

おいしい学校給食の ひみつ Q & A in 宮川小学校



芦屋市内の小学校・中学校(1校)では、自校方式で各学校が独自の献立を手作りしておいしい給食を提供しています。
今回は、宮川小学校3年3組の給食のようすと、大久保昌子先生をはじめとする市内小・中学校の栄養士の先生がたに、おいしい給食について「Q & A方式」でお話をうかがいました。

おいしい給食のための献立・食材選び

Q 給食の献立(メニュー)は、学校ごとに栄養士の先生が毎日考えていますが、大切にしていることは何ですか？

A まず、基本は安全安心な給食です。食中毒を起こさない、異物混入のない給食です。その上で、地産地消などを考えた生きた教材になる給食に、郷土愛が芽生える給食になるよう努力しています。

Q 給食の安全・安心を守るために、食材選びや調理時に注意していることはありますか？

A 基本・規則を守り、実施すること。食材選びは、値段との兼ね合いもありますが、地

場産を心掛けています。
調理は、ひと手間を惜しまないようにしています。

Q 苦手な子どもたちが多い野菜(ゴーヤ・ナス・ピーマンなど)を食べてもらうために、どのような工夫をしていますか？

A 調理の工夫としては、好きなメニューの中に入れて(カレーライスに入れるなど)、調理方法をかえて味付けする(ゴーヤやかぼちゃなどを油であげてチップスになど)。食育体験として、育てたり、調理のお手伝いをしたりして、食べ物とふれあう機会を作ることも大切なことです。

9月5日(月)
今日のこんだて

スタミナチャーハン
小松菜のサラダ
チンゲン菜のスープ
オレンジ・牛乳



2学期初めての給食は牛肉が入ったスタミナチャーハンに、カルシウムを豊富に含んだ兵庫県産の小松菜を使ったサラダです。中にはちりめんや油揚げが入っています。パリパリにしてよく噛んで食べてもらうようになっています。

給食(自校方式)の 良い点とは？

Q 芦屋市では学校ごとの調理室で給食を作っています(自校方式)。この自校方式の一番良い点とはどんなことですか？

A その学校の独自性を表現できることです。集団が小さいと隔々まで目がゆきとどき、いろいろな面に対応ができることです。また、学校行事にも柔軟に対応でき、子どもたちの好みや意見も献立に反映しやすいところです。



おいしい給食のための取り組みやこだわり

Q 給食に対するこだわりは何ですか？

A 家庭で作られるものが子どもたちにとっては一番と思いますが、給食は、みんなと同じ物を食べる楽しさ・喜びがあります。「みんなと同じものを食べておいしかった。楽しかった!」と子どもたちの心に残る、味わいのあるおいしさではないでしょうか。

Q 食育の観点から子どもたちが食に関心を持つための取り組みをしていますか？

A 食べ物とのふれあい、例えば「豆ごはんの豆むき、そらまめのかむむき、とうもろこしのかむむきなど。

また、生産者のかたがたとの交流や作るうえでの苦労など知り、食べ物への感謝の心を育てています。お米などを自分で育て、作り、収穫する。そして、調理して食べます。そのほか、魚のさばき方などを体験して魚とふれあうなどしています。



Q 今年、何か新しい取り組みをすることはありますか？

A 芦屋市創生の1つとして、「あつながりの淡路市と提携して「ええもん・うまいもん淡路」御食国ミツケ〜」をテーマに淡路市の食材を使った給食を提供します。8校の小学校と1つの中学校が実施する予定です。

給食のこともっと 知ってもらいたい

Q 子どもたちが毎日どんな給食を食べているか市民の皆さんが知ることはできますか？

A 保護者の皆さんには試食会をして、説明をしています。市民の皆さんになると機会がとりにくくなります。そこで、給食展を開催して、多くのかたに知ってもらうことにしています。給食展は、今年で30回の開催になります。

また、学校のホームページに給食室からをつくり、今日の献立をのせている学校もありますので、各学校のホームページもご覧ください。



お話をうかがった芦屋市内の 小・中学校の栄養士の先生がた

給食の安全・安心や衛生管理・食育や献立など市内小・中学校の「おいしい給食」を支えています。

「おいしい給食」のひみつは、食の大切さを発信しながら、子どもたちの成長を見守っている、みなさんの温かい愛情なのです。

