

えひめの 給食だより

第124号

令和5年9月29日

編集・発行

公益財団法人 愛媛県学校給食会
〒790-0063 松山市辻町12番29号

TEL 089-924-7623

FAX 089-924-6304

E-mail

info@ehime-gk.or.jp

もくじ

「カルシウムの日」「ピースの日」の給食 …………… 2-5

令和5年度第1回物資選定委員会 …………… 6



※答えは6ページ!



ピースくん



笑顔あふれる! 今治市立清水小学校の子どもたち

「カルシウムの日」 「ピースの日」の給食

今治市では、カルシウムや鉄などの、成長期の子どもたちに不足しがちな栄養素を補うために、毎月「カルシウムの日」、「ピースの日」を設けています。その取組について紹介します。



今治市立清水小学校
栄養教諭 藤原 望美 先生
にお話を伺いました。

鉄分強化に着目した理由や「カルシウムの日」 「ピースの日」に提供した献立の特徴

ピースの日は、平成 26 年に今治市の学校給食で始まった取組です。今治市の給食献立は、豆類と海藻類、小魚の給与量が少ない傾向が見られました。それらを基に、豆料理の日として「ピースの日」を設定し、不足しがちな鉄や食物繊維を積極的に摂れるように考えました。毎月、2日、12日、22日などの「2」がつく1日を選び「ピースの日」とし、豆料理をどの調理場でも提供しています。豆料理をおいしく食べることでできるレシピを全調理場で共有することで、無理なくピースの日が実施でき、豆類の使用量も増やすことができます。

また、「カルシウムの日」は、「ピースの日」が設定された3年後の平成 29 年に、中学生のカルシウム不足を補うために始まった取組です。毎日「コツコツ」とカルシウムを摂って欲しいと願い、毎月、5日、9日、15日、19日などの「5」か「9」のつく日に実施しています。カルシウムを多く含む海藻類、小魚、乳製品等を使い、無理なくカルシウムが摂れる料理を今治市内の献立を考えるグループで見直ししながら実施しています。もちろんこのレシピについても全調理場での共有を行っています。

「カルシウムの日」「ピースの日」についてどのように捉えているか

毎月の「カルシウムの日」や「ピースの日」には、それぞれのキャラクターもあり、献立表を見るだけでも、子どもたちは「この日は〇〇の日だ」と理解してくれています。毎月、新しい献立を登場させるよい機会だと捉えています。



かーるくん



かーるちゃん



ピースくん



給食を食べた子どもたちの反応・藤原先生の感想

どちらの取組も、すでに5年以上続いています。特にピースの日については、取組の始まった当初は、「また豆か〜」といった子どもたちの反応もありましたが、継続をするにつれ、豆に親しむよい機会になっているという実感があります。特に「虎豆」や「うち豆」といった、あまり一般的に流通していないような豆類を食べるときには、興味津々で給食に向かい合っています。



虎豆

虎豆は蔓性のいんげんまめで、北海道では、同種の大福豆、別種のべにばないんげんである白花豆・紫花豆とともに、高級菜豆と呼ばれています。白地を基本としながら、へその周囲に濃黄褐色と淡黄褐色の斑紋が入っているのが特徴で、模様が入り具合が虎に似ていることから、虎豆と称されます。



うち豆

うち豆は、水に浸して柔らかくした大豆を、つぶして乾燥させた保存食です。つぶしておくことで、吸水性に優れ、火のとおりが早いので調理しやすく、他の食材とも相性がよいので、みそ汁や煮物、酢の物など、さまざまな料理に使われます。

参考資料

公益財団法人 日本豆類協会 (mame.or.jp) https://www.mame.or.jp/syurui/feature/syurui_08.html
農林水産省「にっぽん伝統食図鑑」 <https://traditional-foods.maff.go.jp/menu/uchimame>

このような給食で子どもたちに学んでほしいこと、伝えたいこと

身長や体重がすすくと成長している子どもたちにとって、給食は必要な栄養を補うだけでなく、今後の食生活にも大きく影響を与えるものだと思います。毎月の「カルシウムの日」や「ピースの日」を継続すること、献立や校内放送によるお知らせ、お便りなどを通して情報を発信することで、健康面に関して少しずつでも学ぶ機会になってほしいと願っています。



今後どのような給食を提供していきたいか

今治市では、「カルシウムの日」や「ピースの日」以外にも多くの取組を行っています。例えば「今治ブランド給食リレー週間」や「日本一おいしい給食プロジェクト」、「今治産大豆の日」、「FC今治コラボ給食」、「非常食給食」などになりますが、その一つ一つの取組を献立の紹介だけにとどまらず、「食育」につなげることができるように考えています。

今後実施したい、あるいは実施予定の食育の取組について

新型コロナウイルス感染症対策として、給食の際は「黙食」となっていました。現在では緩和され、小声での会話も少しずつ増え始めました。しかし、以前の黙食に慣れてしまっている子どもたちの中には、黙食が習慣化し、あまり会話のない子どもたちもいます。以前のようにとはいきませんが、少しずつ楽しく給食を食べられるような手立てを考えています。



他にもおいしい「ピースの日」の献立!



ご協力ありがとうございました。

令和5年度 第1回 物資選定委員会 (令和5年7月11日開催)

今回は常温・冷凍商品合わせて21品が新規取扱物資として、また、3品がリニューアル物資として選定されました。その中から、3品をご紹介します。新規取扱物資の詳細な情報は、本会のHPにてご確認ください。
なお、各商品の原料配合・栄養成分等の詳細やサンプルのご希望がありましたら、本会までお気軽にお問い合わせください。

新規取扱物資(一部)



棒餃子(鉄分強化) ごま油不使用 40g

国産野菜を使用し、従来品と比べ鉄分を強化しました。
乳・卵・ごま油は使っておりません。



お芋の大福 30g

もちもちとした生地でなめらかないも餡を包みました。アレルギーフリー(28品目不使用)の大福です。



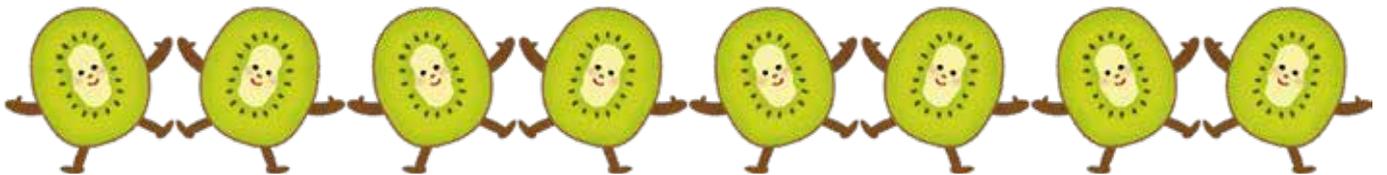
ノンフライつくねFeCa 約7g

国産の鶏肉を使用し、油を使わずに蒸しあげて作ったつくねです。

他の新規取扱物資については、本会HPの「地産地消・地場産物」→「新規取扱一般物資」からご覧ください

地産地消

県学給とコラボして地場産物を使った
貴市町独自のPB商品を作ってみませんか?



皆様の市町で、「地場産物を給食で提供したい!」というお考えがありましたら、
お気軽にご相談ください。お電話・メールをお待ちしております。



ピースくん

表紙の答えは
分かったかな?
正解は
「虎豆」だよ!



かーるくん

かーるちゃん

お問い合わせはこちらまで

(公財) 愛媛県学校給食会

☎ 089-924-7623

☎ 089-924-6304

✉ info@ehime-gk.or.jp

🌐 <http://www.ehime-gk.or.jp>