子どもたちをはじめ、保護者の学校給食に対する理解や関心を深めるといった大きな成果を上げています。



### 《みんなで食べる国見町の日献立》

平成28年に国見町の郷土料理や行事食、各家庭に伝わる家庭料理をまとめた「国見町食卓図鑑」が町の企画調整課により作成されました。この本に掲載されている料理を「みんなで食べる国見町の日献立」として、月に1度、給食の献立に取り入れています。給食を提供する際には、放送資料で料理や使われている食材等を紹介しています。今年度は、国見の芋煮汁、野菜たっぷりおから炒り、凍み大根の煮物などを提供しました。子どもたちが郷土料理や行事食を家庭で食べる機会が少なくなっているため、地域に伝わる家庭料理や食材について食べて学ぶ貴重な機会となっています。



### 《国見町ほけん課等と連携した食に関する指導》

幼稚園において町ほけん課の栄養士、食改善推進委員と連携し、食に関する指導を実施しています。年少から年長まで共通で行う箸の持ち方の指導や、「朝ごはんの大切さ」、「栄養のバランスについて」、「旬の食べ物を知ろう」など、発達段階に合わせたテーマを決めて指導を行っています。指導日に合わせて保育参観や試食会を開催し、園児だけでなく、保護者も含めて、食生活について考える良い機会となっています。参加した保護者からは、「主食だけの朝ごはんにならないように気をつけたい。」「素材のだしや味が感じられる味付けでとてもおいしかった。家庭での味付けも濃くならないように気をつけたい。」などの感想が寄せられました。また、今年度は、国見町健康課題である塩分の過剰摂取についても注目し、食改善推進委員考案の「減塩ハヤシライス」を給食に取り入れました。様々な立場の職員が連携することで、町の健康課題や子どもたちの現状について情報共有をスムーズに行うことができ、より効果的に食への関心を高める指導を実施することが可能となっています。

今後も子どもたちが食に関心を持ち、自分自身の健康について考え、生涯にわたって健康的な食生活をおくることのできるよう食育を推進して参りたいと思います。

## 令和7年度 表彰

### 学校給食文部科学大臣表彰受賞

《学校給食功労者》 喜多方市立山都小学校 栄養教諭 渡部 由布香

### 公益財団法人福島県学校給食会表彰

《学校給食優良団体》 小野町給食センター  
会津若松市立松長小学校

《学校給食功労者》 福島市立福島第二中学校 栄養教諭 遠藤 幸子  
三春町立沢石小学校 栄養教諭 齋藤 満子  
平田村立蓬田小学校 栄養教諭 本田 浩子  
公益財団法人福島県学校給食会 前常務理事 力丸 忠博

《県産食材活用部門》 川内村立川内小中学園

### 永年勤続表彰

伊達市立伊達中学校 栄養教諭 佐藤 香代子  
いわき市立菊田小学校 栄養教諭 鮎瀬 美鈴

## 令和8年度 行事予定

- 第21回食育推進全国大会  
6月6日(土) 栃木県宇都宮市
- 第3回全国学校給食・栄養教諭等研究協議大会 熊本県  
7月28日(火)～7月29日(水) 熊本県熊本市 (熊本城ホール)
- 県学校給食研究会栄養士部会研修会  
8月6日(木) ユラックス熱海
- 栄養教諭等衛生講習会  
9月上旬～10月上旬 (県学校給食会主催)
- 栄養教諭・学校栄養職員研修会  
10月22日(木)～10月23日(金) (県学校給食会主催)



### 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。ぜひご活用ください。

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

### 編集後記

会報発行にあたり、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、食材の物価高騰や、感染症の流行等により、給食の調整に苦勞されたかと思ひます。

私たちの職種は専門職で、少人数ではありますが、多くの方々とのつながりを大切に、安全安心な給食で子どもたちを笑顔にさせていきたいですね。

これからも、「ふくしまっ子」の未来が、健やかに生き生きとしたものとなるよう、食育推進に力を合わせていきましょう。