



[編集・発行]

公益財団法人  
福島県学校給食会

〒960-1241 福島市松川町字平館16-2  
TEL: 024-567-4711  
FAX: 024-567-4451  
URL: <http://www.fgk.or.jp>  
★ホームページにも掲載しております。  
E-mail: [info@fgk.or.jp](mailto:info@fgk.or.jp)

# 学校給食会だより

ご覧ください



## 福島県学校給食研究会会長に就任して

### 学校給食の課題解決に向けて



福島県学校給食研究会会長 五十嵐 修

(福島市立立子山小学校校長)

「学校給食について研究し、その健全な発展充実と円滑な運営を図ること」。これは、会則に記されている当研究会の目的です。かわり方は、学校各支部、栄養士部会、共同調理場部会とそれぞれ違いますが、目的の先にある「元気な子どもたちの笑顔」を目指して、様々な取組みを行ってまいります。

昨今の食事情を見てみると、様々な課題があります。毎日給食を食べる中で、その課題解決に向けての各方面の取

組みを実感します。例えば、地産地消に向けた地元食材の使用です。あんぼ柿なますが出たときは「こういう方法もあるのか…」と驚きました。また、偏食の解消に向けた献立の工夫も感じます。おひたしのたくあん和えやアーモンド和えの食感のアクセントには、「なるほど、こうきたか…」と感心させられました。

給食は、毎日当たり前に出てきます。給食を当たり前においしく食べられることに感謝しつつ、よりよい学校給食の実現に向けて努力していきたいと思っております。

分散集合方式で  
開催した  
新任所長等  
研修会

令和3年度

### 学校給食共同調理場新任所長等 研修会を開催しました!!

去る4月23日(金)、当会において県内31名の新任所長のご参加をいただき、今回は、新型コロナウイルス感染症を考慮し、午前の部は中通り、午後の部は会津・浜通りに地域分けをして、2年ぶりに標記研修会を開催しました。



当会の佐藤俊市郎会長、福島県教育庁健康教育課 坂詰 康主幹兼副課長の課長代理あいさつの後、同課の斎藤則夫主任主査から「福島県の学校給食実施状況等について」、同じく根本真紀子主任栄養技師から「学校給食の衛生管理について」の講義をそれぞれ行い、最後に当会の斎藤業務課長が「当会の事業概要と取組みについて」の説明を行いました。

参加者から、当県の学校給食の実施状況及び衛生管理については、グラフや表等、詳しい資料でよく理解できた。施設に戻り、改めて衛生管理を見直したい。また、当会が案内した長期保存が可能で、アレルギー対応を考慮した備蓄用非常食「救給シリーズ」に興味を持った。参加したことにより学校給食への理解が更に深まったなどの感想が多く寄せられました。(総務課)

### お知らせ

#### 今年度の栄養教諭・学校栄養職員 調理技術講習会は HP上に掲載し開催します!!

学校給食会だより6月号(第430号)4頁にある7月の行事予定でご案内のとおり、今年度の栄養教諭・学校栄養職員調理技術講習会につきましては、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、集合開催を取り止め、関係資料を当会ホームページの関係者専用ページへの掲載による開催に変更させていただくことといたしました。

今回は、「スパイス」に関する講習とし、その効能や活用方法などについての資料掲載を予定しております。

なお、閲覧開始日につきましては、後日、あらためてご案内させていただきますのでよろしく願いたします。

(関係者専用ページの閲覧には、IDとパスワードが必要です。ご不明な場合は、当会総務課までご連絡をお願いいたします。)(業務課)

※給食会で取扱う精米は、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)  
※精米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。



## 新任栄養教諭のご紹介



### 栄養教諭になって

須賀川市立第一小学校  
栄養教諭 佐瀬 美波

4月より須賀川市立第一小学校に栄養教諭として着任し、あっという間に3ヶ月が過ぎてしまいました。学校給食といっても、市町村や学校、調理場ごとに異なるところが多くあることを実感しながらも、学校の先生方、調理員さん、栄養士の先輩方に助けていただきながら

勤務させていただいています。今まで教えていただいたことを忘れずに日々の栄養管理や衛生管理を行いながら、安全・安心でおいしく、子どもたちにとって少しでも学びの多い学校給食の提供に努めていきたいです。

また、今年度も感染症対策をしながらの給食時間となっていますが、栄養教諭として子どもたちの課題解決のために自分にできることを考え、給食時間や授業など先生方と連携して食育を推進していきたいと思います。



### 栄養教諭になって

勤務：西郷村学校給食センター  
所属：西郷村立西郷第一中学校  
栄養教諭 草野 理香

4月に西郷村立西郷第一中学校所属、西郷村学校給食センター勤務になり3ヶ月になります。単独校からセンター勤務になり、食数や仕上がり時間の違いについていくのがやっとの日々です。ありがたいことに先輩の栄養教諭の下、勤務させて

いただき、自己流になっていた仕事も改良しながら学んでいるところです。現時点では、胸を張って栄養教諭とはまだまだ言えません。栄養士としての給食運営をはじめ、教諭としての子どもたちや家庭、地域に向けた食のアプローチの仕方をしっかりと勉強していかなければと改めて痛感しています。今までお世話になった先輩方のような栄養教諭になるべく、日々励んでいきたいと思います。食の力、周囲の協力を得ながら子どもたちを笑顔にしていきたいと考えております。

ご指導、ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。



### 栄養教諭になって

勤務：磐梯町学校給食共同調理場  
所属：磐梯町立磐梯第一小学校  
栄養教諭 柳田 優紀

4月から栄養教諭として着任しました。新しい環境に戸惑うことも多くありましたが、先輩の栄養教諭の先生方からのアドバイスや、同僚の教職員の皆さんの協力により、充実した日々を過ごす

ことができます。そして、何よりも子どもたちの声と笑顔の力の大きさを実感しながら、恵まれた環境で仕事ができること、感謝の気持ちでいっぱいです。

これからも安全・安心な給食の提供を目指し、子どもたちが抱える健康課題の解決に向けて、関係機関と協力しながら、食に関する指導の充実を図っていききたいと思います。まだまだ未熟ではありますが、磐梯の子どもたちの笑顔のために、精一杯努力していきます。よろしくお願いいたします。



### 栄養教諭になって

勤務：いわき市立平北部学校給食共同調理場  
所属：いわき市立平第一小学校  
栄養教諭 古川 千夏

栄養教諭になって約3ヶ月が経ち、栄養教諭としてできること、やるべきことは何かを模索する日々が続いています。子どもたちが食や健康、

自分の体の成長について学ぶ場になるように、献立内容を充実させ、給食を生かした指導に取り組んでいきたいです。また、コロナウイルス感染症の流行により、前を向いて黙々と食べることが日常になり、人と楽しく会話をしながら食べる「共食」の機会が減っています。子どもたちが給食時間を楽しく過ごすことができるような給食指導や状況に合わせた家庭・学校への情報提供を行っていききたいと思います。

## リモート講師による管理システム研修会

## 令和3年度学校給食管理システム操作研修会を開催いたしました!!

昨年度は開催を見送りましたが、今年度は新型コロナウイルス感染症を考慮し、東京から講師がリモートで説明を行う方式で、6月11日(金)と18日(金)の2日間、当会において県内8名の栄養教諭・学校栄養職員等の皆様にご参加をいただき標記研修会を開催しました。学校給食管理システムは平成14年度から貸出しを開始し、今年で20年目を迎えます。研修では、基本操作から応用的な操作まで幅広く受講いただきました。質疑応答等、不明な点を確認しながら進め、皆さん真剣に受講され、日頃の業務に役立つ有意義な研修となったようです。

なお、本システムに関するお問い合わせは、当会業務課(安藤・川上)までご連絡ください。(業務課)

リモートで  
研修しました♪



# 家庭でも できる シリーズ

## 最強の野菜 クレソン

# 万能食材 「クレソン」の栽培方法



米ニュージャージー州のウィリアム・パターソン大学の研究者が、17種類の必須栄養素の含有量をもとに「栄養素の高い果物と野菜トップ41」リストを作成し、アメリカ疾病予防管理センター（CDC）の機関誌（「Preventing Chronic Disease（慢性疾患を予防する）」2014年6月5日号）に発表しました。この研究は、健康に重要とされるカリウム、食物繊維、タンパク質、カルシウム、鉄、チアミン、リボフラビン、ナイアシン、葉酸、亜鉛、ビタミンA、B<sub>6</sub>、B<sub>12</sub>、C、D、E、Kの17の栄養素の含有量をもとに野菜と果物をスコア化したものです。この結果、スコア100点を獲得して第1位にランクインしたのがクレソンです。

筆者は以前よりクレソンの「自生地」及び「販売店」の調査、「簡易な人工栽培」等に取り組んできたので、その一端を写真で紹介します。（食品安全衛生管理室）

### 1 自生地



写真1

吾妻山の伏流水が流れ込む福島市清水地区の堀の中で見つけたクレソン。この時のクレソンは清流の中にほぼ全体が浸っていた。

### 2 販売店



写真2

JR福島駅構内のスーパーマーケットで購入したクレソン（158円と表示されている）

クレソンはスーパーマーケットや道の駅で稀に販売していることがありますが、常時手に入るものではありません。このため筆者は食べたいときに収穫できる簡易な人工栽培に取り組んでいます。

### 3 人工栽培



写真3

クレソンの人工栽培には様々な方法が考えられますが、ここでは最も簡単な水耕栽培の方法を写真で紹介します。

#### ① 準備するもの

- 側面及び底に穴の開いているプラスチック製のザル
- ザルを入れるプラスチック製の容器
- クレソンの種撒きや苗を植える培地には様々なものを利用できます。例えば食器洗い用スポンジ、ハイドロボール等。写真3では赤玉土（小粒）を培地とし、ザルの穴から土が漏れ出ないようにミスゴケを敷いています。
- 浄水（浄水器を通してカルキ抜きした水、日光に1日晒してカルキ抜きした水等）
- 水耕栽培用の液肥（ネット通販で購入します）。ホームセンターで販売している一般的な液肥も利用できます。

#### ② 苗

筆者は種から苗を育てていますが、購入したクレソン（写真2）を苗として利用すると、早期に収穫が可能です。購入したクレソンを浄水に浸けておくと根が生えてきます（写真4）。これを①で準備した培地に横置きします。スポンジを利用する場合は、スポンジ上部に切れ目

を入れ、その間に根の生えた茎を挟み込むようにします。赤玉土やハイドロボールを利用する場合は、培地に根が接するように横置きします。



写真4

購入したクレソン（写真2）を浄水に浸けて4日目の写真

茎から根が伸びている

### 4 水耕栽培の事例



写真5

培地はスポンジ



写真6

培地はハイドロボール

### 5 その他の栽培方法

#### 用土栽培（写真7、8）

用土栽培も可能ですが、野外に置くとモンシロチョウ等の幼虫の食害により、短期間で葉が食べつくされてしまいます（写真8）。自然界では清流の中で天敵から身を守っています。



写真7



写真8

種を残し葉が食べつくされた

### 6 栽培上注意する点

- クレソンはアブラナ科の植物で害虫による食害が発生しやすいため、室内の日当たりの良い場所で育てます。外で栽培する場合は洗濯ネット等による防御が必要です。
- クレソンの水耕栽培にはカルキ抜きした水を使い、週に1回は水を取り替えます。
- 自生しているクレソンを食べる時は、茹でて御浸しにすることをお勧めします。人工栽培したクレソンは生食がお勧めです。

新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、学校給食関係の皆様も外出を控えていることと思います。この機会に栄養素密度の高いクレソンの水耕栽培にチャレンジしてみませんか。

# お月見・秋向け商品のご案内!

今年のお月見は9月21日(火)

冷凍月見だんご2品の締切日は**8月6日(金)**です。

## 冷凍月見だんご(さつまいもあん)



さつまいもから作ったあんを国産小麦粉の生地で包みました。着色料を使用せず、素材そのものの自然な色がお月様を連想させます。

- 食品コード：315210
- 含有アレルゲン：小麦
- コンタミネーション：大豆
- 乳・卵不使用!

## 冷凍月見だんご(すあま)



国産米の上新粉を使用した甘さ控えめの月見だんごです。お月見柄のかわいらしいフィルムに包装されています。

- 食品コード：315211
- 含有アレルゲン：なし
- コンタミネーション：小麦、大豆
- アレルゲンフリー!

## 冷凍丸目玉焼き(ポイルパック)



生鶏卵を1個1個丁寧に割卵し、黄味の半熟感を残したまま焼き上げました。黄身が中央に焼き上がっているのも特徴です。月見ハンバーグや月見カレーなどお月見にピッタリの商品です!

- 食品コード：312160
- 通年取扱品
- 含有アレルゲン：卵、大豆
- コンタミネーション：なし

国産のさつまいもとかたくちいわしを使用したミネラル豊富で体にやさしい商品です。歯ごたえがあり、咀嚼運動に最適です。

- 食品コード：124034
- 通年取扱品
- 含有アレルゲン：なし
- コンタミネーション：えび、かに、小麦、乳成分、いか、くるみ、ごま、さば、大豆、りんご、アーモンド

## いもけんぴパリッシュ



## お知らせ

### 令和3年度版 貸出教材リスト等をホームページに掲載

今年5月、県内の全ての学校給食実施校、関係機関等に配布いたしました「令和3年度版貸出教材リスト」を当会ホームページに掲載いたしますので、ご購入の際にはダウンロードの上、ご活用願います。

### 令和3年度 学校給食用パン品質調査会の対象試料は「食パン」です!

今年度の学校給食用パン品質調査会は、10月15日(金)に、全工場の「食パン」を対象として開催します。

なお、試料採取校等につきましては、県教育委員会より関係市町村教育委員会を通じて、各該校校にお知らせしておりますので、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

また、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、形式を一部変更して開催させていただきます。(業務課)

## 当会ホームページ内「関係者専用ページ」のご案内

当会ホームページには、関係者の方々にお知らせしたい次の内容を掲載しております。

- 一般食品
  - 専用発注書 (PDF)
  - 取扱県産品 (PDF)
  - 月毎の取扱野菜 (玉葱・じゃがいも) の売渡価格
  - 一般食品物資内訳書 (規格書)

- 基本食品
  - 食品使用簿 (PDF)
  - 米穀・精麦、小麦粉及び脱脂乳粉の需要量申請書 (エクセル) ※各様式をダウンロードして申請書の作成ができます。
  - 基本食品規格書 (パン・米飯・めん)
  - 各委託加工工場のコンタミネーション情報

- 食品安全衛生管理室
  - 月毎の細菌検査結果 (PDF)

なお、本ページへのアクセスには、**ユーザー名(ID)**と**パスワード**が必要です。  
**この度、「関係者専用ページ」アクセス用のユーザー名・パスワードは、令和3年5月14日(金)午前9時に変更いたしました。**  
**このことは、令和3年4月30日付け3学給106号で、ご通知させていただいておりますのでご参照願います。**

なお、ご不明の場合は、当会総務課までお問い合わせ願います。(総務課)

## 8月の行事予定

日(曜日)	行事名	主催	場所
5(木)・6(金)	第62回全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会 (オンライン開催)	文部科学省	群馬県
18(水)	委託加工事業者衛生研修会 (資料配布により開催)	県学校給食会	県学校給食会

※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。

※当会では、8月12日(木)、13日(金)及び16日(月)の3日間は、夏期休業となります。

## 編集後記



まもなく第一学期も終わりをむかえ、暑い夏がやってきます。今夏もマスク着用での新型コロナウイルスの感染防止対策により、熱中症のリスクが高まるそうです。皆様もこまめに水分補給を心がけ、例年以上に熱中症にご注意ください。今後も引き続き、季節品やお薦めの食品などご案内をしてまいりますので、よろしくお願いいたします。

お忙しい中、ご寄稿いただきました皆様に厚く御礼申し上げます。(業務課事務補助員 安斎花奈)

※給食会で取扱う精米は、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)  
 ※精米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。