



町には現在、二人の「栄養教諭」が在籍しています。毎日の献立づくりや食育の授業などを受け持っているお二人に、お話を伺いました。

■「栄養教諭」の大切な役割

食に関する専門知識をもとに、年間の献立表や給食だよりを作ったり、学校では食育の授業などを受け持ったりしています。

毎年小学5年生と中学2年生の全員にアンケートをとり、「給食が好きか」、「給食の量はちょうどよいか」などの調査を行っています。

また、給食の衛生管理は、特に重要な業務のひとつです。

■献立表の作り方

給食の献立は「学校給食摂取基準」に基づいて作成しています。これは、児童や生徒のみなさんが健康に過ごす上で必要な栄養量の基準を定めたものです。できるだけ旬の食材を多く使いながら、必要な栄養素がバランスよく摂取できるメニューになるように心がけています。

(1)

これからも地域の方のご協力のもとに、多くの地元産の食材を味わってもらえるように取り組んでいきたいと考えています。

■「食育」を通して伝えたいこと

年一回、学級活動の時間などを使い、「食育」の授業を行っています。好き嫌いをしないで食べることの大切さや、朝ごはんの重要性など、児童・生徒のみなさんの健康な体づくりに必要なお話をしています。

新しくなった調理場では、食育の研修等を行いながら、実際に調理している様子を見学することができます。今後は、地元の食材に触れたり、給食作りの一部（計量やカットなど）を体験したりするなど、もっと給食を身近に感じてもらえるような取り組みができればと考えています。

現在は、新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、会話をしながら給食を食べることが難しい状態です。家庭での食事の時間など、家族団らんの場を通して、健康な心と体が育まれることを願っています。

④



揚げ物などは、ベルトコンベア式の揚げ物機やオーブンで大量に作られます。中心温度計を使い、75℃～85℃以上になっていることを確認しています。

①



野菜や肉、魚などに分かれた専用の搬入口があります。定期的な食材の細菌検査や、異物の混入がないかを確認して、安全性を確保しています。

⑤



保温・保冷食缶に入った給食。できたてのおいしさを保ったまま食缶用コンテナに積み込まれ、給食の時間に合せて各学校に届けられます。

②



野菜や果物を洗う下処理シンク。安心して食べられるように、水を替えながら3回以上洗浄します。

⑥



食べ終わった食器や食缶は、調理場に戻された後、きれいに洗浄・消毒されてまた明日の給食に備えられます。

③



煮炊き用の大きな蒸気釜で汁物や煮物を調理します。小学校4校分の汁物は、釜を2つ使ってたっぷりと作られます。

学校給食のスケジュール

「いただきます」の前と、「ごちそうさま」の後にあるもの



三井あすか栄養教諭
(長岡小)

森永智恵子栄養教諭
(青葉小)

インタビュー 学校給食を支える「栄養」の専門家



特に、食生活が偏りがちな現代では、生活習慣病などを予防するため、適切とされる食塩の基準量がどんどん減っています。そんな中でも、食材の持ち味を活かすことで、薄味でもおいしく食べてもらえるように工夫しています。

■地産地消

「地元の恵みに感謝して」

地産地消とは、地元で生産されたものを地元で消費するという意味です。遠くから時間をかけて輸送する必要がないため、旬の食材を新鮮な状態で食べられるというメリットがあり、栄養も満点です。

町では、茨城町産の食材を多く使用した「ひぬ丸くんメニュー」を月に2回実施しています。特に6月と11月には一週間で「ひぬ丸くんウィーク」としています。ひぬ丸くんメニューに使用される食材は、地元J Aの方々からご協力をいただいています。令和2年度は、米、さつまいも、卵、にら、にんじん、きゅうり、ごぼう、大根、メロンなどが給食に登場しました。

(1)