



未来を担う子どもたちの 健やかな成長をサポートします

第65号

令和5年3月

# 給食いばらき



知事賞給食



教育長賞給食

## ソフトめんは おいしいな！

桜川市立雨引小学校（1月26日給食）

### もくじ

- 令和4年度文部科学大臣表彰受賞 ..... 2
- 令和4年度学校給食優良学校等紹介 ..... 3
- 令和4年度学校給食献立コンテスト ..... 4・5
- 学校給食用パン・ソフトめんができるまで ... 6・7
- 給食会事業 ..... 8・9
- 本会取り扱い物資のご案内 ..... 10

編集・発行 公益財団法人茨城県学校給食会

〒319-0323 水戸市鯉淵町2508番の52 電話 029-259-0011 FAX 029-259-7721

ホームページ <http://www.igk.jp> E-mail [ibaraki@igk.jp](mailto:ibaraki@igk.jp)

# 令和4年度文部科学大臣表彰受賞

## 「今まで、そしてこれからのこと」 ～令和4年度 文部科学大臣表彰を受賞して～

土浦市立神立小学校 栄養教諭 小神野 あや子



このたびは、栄誉ある文部科学大臣表彰をいただき、大変光栄に思っております。この栄誉は、私ひとりの力ではなく、上司や諸先輩方のご指導の賜物、支えてくれた同僚の皆様、保護者や地域の皆様のお陰と思っております。本当に心から感謝申し上げます。

平成2年度に採用されてから三十有余年、学校栄養職員から栄養教諭へと身分が変わる転換期の中で、「一期一会」の出会いや機会があり、自分はその時その時にできることを積み重ねた結果、ただけた表彰だと思っています。

学校栄養職員の時代は、給食管理と衛生管理を中心とした業務をしてきました。調理員さんと一緒に古びた施設でどのようにしたら安全な給食を提供することができるのか、おいしい給食を提供するにはどうしたらいいのかを工夫し、日々議論を重ねながら、作業動線や作業工程表などを見直し、施設のドライ運用に奔放してきました。

栄養教諭になってからは、学校行事の企画や食の授業を通して子供たちへ「食の大切さ」や「食の楽しさ」など直接伝えることができる喜びを感じることができました。また、保護者・地域の皆様とのつながりから地場産物を給食に活かすネットワークが広がったこともとてもいい経験になっています。

コロナ禍の中でも栄養教諭の仲間と食育動画を作成し、試行錯誤しながら食育を進めていることなど、「一期一会」を大切にしながら、その時その時の状況に応じて今できることを続けていきます。

現在勤務している土浦給食センターは、提供食数約11,000食の大規模センターです。開設から2年が過ぎ、来年度から除去食に代えて、乳・卵の食物アレルギーのある児童生徒に代替食の提供を開始する予定です。代替食の献立作成は初めてですが、今までの経験を基によりきめの細かい献立作成を行い、アレルギーのある児童生徒にも安全でおいしい給食の提供をしていきたいと思っています。

また、私が退職するまでには、もう少し時間がありますので、今までの経験を生かしつつ、今後は個別指導に力を注いでいきたいと考えています。栄養教諭は、教員免許と栄養士又は管理栄養士の資格を両方持っていますが、管理栄養士としてのスキルをもっとあげて個別指導がより充実したものになるよう努力を重ねていきたいと思います。

若かりし頃、パソコンもなく電卓をたたいて栄養計算していた自分、異動する度に新しい職場が辛くて泣いていた自分、でもその職場から異動する時になると仲間と分かれるのが寂しくて泣いていた自分、どれも今ではいい思い出となり、今日の自分の礎となっています。

これからも、人との出会いを大切に精進していきたいと思っています。



# 令和4年度学校給食優良学校等紹介

## 令和4年度茨城県教育委員会教育長表彰

- 優良学校 ひたちなか市立那珂湊第三小学校
- 功 労 者 水戸市立第四中学校 栄養教諭 井上 幹枝

## 令和4年度茨城県教育委員会教育長表彰を受賞して

### ひたちなか市立那珂湊第三小学校 校長 小林 健一



本校は、ひたちなか市的那珂湊地区にあり周りにはさつまいも畑が広がる創立128年の学校です。平成30年に校舎の新築に併せて共同調理場が校舎内に併設された学校として生まれ変わりました。近隣には、那珂湊漁港や国営ひたち海浜公園もあり地域の教育資産の豊富な中で377名の児童の笑顔が集う学校となっております。

令和元年度から茨城県教育委員会より3年間の研究指定をいただき、学校・家庭・地域がひとつとなり、児童が自らの食生活を見直し、健康な生活を送れる実践的な力を身に付ける研究を進めてまいりました。

折しも、コロナ禍の中で研究の柱でもある家庭や地域との連携ができない時もありましたが、タブレット等のICTの活用によりオンラインの良さと実物や対面での交流のハイブリット方式を取り入れるなど、学びを止めずに児童一人一人の「食べる力」を育てる研究を進めることができました。

具体的には、栄養教諭による個別に対応した給食指導、家庭において児童が食べることへの意欲を高める「もりもりパクパクカード」の活用、学校では食品ロスや環境、資源についてSDGsの視点での掲示物による視覚的な食の指導を行いました。

食にあまり興味をしめさなかった児童に対してもICTを取り入れることで食に関する興味・関心を高め、家庭での朝食の大切さの理解が高まりました。さらに、学校併設の共同調理場は、調理の過程を日常的に見ることができ調理員さんとの交流を通して「感謝の心」を育てることに繋がりました。

この研究を通して、児童は地域食材の生産者の思いを知ることができ、改めて朝ごはんの大切さや、食事が心身に与える影響について学ぶことができました。

今後も、今回の研究指定でご指導いただきました事をもとに、本校の児童・保護者、教職員、並びに保護者や地域の方々と食に関する指導の在り方について継続して研究を進めていきたいと考えております。

## 茨城県学校給食功労者表彰を受けて

### 水戸市立第四中学校 栄養教諭 井上 幹枝



3年前、新型コロナウイルス感染症が世界を脅かし始めた4月、中学校勤務となりました。コロナ禍でなかなか給食時に教室に出向けない日々が続きやっと10月からパネル越しでの給食時の指導が始まりました。素直でまっすぐな生徒が一斉に私を見つめてきた時、再会できた喜びや愛しさで胸が熱くなったことを覚えています。続いて食育授業も再開し、3年が過ぎようとしています。赴任した時に入学した1年生が卒業の時を迎えました。この3年間、教室での対面に替わる指導方法を模索していました。現在の前向きの黙食が続いた教室では、給食時に流れる放送を静かに聞くことができることから、放送による食に関する指導内容

の充実に努めました。加えて、ITC活用によるYouTube食育動画の作成に取り組んでまいりました。これらにより、対面に替わる食に関する指導が可能になりました。3年生の卒業前の最後の学級活動では、放送や動画で学んだ知識を活用し要約したり発表したりする姿から、これまでの継続した指導が生徒の健康をサポートできていると実感いたしました。

この度の受賞は、多くの先生方のご指導とご協力、保護者や地域の皆様のご支援の賜物と心から感謝しております。これからも生徒の健やかな成長と健康増進に微力ながら尽力して参りたいと思います。

学校給食の充実と発展及び県内農畜産物の理解を深めることを目的として、茨城県産物を活用した学校給食献立コンテストを実施しました。ご協力をいただきました茨城県教育委員会をはじめ関係者の皆さまにお礼を申し上げますとともに、受賞された皆さまに心からお祝い申し上げます。

## 茨城県知事賞



- 麦ご飯 ● 牛乳
- キングポークと卵のオイスター炒め
- れんこんのビーンズサラダ
- 山なすのごまみそ汁
- ぶどう

桜川市立岩瀬小学校（桜川市学校給食センター）

大山 恵理子

### 県知事賞を受賞して

この度は素晴らしい賞を頂き、ありがとうございます。自分が生まれ育った地である桜川市。この地に勤務している中で、このような賞を頂くことができ、また、桜川市の栄養教諭2名が同時に賞を受賞できたこと、大変うれしく思います。

今回の献立は、桜川市で生産されているナス「山なす」やブドウ「オリンピア」を取り入れたものです。また、豆類や青菜の野菜など、苦手な子どもたちが多い食材も調理の工夫を工夫して献立にしました。私自身、小学生の頃、嫌いな食べ物がありましたが、給食のお陰で好き嫌いを克服できたことがありました。その経験からも、多くの子どもたちにとって、給食がいろいろな料理や食材との出会いとなり、食の幅を広げる「きっかけ」となれば、と願っています。

子どもたちの笑顔あふれる給食の時間。「今日の給食おいしかった。」「今日の給食、また出してね。」こんな言葉に励まされながら、これからも子どもたちの健康を考えながら、楽しい給食の時間を過ごせるよう、そして豊かな食につながるよう、献立作成に励みたいと思います。



### 2次審査・調理の様子



1次審査：10月19日

2次審査：11月17日

## 茨城県教育委員会教育長賞

桜川市立雨引小学校  
(桜川市学校給食センター)

大和田 紗



- みそけんちんうどん ● 牛乳
- つくば鶏のはちみつ揚げ煮
- じゃこと桜えびの香味サラダ
- 酒寄みかん

## 茨城県営業戦略部長賞

茨城県立大子特別支援学校

稲田 千夏



- ご飯 ● 牛乳
- 奥久慈しゃもと茨城野菜のオイスターソース炒め
- 奥久慈ゆば炒りごまおかか和え
- 大子の恵み具沢山豚汁 ● りんご

## (公財)茨城県学校給食会理事長賞

牛久市立中根小学校

福井 恵子



- ご飯 ● 牛乳
- 下根地区のフレッシュバジル入りガパオ炒め
- 茨城県産きくらげ入りかみかみ春雨サラダ
- 6年生のじゃがいもと厚揚げのスープ
- 牛久女化<sup>おなげ</sup>のメロン

## (公財)茨城県学校給食会理事長賞

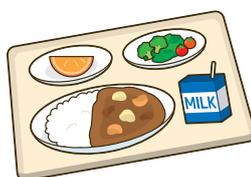
潮来市立潮来小学校

(潮来市立学校給食センター)

蓮田 香里



- ソフトめん
- 茨城の恵みたっぷりミートソース
- 牛乳
- しらすとれんこんのジェノベーゼ
- 県産さつまいも入りフルーツヨーグルト



令和4年度  
茨城県学校給食用パン指定工場  
26社

## 給食用パン



### ミキシング

ミキサーに材料を入れ、混ぜ合わせます。こねあげた生地は室温で発酵させます。



### 分割・丸目機

ふくらんだ生地を分割し、丸めます。



### 発酵

分けられた生地は、プルファーの中をとおり、さらに発酵します。



### 成形

成形機に送られ、コッペパンや丸形などの形に整えられます。



### ホイロ（発酵）

パン生地を並べた鉄板をラックにのせ、ホイロと呼ばれる発酵室に入れます。



### 焼成

オーブンへ入れます。このオーブンは36枚の鉄板が入ります。



### 焼き上がり・冷却

焼きあがったパンは、ラックに移され、冷やされます。



### 包装・金属探知機

包装機を使って包装した後に、金属探知機に通します。



### 目視確認・箱詰め

パン箱に入れるときには、不良品がないか確認します。

パンの製造は、朝4時から始めます。1回目のパンは9時頃に焼き上がり、冷ましてから包装、箱詰めをしています。パンは、発酵工程があるので、気温や湿度によって微調整をしないとおいしいパンになりません。

県産小麦の『ゆめかおり』は、とても使いやすく良いパンができます。収穫量や安定した品質などの課題もあると思いますが、ゆめかおりの収穫量を増やしていただき、100%県産パンが作れるようになれば、私たちパン製造業者だけでなく、子どもたちも、農家さんも喜ぶと思います。



(有) 安蔵パン 村澤 秀聡

# フトめんができるまで

## 給食用ソフトめん



令和4年度  
茨城県学校給食用ソフトめん指定工場  
8社



### 原料投入・ミキシング

ミキサーで、小麦粉と食塩水を十分混ぜ合わせます。



### 複合・圧延・切出し

ミキシングした生地をまとめて「麺帯」にします。麺帯を一定時間熟成させた後、薄く延ばしていきます。圧延された麺帯は切出し機で麺状になります。



### ボイル・冷却

ゆで麺機のバケットに入ったソフトめんは、ゆで麺機の中を通りながらゆであげられ、その後、直ちに水冷されます。



### 包装・検品

1食ずつ包装されたソフトめんを、金属探知機に通して検品します。



### コンテナ詰め

コンテナに入れて、冷蔵庫で当日朝まで保管します。



### 殺菌・箱詰め

当日朝、蒸気殺菌を行い、保温箱に入れて配送します。

ソフトめんには、茨城県産小麦の「きめの波」を100%使用しています。（きめの波は、うどん等の使用に適した中力粉です。）

県内学校給食用製麺工場の中には、今回紹介した蒸気殺菌方式のほかに、ヌードル方式（当日製造、包装、箱詰め）の製麺工場もあります。

写真提供：(株)笠間ソフトめん橋本屋 石上 渉 氏

# 令和4年度学校給食調理技術向上研修会

令和4年10月7日

講師 (株)コメットカトウ 管理栄養士・クッキングアドバイザー

野中 彩菜 氏

学校給食の食事内容の充実と調理技術の向上を図るとともに、栄養教諭・学校栄養職員等の資質向上に資するため、3年ぶりにZoomを活用した配信で実施しました。

コロナウイルス感染拡大等に配慮し、以前行っていたような調理実習はできませんでしたが、学校給食で活用できるスチームコンベクションの上手な使い方について、調理動画の視聴を交えながら、各モード機能の解説、素材や料理別の調理ポイントやコツなどを説明し、参加者からの質問も活発に行われました。



## 研修メニュー

1. 焼 魚の照り焼き
2. 蒸 3色野菜のナムル
3. 蒸 米粉蒸しパン
4. 炒 ソース焼きそば
5. 煮 サバの味噌煮
6. 揚 鶏のから揚げ

研修会を録画した貸出し用DVDも準備しております。ぜひ、ご活用下さい。

## 《受講者アンケートより》

- 経験の浅い私にとって、とても勉強になる時間でした。
- 米粉の蒸しパンはすぐにでも試作したいです。
- 調味液に漬け込んで焼くか、タレは別に作って焼きあがったものにかけるかしかが考えがなかったので、加熱してとろみまでつけたタレを生魚(肉)につけてスチコンで焼くというのは勉強になったし、ぜひやってみたい。
- 講師の方の知識の多さにびっくりし、自分でも見習いたいと思いました。
- 初めてのオンラインでの調理実習でしたが、とてもわかりやすく勉強になりました。
- スチームコンベクションオープンの3つのモード（スチーム・コンビ・ホット）のそれぞれの特徴だけでなく、蒸気量や風量の使いわけについても学ぶことができ非常に勉強になった。
- リモートだったことで、講師の方が調理する様子を手元までしっかりと見ることができ、とてもよかったです。

## 給食会訪問

水戸市立鯉淵小学校2年生10名が9月に、茨城県立内原特別支援学校5年生8名が12月に校外学習で本会見学に来られました。

鯉淵小学校2年生は「町探検」としていろいろな質問をしてくれたり、倉庫で取り扱っている食材を見学したりしました。持参のタブレットで、施設内や配達に来たトラック、倉庫プラットフォームに準備された食材などを撮っていました。



鯉淵小学校 (9/29)

内原特別支援学校5年生は働くことに視点を当てて、事務所や倉庫で働く職員に「どんな仕事をされていますか。」「仕事で気を付けていることは何ですか。」などと質問していました。倉庫では、荷物をパレットごと高いところ上げるフォークリフトに興味津々でした。



内原特別支援学校 (12/1)

## パン・米飯・めんの細菌検査

本会検査室では、学校給食用主食の品質及び安全性を確保するため細菌検査（一般生菌、大腸菌群、黄色ブドウ球菌）を実施し、その結果をHPで公表しています。



検体の採取・秤量  
(10g)



希釈液を添加し、  
均一化



判定（コロニーカウ  
ント、菌の観察）



培地に接種（写真は  
黄色ブドウ球菌用）



培養



この検査のほかに、パンの品質をチェックする学校給食用パン抜き取り審査会やソフトめん水分量検査、精米鮮度判定などを実施し、安全で安心、おいしい給食が提供できるよう努めています。

## ●リレートーク●

### “立場変われば”

茨城県学校給食米飯協同組合 事務局 伊達 正彦



一日の学校生活の中での楽しい思い出のひとつはやはり給食の時間でした。小学校時代は自校で調理する学校だったため、11時近くになると今日の献立がわかる匂いが漂い、おなかが鳴ったものです。

不思議な縁で、学校給食会に勤め今度は給食食材を提供する側にたち、現在は主食をお届けする委託加工工場の組合事務局勤務についております。

あの頃毎日美味しく、楽しく食べていた給食。そしてその食材提供をする立場にたって初めて見える給食の献立作成、調理業務、運営に携わる多くの方々、主食を製造する委託加工工場、その他沢山の給食に携わる方々の大変な苦勞を知ることができました。

時代と共に給食の内容も変わってきていますが、今も昔も児童・生徒にとって給食の時間は貴重なものです。今後も楽しく美味しい給食の提供に努め、子どもたちの思い出づくりに貢献できればと思います。



# 本会取り扱い物資のご案内

令和5年度上半期分選定品の一部です。

【サンプル、物資内訳表等ご希望の方は、お申し付けください。】

## 令和5年度上半期分選定品

野沢菜まんじゅう	北海道産ほっけフライ	北海道産こまいフライ
		
メーカー 隆峯 規 格 25g	メーカー 山越商事 規 格 40g/50g/60g	メーカー 山越商事 規 格 40g/50g/60g
長野の名物の野沢菜を具材に入れた和風の点心です。化学調味料不使用のこだわり商品です。	北海道で漁獲された新鮮な真ほっけを原料に使用した美味しいフライです。	北海道で漁獲されたコマイ（タラ科）を美味しいパン粉に包みました。
減塩揚げボール 標準10g	アスパラベーコンバター オムレツ	荒挽ポロニアステーキ FeCa
		
メーカー スズヒロシーフーズ 規 格 1kg	メーカー 赤城冷凍食品 規 格 40g/50g	メーカー 印南養鶏 規 格 40g/50g/60g
塩分35.1%減塩したタイプに仕上げた、アレルギー物質28品目未使用の揚げボールです。	国内産の鶏卵を使用してアスパラと無塩せきベーコンをバターで調理した具材の洋風オムレツです。	国産鶏肉と国産豚肉を使用しています。鉄分を5.3mg/100g、カルシウムを337mg/100g含んでいます。
Ca強化ハンバーグピカタ	国産パインゼリー 70g	おこめどろーりどろける シュレッド
		
メーカー イセ食品 規 格 50g	メーカー 愛知ヨーク 規 格 70g	メーカー 神明 規 格 200g
花型の玉子焼きに、Caを強化したハンバーグをトッピングした、子供に人気の美味しい一品です。	国産のパインアップル果汁を40%使用しております。アレルギー物質28品目を使用しておりません。	どろけるチーズの様に熱を加えるとどろけて伸びる植物性原料を使用したチーズ代替食品です。

## 令和5年度広報編集委員

石川 洋	梅原 雅美	倉持 浩	黒崎 忍	塚原 俊恵	宮田 雅巳	山崎 富江
------	-------	------	------	-------	-------	-------

### 編集後記

本号発行に際し、ご多用中にもかかわらずご寄稿いただきました皆さまにお礼を申し上げます。これからも、県内の学校給食の取組み等を紹介してまいりますので、食に関する情報がありましたら本会までお知らせください。