

## 調理員さんの一日



8:00 検収

農家や業者から食材を受け取り、状態や数量などを一つひとつ確認します。



8:45 下処理・切り物

別室で野菜の洗浄や皮むきなどの下処理作業を行います。



調理室ではだしをとったり、下処理を終えた食材を切ったり、肉に下味をつけたりします。



11:30 完成・配食

1日の給食で用意するお米は約22キロ。全校生徒合わせて280食分の給食を作り、各教室に配るための容器、食缶に配食します。



12:10 給食開始

子どもたちのもとに栄養たっぷりの給食が届き、給食の時間が始まります。



16:30 退勤

午後の作業が終わってからも、栄養教諭が作成した指示書の確認や翌日の準備などを行います。

ぴっぷの給食は、まず栄養教諭によって、栄養のバランスを考慮した献立が作成されます。そして食材を選定・発注し、指示書や給食だよりを作成しています。いつもおいしい給食を作ってくれる調理員さんの一日を見てみましょう。



8:30 打ち合わせ

事前に作成した作業工程表に従って調理を進めるための確認を行います。



10:00 調理開始

大きな釜やオープン、フライヤーなどを使い調理作業が始まります。

調理後2時間以内の食事や、中心温度の確認と記録など、衛生管理に気を付けて作業を進めます。

素材の味や食感をよりおいしく感じられるよう、工夫をしています。



11:35 検食

子どもたちが給食を食べる前に、校長先生と教頭先生が検食を行い、食品の異常がないか、量や味付け、色彩が適切かどうかを確認します。



14:00 食器・食缶洗浄

各教室から戻ってきた食器や食缶を洗浄します。



子どもたちの笑顔のために

## 特集 ぴっぷのおいしい給食

今月は「学校給食」について紹介します。

学校給食って？

皆さんの「思い出の給食」は何ですか？カレーライス、揚げパン、わかめご飯。クラスメイトと協力して配膳したり、競っておかわりをしたりと、給食はいつの時代も子どもたちにとって楽しい時間です。

日本の学校給食は明治22年、山形県の小学校で、生活が苦しい児童に食事を提供したことから始まったとされています。

その後、昭和29年に「学校給食法」が制定され、学校給食の実施体制が法的に整いました。

本町では昭和40年1月、中学校敷地内に給食センターが整備され、センターから配送する「センター方式」で完全給食を開始。その後、米飯持参の補食給食を経て、平成12年1月からは自校内で調理する「自校方式」が開始され、現在に至ります。

時代に沿って変わる学校給食ですが、「子どもたちの健やかな成長のため」という思いはずっと変わりません。

今日も栄養たっぷりの給食を前に、子どもたちは手を合わせ、笑顔でいただきますー！

## 栄養教諭から



比布中央学校栄養教諭  
中西 香さん

### 食べ物に感謝する気持ちを持って

学校給食は「食育」の大切な実践の場です。給食が生きた教材となるように、毎月、知恵を絞って献立を考えています。その日の献立のポイントを子どもたちに伝えるため、「たべもの教室」というお便りを作成し毎日各教室に配布しています。食べ物に感謝する気持ちを持ってもらうため、給食に関わる多くの方の考えや苦勞をこれからも伝えていきたいです。



### 給食におけるぴっぷ「らしさ」

比布町の給食は自校方式で、子どもたちの食べる様子や生の声を直接聞ける環境にあります。その利点を生かすことが栄養教諭としての責務ですので、子どもたちが伝えてくれる言葉を、これからも大切にしたいと思います。また、前期課程の校舎には広々としたランチルームがあり、2学年が月替わりで給食を食べています。食器の片付けを高学年がさりげなく手助けするなど、ほほ笑ましい姿が見られます。

町の取り組みによって、ミネラル豊富な三大だしや無添加調味料、地元食材をふんだんに使った献立を提供できることも魅力だと感じます。

学校給食を支える第一人者として、比布中央学校で栄養教諭を務める中西先生に、給食にかける思いやこだわりを尋ねました。

### 安全で安心な給食を

学校給食の衛生管理は、過去に発生したO157による食中毒の教訓を踏まえ、現在の基準ができています。安全で安心な給食を提供することは学校給食法に基づく義務であり、調理員の皆さんも同じ思いのもと、日々調理場に立たれています。

作業工程や動線も細かく決まっているため、ベテランの調理員でも緊張の連続ですが、持ち前のチームワークで、子どもたちのために安全でおいしい給食づくりに励んでいます。温かいものは温かく、冷たいものは冷たく、安全なものを一番おいしい状態で提供することが私たちのモットーです。



ぴっぷの給食の特徴として、地元野菜などを使ったものを多く提供しています。大切な給食を支える生産者に、こだわりや思いを尋ねました。

## 地産地消の取り組み

### できるだけ質の良い野菜を

農園で育てているジャガイモ「とうや」を、年間で約500kg納めています。病害虫に強く、煮崩れしにくい品種です。子どもたちの口に入るものだから、できるだけ質の良いものを納めたいと思い、手間はかかりますが、農薬は極力使わないようにしています。

学校に通うわが子から「今日の給食おいしかった」「おかわりした」と感想を聞くことが楽しみで、やりがいを感じる瞬間です。子どもたちには地元食材を身近に感じてもらい、興味を持ってもらえたらうれしいです。



（株式会社久保農園 13区）  
久保 昌義さん

献立例  
・ポテトサラダ  
・ジャガイモのみそ汁



久保農園自慢のジャガイモ

### 地元野菜を食べて元気に育ってほしい

町の栄養教諭さんに声を掛けていただいたのがきっかけで、農園で育てている大玉トマト「マイロック」を納めています。以前勤めていた当麻町の農場から学んだ有機栽培を実践し、トマトは平成25年から、3棟のハウスで育てています。まだ少し青いうちに収穫し、3～4日追熟させています。

心も体も大きく育つ時期に、地元の安全な食材を食べて、子どもたちが元気に育ってくれたらうれしいです。

（今野農園 4区）  
今野 勝貴さん

献立例  
・トマトのドライカレー



完熟した大玉トマト



●トマトは「たかだ畑」(2区)、[Farm of Soul] (12区)にも提供をいただいています。



### JAぴっぷ町が学校給食1年分の新米を寄贈

学校給食に使ってほしいと、JAぴっぷ町から新米「ななつぼし」4トンを寄贈いただきました。寄贈は今年で10年目を迎え、4トンは比布中央学校の給食約1年分にあたります。大西組合長は「できれば1年分贈りたいという思いが実現した。子どもたちが元気に生活する活力になれば」と話されました。

### 人気の給食のメニュー

- ビビンバランチ
- まいたけご飯
- 麻婆豆腐
- ゆでトウモロコシ
- ★ 大豆ポテトサラダ
- ★ 彩り野菜のツナサラダ
- カボチャのポタージュ
- ★ なめこと千本ねぎのみそ汁
- 中華たまごスープ
- ★ 6年生が授業で考案したもの

### 他にもこのような比布の食材を使っています

- かっぱの健卵
- キノコ(まいたけ・きくらげ・なめこ)
- キュウリ
- ブロッコリー
- 大根
- アスパラ
- トウモロコシ
- 千本ネギ
- カボチャ など

### 食育講演会

加工食品ジャーナリストの中戸川貢さんに、「人気商品に含まれる添加物とミネラル不足による新型栄養失調について」という演題で講演いただきます。ぜひご参加ください。

日時 11月30日(土)  
午前10時～11時30分

場所 福祉会館大講堂  
対象 町民および町内に勤務している方  
参加費 無料  
問い合わせ先 教育委員会

### 脳とミネラルの話

脳の健康のために欠かせないのが神経伝達物質であり、その質や量を確保し、有効に機能させるためには、運動と食事(特にミネラル)が効果的ということが、研究の結果でわかっています。

しかし、ミネラルは摂取しにくい栄養素と言われ、日々の忙しい生活の中、各家庭で気をつけてもらうのはとても大変です。

そこで比布町の学校給食では、ミネラル豊富なものを目指しており、専門家による成分分析では、質・量ともに高いレベルという結果が出ています。

みそ汁は三大だし(かつお節・昆布・しいたけ)を使って「うま味」を引き出しています。うま味のしっかりとしただしを使うと塩や醤油の量を控えてもおいしく仕上がります。

