

給食従事者の思い

給食は「さまざまな食材との出会い」の場でもあります。残菜状況を管理しながら少しでも食べてもらえるよう工夫したり、減塩のために塩分量を毎日確認して、0.1gでも塩分を減らせるように努めています。

また、小中学校を訪問して、食事の大切さなど食育に関する授業をしたり、実際に給食を食べている様子を見ながら、給食に親んでもらえるよう、子どもたちと交流しています。その子どもたちの「おいしい」が一番のやりがいです。

食缶が空っぽになって給食センターに戻ってくると、授業を通して思いが伝わったのだとうれしく思います。これからも日々の給食を通して、子どもたちの健やかな成長につながるよう励んでいきます。



勿来学校給食共同調理場
栄養教諭 鮎瀬 美鈴さん



勿来学校給食共同調理場
調理員 佐藤さん、北郷さん、後藤さん

未来をつくる子どもたちの成長のお手伝いができることに日々喜びとやりがいを感じています。食べ終わった食缶に「いつもありがとう」とお礼の手紙を頂くこともあり調理の励みとなっています。

献立に関わらず10時30分には配送が始まるため、時間に追われながらの仕事ですが、抜群のチームワークで日々楽しく調理しています。

衛生面には細心の注意を払いながら、おいしい給食を提供していきたいと思っておりますので、残さずにたくさん食べてもらえるとうれしいです。



給食センターでの調理の流れ



① 検収室



食材の納品を受ける部屋です。アルコール消毒とエアカーテンで、外部から不純物を持ち込まないよう徹底します。

② 野菜下処理室



同じ食材を繰り返し洗うなどの下処理をする部屋です。異物が混入しないように食材を丁寧に洗います。

③ 上処理室



下処理した野菜を切る部屋です。子どもたちの食べやすい大きさになるように心がけます。

④ 煮炊き調理室



直径約1.3mの大釜で仕上げの調理を行う部屋です。塩分や中心温度を確認してから、学校ごとの食缶に詰めて配送します。

特集1

給食という授業

同級生と机を囲んでおいしい食べた給食の時間を懐かしく思う方も多いのではないのでしょうか。

学校給食は、栄養バランスの取れた食事を提供しているだけではありません。食料生産・流通等の食の理解を深めたり、友達と一緒に準備をして食べることで社交性や協働の精神を養ったり、地域ごとの伝統的な食文化を学ぶなどの役割を担っている大切な学習の機会でもあります。

そして、学校給食の裏側には、子どもたちの笑顔と健やかな成長のために奮闘するたくさんの方々の姿があります。

本特集では、学校給食共同調理場（給食センター）の皆さんの取り組みや、今の学校給食をご紹介します。

給食を裏側から支える皆さんに感謝しながら「食育」について家庭でも考えてみましょう。

いわき市の給食事情

POINT
①

市内 **7** カ所の給食センターで **248** 人の職員が調理

POINT
②

小中学校計 **96** 校、約 **25,000** 食/日を提供

POINT
③

年間約 **500** 種類の献立を提供 ※ 勿来給食センターにおける小学校の場合（主食を除く。）

給食が学校に届くまでにはたくさんの努力と工夫が込められています

01 健やかな成長を願って

主食・主菜・副菜・汁物・果物・乳製品などを組み合わせて成長期に必要な栄養のバランスを整えています。1日に必要なエネルギーの約3分の1を給食から摂れるようにしています。

02 楽しみに待つ子どもたちのために

10時30分の配送開始時間に間に合わせるため、小学校・中学校ごとに献立を立てる段階から時間を計算し、全て当日の早朝から調理して子どもたちのもとへ届けます。

03 徹底した衛生管理

毎日、調理前に調理員の健康状態を確認しています。また、調理中の小まめな手洗いや食材によっては容器や道具を使い分けるなど、細やかな衛生管理を行っています。

04 多種多様な献立

人気メニューだけでなく家庭でなじみのない食材や料理を取り入れ、給食が子どもたちの食の経験を広げる場となるよう日々の献立を立てています。

[給食に学びを]

栄養教諭などが各校を訪問し、給食をとおした食育を行っています。また、いわきの誇る「常磐もの」の提供や子どもたち自身が参画することで食への関心を促すリクエストメニューの実施、地元高校のオリジナル食材を使用した献立の提供など、給食を通じたさまざまな学びを実施しています。

「常磐もの」を給食に

本市では、毎月7日を「魚食の日」としています。給食でも月に1回程度「魚食給食」を実施し、本市で水揚げされた「常磐もの」を使用しています。

いわきのお魚
「メヒカリのから揚げ」おいしい!!



▲平第三小学校での給食の様子

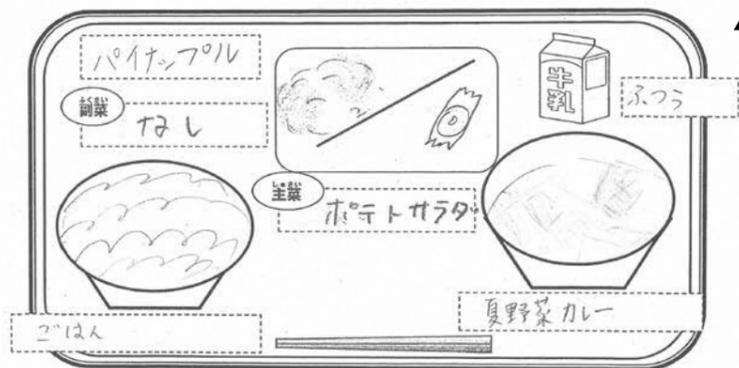
児童生徒の思いを実現！リクエストメニュー！

児童生徒自身が、食べたい給食を給食センターにリクエストすることができます。錦小学校では、季節感やバランスよく誰もが好きな夏野菜カレー、カロリーを抑えることも意識し副菜は控えて、ポテトサラダとパイナップルをリクエストしました。

自分たちの考えたメニューが
給食になってうれしい!!



▲メニューを考案した錦小6年生の皆さん



磐城農業高校との連携！

同校の生徒が育てた「凛々子」という品種のトマトを加工したトマトジュースを使用した「磐農ビーンズシチュー」を提供。

トマトの種や皮を丁寧に取り除いた手間のかかったトマトジュースで、生産者の方への感謝の心を育みます。



[給食のいま]

地産地消の取り組みとして、本市産や本県産の食材を積極的に取り入れながら献立を立てています。さらに、本市の健康課題の一つである減塩対策として、小学校では給食の塩分濃度が2g程度になるように努めています。そのほか、季節を感じられる行事食を提供するなど、子どもたちに興味を持ってもらえるよう工夫しています。

カミカミメニュー

● 切り昆布の油炒め

噛みごたえのあるメニューをカミカミメニューとして提供しています。よく噛んでよく味わうことは、味覚を発達させたり肥満を防止します。昆布のほかにごぼうや麦などの食材も使用。

● 小松菜ともやしのみそ汁

本市産の小松菜や本県産のもやしを使用。



七夕献立

● 星型ハンバーグ/七夕汁

七夕の季節には「行事食」として七夕献立を提供しています。星型のハンバーグやそうめんを天の川に見立てた天の川風の七夕汁を提供。

他にも行事食として、ひなまつり給食や十五夜お月見給食などがあります。



じゃんがら給食

● いんげんのごまよごし/なす汁

いわきの夏の風物詩・じゃんがら念仏踊りは地域ごとにさまざまな念仏を唱えながら踊ります。「盆では米めし おつけではなす汁 十六ささげのよごしはどうだい」という歌詞にちなんで、黒ごまを使ったいんげんの和え物となす汁を提供。

● いわしの揚げびたし

いわきには、とれた魚を長く楽しむために食べ継がれてきた「揚げびたし」という料理があります。この日はいわしで提供。



学校での人気メニューやおすすめメニューなどのレシピを市ホームページに掲載しています。

