

食育の取組

研究指定校報告

山都町立蘇陽南小学校



サツマイモの苗植え (1年生)



茶摘み

おめでとうございます!

平成26年11月20日～21日、山口県山口市で開催された「第65回全国学校給食研究協議大会」において、天草市立河浦中学校が学校給食優良校として文部科学大臣表彰を受賞されました。今後のご活躍を祈念いたします。

田植え (5年生)



平成26年11月14日に研究発表会を開催しました。詳細については2・3ページをご覧ください。

交流給食【高学年】



CONTENTS

- 食育の取組 1 p
- 学校給食・食育推進校の報告 2 p～3 p
- 学校給食週間中の取組について 4 p～5 p
- 朝食キャンペーン入選作品について 6 p
- くまもとの米・麦・大豆魅力発信・競争力強化事業報告 7 p
- 選定品案内・展示会報告 8 p



熊本県教育委員会指定
熊本県学校給食会委嘱
学校給食・食育推進校
山都町立蘇陽南小学校

研究主題

**健やかな心と体を育てる
食育の充実**

～「食」への感謝と生命尊重の心を
育み、行動につなぐ実践の創造～

11月14日「学校給食・食育」研究発表会を開催しました。当日は、県内各地より140名を越える参加をいただきました。「研究の成果は子どもたちの姿で」は、この2年間ずっと言い続けてきた言葉です。目指す子どもの姿に向かって全職員が一丸となって取組を続けてきました。

特に、本校の研究の特徴は、それぞれの学年が老人会など地域と連携して作物の栽培活動を行い、収穫した作物を使ってふるさと料理を作るなど、老人会と交流を行ってきたことです。

体験活動を通してふるさとを見つめ、地域の方々や「食」に関わる人たちとの出会いがあり、学びを深め、生命尊重や感謝の気持ちを高めてきた子どもの姿がありました。

さらにPTAも学校と連携して「親の学びプログラム」などの自主的な活動を実施され当日発表されました。また、当日は、子どもたちの育てた作物を使って、PTAで赤飯と豚汁を作られ「おもてなし昼食」として参加者に食べていただき大好評でした。とても充実した実り多い研究発表会でした。これからも研究を継続し、さらに実践を深めたいと思います。

研究会当日の様子

《公開授業》

〔1年生〕学級活動

「なんでもたべよう」



食べ物の
はたら
きを理
解し、
何も
も食
べよ
うと
する

態度を身につけることをねらいとした授業でした。授業の中で友達と考え合いながらたくさんの気づきをする子どもたちの姿がありました。

〔4年生〕総合的な学習の時間

「野菜博士になろう」



子ども
たちが
作物の
栽培を
通して
「食」
への感
謝の気
持ちと
これか
らの生
活で健
康を考
え、野
菜を自
分から
進んで
たくさ
ん食べ
よう

とする態度の育成をねらいとした授業でした。体験活動を通して分かったことをグループで発表し、感じたことや考えたこと意見交換する子どもたちの姿がありました。

〔6年生〕家庭科

「工夫しよう楽しい食事」



家族の
ことを
考えた
献立を
つくり
、調理
実習で
得た知
識や技
能を家
庭での
生活に
生かさ
うとす
る態度
を身に
つける

ことをねらいとしました。家族の健康を考え、栄養のバランスや、身近な地域の食材、旬の食材を生かして献立を考え、お互いに意見を出して学習を深めている子どもたちの姿がありました。

《給食（公開給食）》



ランチ
ルームで
の4・5・
6年生の
給食を公
開しまし
た。

準備から食事の様子、さらに栄養教諭の先生の講話も参観していただきました。多くの参観者に囲まれながらも、子どもたちは楽しく給食を食べることができました。

《おもてなし昼食》

参加者の方々にはPTA手作りの昼食でもてなしました。6年生が育てた小豆と5年生が育てたもち米で作った赤飯や4年生が育てた野菜や里芋、手作り味噌を使った豚汁を食べていただきました。とても好評で「おいしいです。」と、ほとんどの方がお代わりをされておられました。さらに4年生が育てたサツマイモを使って大野老人会の皆さんが「いきなりだんご」を作られ、参加者の土産にと配られました。



《PTA発表》



PTAは「食」をテーマにアンケートを行って家庭の

課題を捉えられ、「親の学び」プログラム研修会の実施など、主体的な活動を展開されており、その様子を報告されました。

《全体会》



「食育」の研究実践によって子どもたちの「食」に関する意識が高まり、栽培などの体験活動を通して学びを深め「食」に関わる方々への感謝の気持ちや命を大切にする心などが育ちました。また、家庭生活を見つめ直すことにもつながりました。



- 元気いっぱいの子どもの姿がとても印象的でした。子どもたちと向き合う姿、引きつける指導力、たくさん学びました。見ている方も笑顔になる1時間でした。
- 地域も巻き込んで取り組まれた様子があり今後ますます食育が地域ぐるみで進んでいくことに大きな期待感を持ちました。
- 地域の方との交流や菜園活動など、自分たちで育てた食物を食べられる環境はうらやましいです。積極的に食育に取り組んでいる感じがしました。
- 2年間の研究大変お疲れ様でした。授業や掲示を見て勉強させていただきました。楽しそうに給食を食べる様子を見て、食について楽しく学んでいるのだろうと思いました。昼食は大変おいしく、子どもたちが



作った作物で保護者の方々が料理されるという素敵なコラボレーションに感動しました。

今回は、宇城地区と人吉球磨地区の取り組みの一部をご紹介します。

宇城市立豊野学校給食センター 給食週間の給食献立

◆昔の給食◆

- 押し麦ごはん
- 牛乳
- 具たくさんみそ汁
- 鮭の塩焼き
- 千切りたくあん



◆豊野の味◆

- 干し柿
- ミルクパン
- ポークビーンズ
- 松橋れんこんサラダ
- 牛乳 ミルメーク



◆熊本の郷土料理◆

- 宇城米ごはん
- のっぺい汁
- 阿蘇高菜コロッケ
- 菜焼き



集会発表「給食時間の大切なこと」

給食委員会が手洗いや給食当番の身なりなどの衛生面で気を付けること、給食に感謝の心をもってもらうように給食時間の始まりから終わりまでを劇やクイズを交えて発表しました。



＊ みんなで手洗いを練習しました。

＊ クイズ：一日に髪の毛はどれくらい抜けているかな？

交流給食

センターの調理の先生を招いて、他学年との交流給食。調理の先生へ感謝のメッセージを渡し、いつもと違う雰囲気ですぐ多目的室での給食を楽しみました。



取り組み

水上村立湯山小学校

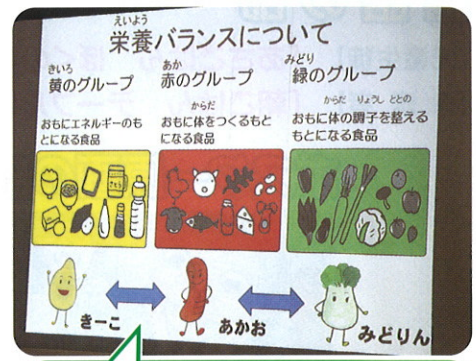
◆特別献立給食～昔の給食を体験～

特別献立給食では、給食が始まった当時の献立や、あげパンなどを味わいました。セルフおにぎりは、大きな口を開けて、ぱくぱく食べていました。



◆給食集会～栄養バランスのひみつに迫れ～

給食集会では、栄養教諭の先生をお招きして、献立を立てるときに気をつけていることについて教えていただきました。本校の食育マスコット「バランス戦隊湯山レンジャー」も登場し、赤・黄・緑のバランスを考えて献立を考えていること、たくさんの種類の野菜が摂れるように工夫していることなど、献立に隠された栄養バランスの秘密を知ることができました。児童の感想からは、「給食がこんなに色々なことを考えて作られているとは知らなかった」という声が挙がっていました。給食集会の最後には、給食を作ってください先生方へのメッセージカードを渡し感謝の気持ちを伝えました。



バランス戦隊湯山レンジャー
あかお・きーこ・みどりん



◆ながよし給食～みんなで食べるとおいしいね～

本校では、毎月1回全校児童が集って会食を行います。給食集会の後も、みんなでながよし給食を行いました。この日は、水上村でとれたしいたけといちごが献立に使われていました。地元の食材をみんな笑顔で、味わって食べました。





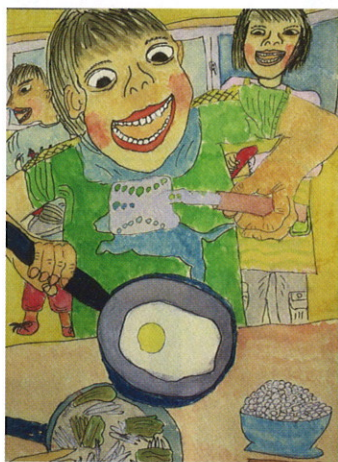
県教育委員会では、朝食欠食ゼロを目指した「朝食キャンペーン」を実施しています。今年も、朝食を食べることの必要性をわかりやすく表現した明るく活力のある標語やポスター原画、子どもたちにも簡単に作れる栄養バランスのとれた朝食メニューを募集したところ、小・中・高・特別支援学校に在籍する児童・生徒及び保護者から総数41,510点もの作品が寄せられました。

最優秀賞 おめでとうございます

標語の部

- 【児童生徒】 「あさごはん ぼくのだいじな おうえんだん」 宇土市立花園小学校 3年 南波 光樹さん
- 【保護者】 「朝ごはん テーブル囲んで 笑顔咲く！」 荒尾市立八幡小学校 保護者 亀田 雅さん

ポスター原画の部



「みんなで作る 朝ご飯」
荒尾市立桜山小学校 6年 尾田 瑛二さん

朝食メニューの部

【夏野菜と地産地消いりどりメニュー】
高菜ご飯・ナスの味噌汁・和風卵焼き・いりどりサラダ
夏に旬の食材と久木野でとれた食材を使って作りました。トマトとキュウリにはカリウムが含まれているため、夏バテの予防に効果があります。



南阿蘇村立久木野中学校 1年 桐原 天美さん

優秀賞

標語の部

- 「朝ご飯 君のやる気の 第一歩」 天草市立栖本中学校 2年 尾寄 貴信
- 「朝ごはん 母の味こそ エネルギー」 熊本県立矢部高等学校 3年 西田 紫歩
- 「空っぽの お茶わん片付け よし！元気！」 菊池市立菊池北小学校保護者 松原 節子

ポスター原画の部

- 「モリモリ食べて 元気いっぱい」 荒尾市立八幡小学校 1年 杉野 優雅
- 「げんきモリモリ 朝ごはん」 宇城市立松橋小学校 4年 鋤崎 歩佳

朝食メニューの部

- 「簡単！おいしい！栄養たっぷり朝食」 宇城市立松橋小学校 6年 西村 美早紀
- 「旬の自家製朝食！」 天草市立倉岳中学校 2年 小浦 妃佳理

この他、入選等の受賞者については、熊本県教育委員会ホームページに掲載しています。

平成26年度 くまもとの米・麦・大豆魅力発信・競争力強化事業報告

本事業は、ごはん中心の日本型食生活の理解等を図るため、児童生徒や保護者を対象とした食育推進普及啓発活動（調理実習等）を実施している、熊本県からの委託事業です。

今年度も各地区の学校で児童生徒及び保護者を対象に『くまもとの米・麦・大豆魅力発信・競争力強化事業における食育・米消費拡大対策業務』の一環で様々な取組を行いましたので、その一部をご紹介します。

熊本市立北部東小学校

第3学年、国語科「すがたを変える大豆」の授業の発展学習として、とうふ作りをしました。

目的

- ①豆腐を自分たちで作る大豆への興味・関心を深める。
- ②調理の楽しさを実感し、家庭での実践意欲を高める。
- ③みんなで仲良く協力しあうことの大切さがわかる。



豆腐マイスターによる大豆・豆腐のはなし

内容

- ①大豆・豆腐について豆知識
- ②とうふ作り工程説明
- ③実習
- ④試食



にがりのはいった容器に、高い位置から一気に流しこみます。水流を起こす一番緊張する作業です。そのまま固まれば、絹とうふの出来上がり！！



豆乳をゆっくりかき混ぜながら85℃にします。



絹とうふをくずして、木枠に流し、フタをして重しを置き、ゆっくり水分をぬきます。



みんなで協力して2種類のとうふができました。



感想より

マイスターに僕たちが作った豆腐を食べてもらって「美味しい！10点満点！」とってもらえたので、うれしかったです。



「にがりは苦いのに、豆腐は何でおいしいんだろう」と不思議に思っています。今日は本当に何もかも楽しかったです。私は、一生の思い出にしたいと思います。

緊張したけど、知らないことがたくさんあって、だんだん楽しくなってきました。家でも作ってみたいです。

今まで食べた中で一番美味しい豆腐でした。自分たちで作った豆腐は最高！！

平成27年度第1学期九州共通選定品案内

いわし梅煮



40g × 10・50g × 10

いわしを国産の紫蘇と無添加の梅肉をたっぷり使用して煮込みました。高圧処理をしていますので骨まで柔らかく、すべて食べられます。

【ボイル】 袋のまま熱湯に入れ、再沸騰後 約20分温めてください。蒸し調理も出来ません。

国産天然ぶりフライ



50g

国産の天然ぶりを国内で加工した贅沢なフライです。脂がのった柔らかな肉質、豊かな風味は天然ものならではの。

【揚】 凍ったまま170～180℃の油で約3～4分揚げてください。

子持ちカラフトシシャモフライ 20g



新鮮なカラフトシシャモを使用しており、頭や骨まで丸ごと食べられるフライです。カルシウムも豊富で卵のプチプチした食感をお楽しみいただけます。

【揚】 凍ったまま170～180℃の油で約3分間揚げてください。

枝豆と豆腐のミンチカツ 40g・60g



乳・卵抜きのアレルゲン対応のミンチカツです。国産鶏肉をベースに生地の食感を大切に、枝豆と豆腐を主体に食物繊維が豊富です。

【揚】 凍ったまま175℃の油で約5分揚げてください。

絹厚揚げ



1kg (90個以上)

ふんわりとした食感はそのままだに、使いやすい約10gのサイコロ型に仕上げた厚揚げです。

【煮】 沸騰したスープやだし汁等に冷凍のまま入れ、約10～15分程加熱してください。

アセロラゼリー (Fiber&Fe入り) 40g



レモン果汁の約34倍のビタミンCが含まれるアセロラを使用したゼリーに食物繊維と鉄分をプラスしました。

自然解凍でお召し上がりください。

瀬戸内産レモンゼリー (はちみつ風味) 40g



瀬戸内の温暖な気候が育んだフレッシュなレモン果汁を配合した、ほんのりはちみつ風味のゼリーです。

自然解凍でお召し上がりください。

学校給食用物資展示会を開催しました

平成26年10月25日(土)に本会にて9回目の物資展示会を開催しました。今年度も多くの学校給食関係者の皆様方にご来場いただき感謝申し上げます。

地産地消の推進に少しでも貢献できればとの思いから、今回は「県産品を知ってもらおう」というテーマを設け、県産品・県内企業を中心に展示・試食等を行いました。イベントとして豆つまみゲームや倉庫見学を兼ねた冷凍庫体験も行い、子どもから大人まで楽しんでいただけたようです。

来年度は記念すべき10回目を迎えます。学校給食の充実、食育の推進に役立つ展示会になるよう努力してまいります。今後ともよろしく願いいたします。

本号発行に際しましてはご多用な中、快くご寄稿、ご協力いただきました皆様方に感謝申し上げます。

