

で回覧ください

令和3年度 学校給食優良団体・功労者表彰式を開催しました



〈学校給食優良団体・功労者表彰受賞者等の皆様〉

10月26日(火)、学校給食の実施内容が優れ、他の模範となる団体や給食の普及・改善に寄与 された功績が顕著な個人を学校給食優良団体・功労者として、また、県産食材の活用に対す る取組内容が優良で他の模範となる団体を県教育委員会教育長賞(県産食材活用部門)とし て表彰しました。このたびの受賞者は、次のとおりです。

優良団体

(3団体)

西郷村学校給食センター 様 会津若松市立一箕小学校 様 西会津町給食センター 様

県産食材活用部門

(1団体)

南会津町教育委員会 様



〈主催者あいさつ〉 当会会長 佐藤俊市郎



〈学校給食功労者表彰〉 福島市立平野小学校 栄養教諭 本田優子様

功労者

(個人7名)

福島市立平野小学校 栄養教諭 福島市南部学校給食センター 作業長兼技能主査 宮崎和久 様 郡山市立桜小学校 主任栄養技師 須賀川市岩瀬学校給食センター 副主任調理員 飯島敏子 様 広野町立広野小学校 栄養教諭 いわき市立菊田小学校 栄養教諭 前いわき市教育委員会 主任専門栄養技師

本田優子 様 土屋幸子 様 岡田真樹 様 鮎瀬美鈴 様

内山久美子 様



〈謝辞〉 西郷村学校給食センター所長 入来真由美様



〈表彰式の風景〉

会で取扱う精米は、全袋について放射性物質検査を実施しています。(2016年4月精米加工分より)

岭工場の施設見学をご希望の方は、当会業務課までご連絡ください。

100歳越えのプロスキーヤー 浦敬三さんの食事

管理室

敬三(みうら けいぞう) プロスキーヤー 1904年2月15日生まれ 2006年1月5日没(101歳)

百歳を超えてもプロスキーヤーをしていた三浦敬三(故人)という方を御存知ですか?この方の息子は三浦雄一郎 (プロスキーヤー、登山家)、孫は三浦豪太 (元オリンピックモーグル日本代表選手) です。敬三さんが百歳の時には、 アメリカのスノーバードという所で、親子孫曾孫の4世代でのスキー滑降を行い、話題を呼びました。

「三浦家のいきいき長生き健康法」(廣済堂出版)という本の第3章「三浦家の食事法・健康料理」を参考にして、 敬三さんの朝食のメニューを再現してみました。

なお、敬三さんは95歳の時に妻に先立たれ、一人暮らしをしながら食事は自分で作っていました。



食事メニュ 再現

1 発芽玄米ごはん



- ●発芽機を用いて発芽させます。 (発芽機を用いなくても室温で2 ~3日水に浸けておくと発芽し ます(水の交換が必要))
- 2発芽玄米2合とふつうの玄米を 混ぜて炊きます。
- 効能

血液代謝の改善、躁鬱予防。

2 お魚の圧力鍋



- ①季節の魚を骨ごと圧力鍋に入れ
- ❷醤油、みりん、水を入れて30か ら40分煮込みます。
- 効能

タンパク質とカルシウムの補給、 血栓予防。

3 鶏の圧力鍋



- ①高圧鍋に鶏をまるごと、水、醤 油、砂糖、生姜、みりんを入れ ます。(筆者は手羽元を用いた)
- 290分煮込みます。 効能

タンパク質とカルシウムの補給、 関節強化

4 豚びき肉とピーマンの炒め物



- 豚赤身のひき肉とピーマンを混 ぜ、醤油と油で炒めます。
- 効能

脳溢血、風邪の予防。

5 年 7 分 分 5 日 力 煮



- ●キクラゲに醤油、砂糖、煮干粉末を 加え、圧力鍋の中に入れます。 230分ほど煮ます。

6 漬物

カルシウムの吸収促進、便秘の改善。

图中公司



- 納豆にキムチを混ぜます。

体脂肪を燃やす、血行改善。

9あずき館

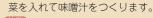


- ●あずきに水をひたひたに入れ、
- ②塩は隠し味程度に混ぜ、圧力鍋

目の健康によい。

者干しの粉末を入れ、季節の野

11 特製味噌汁



効能

代謝促進。

- 砂糖を振ります。
- で30分ほど煮込みます。



- ●緑茶は粉末にして葉まで飲みます。
- 2柿とイチジクの葉は乾燥させ、3対
- ③イチョウの葉は黄色くなったら 採取し、乾燥させて煮ます。

効能

癌予防と認知症防止。

10緑茶、柿とイチジクの葉のお茶、 イチョウの葉のお茶



- 2の割合で粉末にして鍋で煮ます。 煮汁は冷蔵庫で保管して利用します。

12 前卵



- ●卵を丸ごと10日間、酢につけま す。(写真右側は酢に漬けて3日 目の卵の状態。殻は柔らかくな る。筆者はこの状態で殻を取り 除き、卵と酢を混ぜて酢卵とし *(t-)*
- 効能

カルシウムとタンパク質の補給、 ストレス減少。

13特製ドリシク



- ●黒ゴマ、きな粉、テンサイ糖、酢 卵、ヨーグルト、牛乳を混ぜて飲 みます。
- 効能

老化防止、コレステロール除去

ま(と(め)

敬三さんは独り暮らしであったため、紹介したメニューを 作り置きしておいて、1日に6~8品を食べていたようです。 紹介したメニューからも明らかなように、タンパク質とカル シウム摂取量の多さが特徴的です。併せて毎日のウォーキン グ、ストレッチ、筋肉トレーニングも欠かしませんでした。 皆様方の健康・長寿の食事メニューの参考にしていただけ れば幸いです。

7000含としいたけの煮物

白菜・なす、きゅうりを適当に

混ぜ、塩で浅漬けにします。

口の中のお掃除効果。



- ひじきとしいたけを普通の鍋に 入れ、醤油、砂糖、煮干粉末な どを入れて煮込みます。

しいたけは癌予防。

給 食 セ ン ター 紹 介

「輝らキッチン」 中島村学校給食センター

三学期から開始した新センターの取組み

中島村学校給食センター 栄養技師 穂 積 恭 (所属:中島村立中島中学校)





中島村学校給食センターは、旧センターの老朽化に伴い新たなセンターを建設し、 令和3年8月20日より稼働を始めました。

受配校は、中島幼稚園、滑津小学校、吉子川小学校、中島中学校の4校で約610食 を栄養技師1名、調理員8名、ドライバー1名で提供しています。

当センターは、ゾーニングと言われる汚染・非汚染区域が明確に分けられており、 食材の搬入など外気と触れる箇所が調理室と完全に分けられています。また、これま で搬入口は1つでしたが、荷受室・配送口・回収口と3つに分かれ、より衛生を保て る環境となりました。機能面では、アレルギー食調理室が新たに設置され、一般の調

理室とは別に独立した部屋でアレルギー対応食の調理を行うことが出来るようになりました。さらに、独立した和え物室 には、真空冷却機、予冷機能付消毒保管庫の導入により、サラダや和え物を衛生的かつ冷たい状態で提供することができ ます。また、肉魚下処理室から調理室へのパススルー冷蔵庫としてスチームコンベクショクオーブンの台車専用冷蔵庫が 設置され、肉魚下処理室でホテルパンに下処理することが出来、冷蔵庫から並べられたホテルパンを台車でスチームコン ベクションオーブンへと直接運ぶことが出来ようになりました。このことで調理室内をより衛生的に効率よく作業できる ようになりました。施設内には、見学エリアと会議室が設置され、児童生徒が調理の様子を見学したり、会議室で食育や テーブルマナー等の授業を行ったりすることが出来ます。見学エリアの最大の特徴は、「秘密の穴」**があることです。こ の穴は、調理室と繋がっていて直接調理室内のにおいを嗅ぐことが出来ます。実際に目の前で調理作業を見て、においを 嗅いで体験することで児童生徒の食育につなげていける施設になっています。また、センター完成を記念して村民から愛 称を募集しました。たくさんの応募の中から「輝ら輝ら笑顔があふれるように」「中島村の台所(キッチン)で、心も身 体も大きくなれ」など村民の方々の願いが込められた愛称「輝らキッチン」となりました。

初めて、給食センター立ち上げに携わり、戸惑うことばかりで、手探りでの稼働となりましたが、調理員と共に給食作





りに取り組み、ドライバー、各受配校の協力のもと、 無事に日々の給食運営が出来るようになってきまし た。前のセンターとは全く異なる施設・新たな作業 動線・調理員の増員にも試行錯誤しながら徐々に慣 れてきている状態ですが、衛生管理に十分注意しな がら、この施設での作業を把握し、安心・安全な給 食の提供が出来るように、スタッフ全員で取り組ん でいきたいと思います。

「第5回栄養教諭 食育研究大会」が 開催(オンライン) れました

10月10日(日)に栄養教諭食育研究会(代表幹事:金田雅代 女子栄養大学 名誉教授)の大会が岐阜県多治見市で開催されました。

福島県内の食育研究会委員*の参加についてはコロナ禍により、当会に集 合しオンラインでの参加としました。昭和大学医学部小児科講座教授 今 井孝成氏の特別講演「コロナ禍だからこそ大切なアレルギー対応」では、「学 校のアレルギー疾患に対する取り組みガイドライン」の改訂版についての 説明、栄養教諭の取り組む食物アレルギーの移行支援、食物アレルギー患

者の社会における生活像等の講話をいただき、最後に栄養教諭・学校栄養職員に対し、「ガイドラインに精通し、あるべ きアレルギー対応の実現に向けて心に留め置いていただき、学校における取り組みを始めていただきたい」というお話が ありました。

次に、一般財団法人東京顕微鏡院 食と環境の科学センター名誉所長 伊藤 武氏からの「新型コロナ感染症蔓延化に おける食中毒の動向及び対策」の特別講演では、2019年に勃発した新型コロナ感染症から近年の全国における食中毒発生

動向等についての詳しい内容と、最後に新型コロナの個人衛生である手洗いの 励行と消毒、マスクの適正な活用、三密対策が他の感染症防止の相乗効果があ ること。更に、今年の6月から食品衛生法の改正により HACCP が法制化さ れ「学校給食衛生管理基準」は、HACCP の考えを導入した手引書であり、危 害の低減化対策も含まれていることから再度基準から学んでほしいというお話 がありました。

論文発表では福島県内研究会委員における研究論文「栄養教諭と学校栄養職 員への関わり方と食育指導計画策定の現状」について録画映像で発表し、その 後、次年度の研究内容について検討して終了しました。

※現在、当食育研究会の委員を募集しております。詳しくは、総務課食育担当までご連 絡ください。 (総務課食育担当)



令和3年度

栄養教諭・学校栄養職員研修会を開催しました!

令和2年度は新型コロナ感染症のため中止としましたが、今年度は参加人数を制限させて いただき、また、例年行われてきた一般食品事業者による展示会も実施しないなどの、コロ ナ対策を行い、令和3年10月19日(火)20日(火)の2日に分けて、当会において県内の栄養教諭・ 学校栄養職員の方々28名が参加のもと2年振りに標記研修会を開催いたしました。

研修の講義Ⅰは「栄養教諭・学校栄養職員による食育実践の評価・改善」と題し、国立大 学法人上越教育大学院 教授 野口孝則氏よりご講演をいただきました。「食育の評価をデー タで示すことの重要性」「食育実践のまとめ方、データの活用、解析の方法などなど、細部 にわたる具体的なご指導や資料をもとに「やりっぱなしの食育」にならないことを喚起され ました。受講者からは、「栄養士としての目標を再確認することができました。またパソコン についても集計、分析の説明は今につながる内容だった。」「また、ご指導をいただきたい。」 という感想や要望が多くありました。

講義 Ⅱでは、県教育庁健康教育課 指導主事 左雨貴子氏より「当県の食育推進について」 と題し、食育基本法、第4次食育推進基本計画で推進する内容をはじめ、当県の子どもたち の健康問題の現状、学習指導要領、自分手帳の活用方法、学校においての食育推進の評価指

> 標、指導案の書き方等について、分りやすくご指導いただ きました。

受講者からは「現在の福島県の食育として、生涯を通し た健康を支えるための食育、地場産物の利用、活用の促進、 朝ごはんの内容の充実など、様々な課題について知ること ができ、解決に向けて取り組んでいきたい。」等の感想があ りました。

今回研修されたことが各実践の場で、ぜひ、ご活用され お役に立つことを願っております。 (総務課食育担当)



学校給食用パン品質調査会を開催しま

今年度の本調査会 は、新型コロナウイ ルスの終息が見通せ ない状況にあります ことから、審査員等 の出席者を福島県教 育委員会、製パン専 門技術者及び当会職



員として、10月15日 金に開催いたしました。 審査は、外観、内相、香り及び味等について 行い、その結果、学校給食用パンの製造を委託 している県内全ての40工場が「優」の判定*1 となりました。

その他、製パン専門技術者から、「福島県の パンは全般的に品質が均一であり素晴らしい。 更なる向上を目指し、改善できることは改善し て、より美味しいパンを提供していただきた い。」との講評をいただきました。 (業務課)

※1:判定は、100点満点中80点以上を「優」、60点以上 を「良」、50点以上を「可」、50点未満を「不可」として います。(「学校給食用小麦粉及びパンの品質調査につい て1日文部省体育局長通知による。)

給食週間・節分向け商品のご案内

価格は、税抜きの 表示額です。

冷凍県産いか人参



福島県産の人参と国産のスルメイカを使 用した、福島県を代表する郷土料理です。 加熱殺菌済みのため、解凍後そのまま使用 できます。スルメイカの風味と歯ごたえの ある人参が相性抜群の商品です。

食品コード:318889

含有アレルゲン:小麦、いか、大豆 コンタミネーション:乳成分、卵、 牛肉、豚肉、鶏肉、ごま、りんご、もも





学給豆つぶころころまんてん黒豆



いい歯の日向けの行事食として販売しておりましたが、この度大好評につき期間限定で発 売いたします。国産大豆・黒大豆を砂糖、食塩のみでほのかな甘さに味付けし、ほど良い 噛み応えとなるよう少し固めに仕上げました。噛めば噛むほど豆の美味しさが染み出ます。

食品コード:まんてん大豆 124050/まんてん黒豆 124051 コンタミネーション:落花生 締切日:1月5日(水)

お||知||ら||せ

新米 (令和3年産米) のご提供について

当会では、従来どおり放射性物質検査等*を行い、12月分 から新米のご提供を開始させていただきます。

1 放射性物資検査

- 1県の玄米検査(抽出)
- 2 JAパールライン福島㈱の玄米検査(毎月、抽出)
- ③ J A パールライン福島㈱の袋詰め(10kg)精米検査(毎月、全袋)

精米の全量全袋検査は、学校給食用米では、当会取扱いの精米だけです。

4当会の精米検査(毎月、市町村産ごとに抽出)

2 『その他の検査等』

- ●一般財団法人日本穀物検定協会の玄米、精米検定を受検(毎月)② J Aパールライン福島㈱の品質確認(毎月)
- ③当会の米飯細菌等検査(随時)

これからも、良質で、安全・安心なお米(精米、米飯)を 提供させていただきます! (業務課)

【お詫びと訂正】

年度初めに配布いたしました「学校給食用一般食品価格・ 栄養成分表(七訂)」の一部商品名の表記に誤りがございまし お詫びして訂正させていただきます

なお、原料配合、栄養成分等の表記には、訂正ございません。

- ●32頁79番 食品コード:106344
- (誤) JASカセイの福神漬(アレルゲンフリー)
- (正) カセイの福神漬 (アレルゲンフリー) 32頁80番 食品コード: 106330
- (誤) JASカセイの福神漬 (国産原料使用) (正) カセイの福神漬 (国産原料使用) 32頁81番 食品コード: 106341

- (誤) JASカセイの千切りたくあん (正) カセイの千切だいこん清

1月の行事予定

		-,-	
日(曜日)	行 事 名	主催	場所
5(水)	令和3年度ふくしまっ子ごはん コンテスト表彰式(共催事業)	県教育委員会 県学校給食会	福島市
20(木)	第7回食育に関する調査研究会	県学校給食会	県学校給食会
24(月)~30(日)	全国学校給食週間	文部科学省	学校給食実施校等

※新型コロナウイルス感染症の状況により、開催期日等が変更となる場合がございます。

17



昨年来、新型コロナに対抗す べくワクチン接種を受け、マス クの着用、手指消毒などの基本 的な感染対策もしっかりと行っていた結果、インフルエンザの 「イ」の字も聞こえてこなかっ たところですが、現在、インフ ところですが、現在、インフ も医療機関の在庫が不足して

おり、なかなか接種できない状況にありますが、 関係の皆様におかれましても、引き続き体調管 理には十分注意してお過ごしください。 また、12月を迎え、クリスマス行事食、年明 けには学校給食週間等、お楽しみ献立をご検討 けには子校桁良週間等。かなしか断立を上使うされている方も多いのではないかと思いますが、当会では様々な商品をご用意しておりますので、ご注文、サンブルのご用命などお気軽にお申し付けくださいますようお願いいたします。また、お忙しい中、ご寄稿いただきました皆様には、厚く御れ申し上げます。

(事務局次長兼総務課長 三浦初男)

全袋について放射性物質検査を実施しています。(2016年4月精米加工分より) 『希望の方は、当会業務課までご連絡ください。 ※精米工場の施設見学を