



学校給食だより

第234号

令和5年12月1日
発行



編集・発行 公益財団法人 滋賀県学校給食会 大津市京町四丁目3番28号 TEL: 077-522-3066
この給食だよりは滋賀県学校給食会ホームページでもご覧になれます <https://www.shigakyu.or.jp>



～ひろがる笑顔・つながる笑顔～

甲賀市立貴生川小学校

本校では、「ひろがる笑顔・つながる笑顔」をスローガンとし、給食時間や教科等で食育を行っています。学級担任と栄養教諭が協力して、学年に応じた内容での食指導を行い、授業後は、宿題プリントや保護者向けプリント、学年だよりなどで授業の内容を家庭と共有しています。



もくじ

詳細は 8 ページ

- 「～ひろがる笑顔・つながる笑顔～」・・・・・・・・・・・・・・・・ 1・8
甲賀市立貴生川小学校
- 令和5年度 学校給食用料理コンクール結果報告・・・・・・・・・・・・ 2～3
- わたしたちの広場・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4～5
若葉小学校 北里小学校 北野小学校 藤尾小学校 蒲生西小学校
多賀小学校 虎姫学園 南郷里小学校 仰木の里東小学校
- もっと食べよう近江米！！・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 6
滋賀農政水産部みらいの農業振興課 (滋賀県米消費拡大推進連絡協議会事務局)
- 令和5年度 滋賀県学校給食研究大会 安心・安全な学校給食推進講習会・・・ 7
『食育の推進と学校給食の充実』

令和5年度 学校給食用料理コンクール結果報告!!

テーマ 滋賀県の農林水産物（魚・肉・野菜など）を使った『主菜』

●開催趣旨

学校給食の食事内容の向上と多様化を図るため、中学生の工夫に満ちた料理を募集し学校給食の普及・推進ならびに地域・家庭の食生活の改善、食育の推進に寄与する。

●主催

公益財団法人滋賀県学校給食会

●後援・協力

滋賀県教育委員会

滋賀県栄養教諭・学校栄養職員研究会

●応募資格

滋賀県内の国・公・私立中学校および特別支援学校中学部に在学する生徒

●審査基準

- (1) 独自で考えた作品であり、創意工夫がみられること。
- (2) 栄養、味、色合いが優れていること。
- (3) 手に入れやすい材料を使っていること。
- (4) 大量調理である学校給食に提供できるように、短時間で手軽に能率よく作れること。
- (5) 加熱処理済みの作品であること。
- (6) 未発表のものであること。インターネット等そのままの引用は無効になります。



応募総数 2,666 名
応募者全員に参加賞を送りつけています！

第一次審査

10月4日(水)

応募規定により学校から選出された88作品を書類審査し、二次審査進出作品を決定しました。



第二次審査

10月17日(火)

滋賀県栄養教諭・学校栄養職員研究会にご協力いただき、レシピを試作していただきました。試作いただいた作品を試食し、審査しました。



●審査委員会 (◎審査委員長 ○審査副委員長) (敬称略)

◎久保 加織	滋賀大学教育学部教授 公益財団法人滋賀県学校給食会評議員 滋賀県小学校長会
○石田 昌彦	大津市立日吉台小学校 校長 公益財団法人滋賀県学校給食会評議員
北 加奈子	滋賀県PTA連絡協議会 公益財団法人滋賀県学校給食会評議員 滋賀県学校給食共同調理場研究連絡協議会
森村 肇	近江八幡市学校給食センター 参事 公益財団法人滋賀県学校給食会理事
馬場 直子	滋賀県栄養教諭・学校栄養職員研究会 会長 近江八幡市立八幡中学校 栄養教諭
中山 隆子	滋賀県教育委員会事務局 保健体育課 指導主事

●第二次審査試作調理協力者 (敬称略)

青柳 百合子	長浜市立高月小学校	栄養教諭
八田 奈津子	高島市立今津東小学校	栄養教諭
岸 陽子	米原市立米原小学校	栄養教諭
美濃部 紀子	守山市立立入が丘小学校	栄養教諭
木本 悦子	彦根市立佐和山小学校	栄養教諭
南井 里美	栗東市立大宝東小学校	栄養教諭
日高 佐緒里	湖南市立岩根小学校	栄養教諭
三津屋 純子	守山市立河西小学校	栄養教諭
林 美帆子	東近江市立八日市北小学校	栄養教諭
井口 信子	彦根市立彦根中学校	栄養教諭
成田 祥代	長浜市立速水小学校	栄養教諭
寺村 佳子	滋賀県立盲学校	栄養教諭

学校給食に昨年の入賞作品が登場しています!! 詳しくは8ページをご覧ください!

入賞作品の紹介

最優秀賞

アドベリーソースのサクサク唐揚げ

大津市立南郷中学校 2年
木村 英さん



講評

- ・クラッシュ大豆を衣にしているところがとても素晴らしいアイデアだと思います。
- ・甘酸っぱいソースがおいしい料理です。
- ・子どもが喜ぶ味ついで、アドベリーを使う発想が良いと思います。
- ・ささみがしっとりやわらかく調理されていておいしくできていました。

作り方

- ①ササミの筋を取って一口サイズに切る。
- ②にんにく、しょうがをおろし、酒、しょう油を混ぜたものにササミを10分つけこむ。
- ③小麦粉、卵、水を混ぜたものにササミをつける。
- ④クラッシュ大豆をまぶして180℃の油で、3～4分間揚げる。
- ⑤アドベリーソース、酒、しょう油を混ぜる。
- ⑥⑤を火にかけて冷ます。
- ⑦揚がった唐揚げに⑥のアドベリーソースをかけ完成。

(◎滋賀県産の農林水産物)

材料	4人分の材料
◎ アドベリーソース	大さじ6
しょう油	小さじ2
酒	大さじ2
◎ 滋賀県産クラッシュ大豆	100g
ササミ	8本
酒	大さじ3
しょう油	大さじ3
にんにく	1片
しょうが	1片
小麦粉	100g
卵	1個
水	100g
揚げ油	適量

特製ソース

アピールポイント

- ・以前食べたアドベリージャムがおいしかったので、アドベリーで何か作れないかと思い、作りました。
- ・甘みのあるアドベリーソースが唐揚げのしょっぱさとマッチして美味しいです。
- ・また、誰もが好きである唐揚げは衣がクラッシュ大豆で香ばしさとサクサク感が味わえます。
- ・唐揚げはササミを使っていて値段も安くお手軽に作れると思います。大豆にはタンパク質が含まれていて夏バテ予防にもなります。

優秀賞

いんげんと下田なすと鶏もも肉のカレーマヨ炒め

大津市立田上中学校 2年
井上 ひなのさん



アピールポイント

- ・子どもがあまり好きではないなすを子どもが好きなカレーマヨネーズの味をつけることで食べやすくする。
- ・なるべく一つの鍋(フライパン)で調理できるように考えた。
- ・滋賀県の農林水産物を調べて下田なすは皮が薄くみずみずしくて果実のような甘さがあり、炒め物などによいとあったのでくわえた。

講評

- ・カレーマヨの味つけは子どもたちも好み、下田なすも食べやすくおいしい料理です。
- ・カレーマヨソースは他の野菜にも合う味つけでアレンジが利くレシピだと思います。
- ・ごはんにもパンにも合う味つけて給食向きだと思います。

優秀賞

赤こんにゃくと下田なすを使ったチキンクリーム煮

近江八幡市立八幡東中学校 2年
渡邊 陽斗さん



アピールポイント

- ・こんにゃくはクリーム煮に合うか不安だったが、臭みもなく歯応えが良いので、良いアクセントになり、美味しかった。
- ・赤こんにゃくを使うことで彩りも良く仕上がった。
- ・下田なすは甘味があって水分が豊富、皮が薄くクリーム煮にも合う。
- ・1～6群の食品群が全て入っており栄養バランスも良い。

講評

- ・赤こんにゃくと小松菜の色合いも良く、子どもが好みそうな料理です。
- ・チキンクリーム洋風の赤こんにゃくと下田なすに合い、おいしくできていました。
- ・ごはんにもパンにも合う味つけて給食向きだと思います。
- ・大量調理の給食に提供しやすい作品だと思います。

優秀賞

夏と琵琶湖のめぐみのチーズかき揚げ!

高島市立安曇川中学校 3年
川越 陽歌里さん



アピールポイント

- ・夏にとれる地元の野菜をたっぷり入れました!!スジエビとチーズでカルシウム、たんぱく質をとり、夏バテを防ぐオクラなどたくさん栄養が含まれています。
- ・琵琶湖のスジエビの甘煮を使ったことで、甘じょっぱさ、チーズの塩気、オクラのネバネバが『サクッ』とした衣にとってもマッチし、食欲が進みます。
- ・他の野菜の甘みも天ぷらにぴったりで夏バテ知らずの美味しいおかずができて上りました!!

講評

- ・オクラがたなぎの役割もしておいしくできていました。
- ・スジエビがサクサクしていて、チーズの風味が良くおいしい料理です。
- ・野菜もパクパク食べられるレシピです。

佳作

びわますの湯葉あんかけ

長浜市立西中学校 2年
中島 実海さん



佳作

ポテトの赤こんにゃくミートソースがけ

草津市立玉川中学校 2年
西村 奏胡さん



佳作

夏野菜とうふキッシュ

守山市立明富中学校 2年
春日 虹花さん



佳作

豚肉とすじえびのコチュジャン炒め

高島市立朽木中学校 2年
菊地 讚美子さん



佳作

ますの甘酢あんかけ

高島市立安曇川中学校 2年
地村 和華さん



入賞作品の作り方は滋賀県学校給食会のホームページでご覧いただけます。



おいしいきゅうしょく



彦根市立若葉小学校 2年 大志万 はると
きゅうしょくをまい日つくってくれてありがとう
ございます。ぼくがすきなのは、えだまめとコー
ンのサラダです。ほかにもすきなサラダがたくさ
んあるけど、なぜ、このサラダがすきかという
とつめたいえだまめがすきだからです。おかずがあ
まっていると、毎日おかわりをするぐらい、きゅ
うしょくがだいすきです。きゅうしょくをつくっ
てくれるから、毎日元気にくらせています。これ
からもおいしいきゅうしょくをつくってください。

がんばって作ってくれる きゅう食センターの人へ



近江八幡市立北里小学校 3年 蛭子 柚南
わたしは、きゅう食が好きです。はじめてきゅ
う食を食べた時、きゅう食がとてもおいしかった
です。きゅう食を作ってもらっている人たちに「い
つもありがとうございます」と言いたいぐらいか
んしゃしています。

にがてな食べ物もあるけど、がんばって食べて
います。好きな食べ物は、牛にゅうの中に入れる
ココアと、ししゃもです。一年生のころは、ししゃ
もが苦手だったけど、二年生からおいしいと思っ
て大すきになりました。二年生のときにケーキが
でてびっくりしました。また三年生になっても、
食べたいです。いつもありがとうございます。

大好きな給食



野洲市立北野小学校 5年 岡本 吏恭
ぼくは、給食が大好きです。特に、きなこ
あげパン・とんこつラーメン・お肉が大好き
です。

お肉は、牛や、とり、ぶたなどいろいろな
動物から命をもらっているの、なるべく残
さないようにしています。野菜などは、健康
にいいのであまり残しません。

いつもごはんがおいしくて、よく食べます。
毎日できるだけ残さないようにしています。
給食センターの人がいっしょうけんめいに
作ってくださっているのが味でわかります。

これからもできるだけ残さずに食べたいで
す。



大津市立藤尾小学校 4年 神森 恭吾



大津市立藤尾小学校 4年 川島 友翔

私達のエネルギー

長浜市立虎姫学園
9年 中川 香笑良

「今日の給食なにー？」給食の時間までにこの言葉が何度も教室を飛び交っています。私の学校では年に1回、給食センターの皆さんにメッセージを送っています。1年生から9年生までがそれぞれの思いを書き、給食センターの皆さんに日頃の感謝の思いを伝えたいということから、この活動が始まりました。

私達にとって給食は1日の楽しみでもあり、授業を頑張ろうと思わせてくれるエネルギーでもあります。一人一人の健康を考えて作ってくださっているということに感謝し、1食1食を大切にいただきます。

食べられる幸せ 東近江市立蒲生西小学校 教諭 青木 寛子

給食指導といえば、昔は休み時間まで食べさせられて…というのが常でしたが、最近はそういうことも減ってきました。子どもたちの苦手に寄り添うことはとても大切です。でも簡単に残すことはしてほしくないというのが私の本音です。お肉もお魚もお野菜も、全て命です。命をいただいているという感謝は忘れてはいけないと思います。作ってもらえることも、食べられることも、当たり前のことではありません。給食をいただける幸せを感じながら、感謝の気持ちでこれからも給食をいただこうと思います。

給食への感謝

長浜市立南郷里小学校
保護者 呉竹 優子

我が家には小学生と中学生の息子2人がいます。帰宅すると兄弟で「今日の〇〇美味しかったな」「僕残さず食べたけどお兄ちゃんは？」と会話をしているのをよく耳にします。学校が別でも給食という共通のもので2人が話しており、私も楽しい時間を過ごしております。季節にあった栄養・バランスのとれた食材での給食をいつもありがとうございます。家でも食べることの大切さ、食べられることへの感謝をきちんと伝えていき、子どもには9年間の給食を大事に感じてもらいたいと思います。

活気のある給食時間に



多賀町立多賀小学校 栄養教諭 林 安津美
給食センターが多い滋賀県ですが、私は小学校で長年勤務をさせていただいています。給食のできるにおいや子どもたちの声を直接聞ける環境をとっても有難く思っています。

コロナから約4年が経ち、ようやく給食時間も以前に戻りつつあります。会話をせずに食べていた期間は「給食」が心の栄養に十分になっているのか？と思うこともありました。また給食時間が以前のように活気ある時間になることを期待しています。これからもおいしく体と心の栄養になる給食を届けられるよう日々努めていきたいと思っています。



大津市立仰木の里東小学校
5年 森 みずき



もっと食べよう近江米!!

滋賀県農政水産部みらいの農業振興課
(滋賀県米消費拡大推進連絡協議会事務局)

●「近畿の米蔵」滋賀県

滋賀県は古くから米の産地として知られ、その優れた品質と生産量の多さから「近畿の米蔵」と呼ばれてきました。

滋賀県でとれる米は「近江米」と呼ばれ、「コシヒカリ」や「キヌヒカリ」、「秋の詩」、「みずかがみ」など様々な品種が栽培されています。

なかでも「みずかがみ」は、農薬や化学肥料の使用量を通常の半分以下に減らして栽培されており、琵琶湖やその周辺環境に配慮した「環境こだわり米」です。さらに、冷めてもおいしいことから、お弁当やおにぎりにも人気があります。

また、今年の秋には滋賀県が開発して10年ぶりに誕生した近江米の新品種「きらみずき」がデビューしました。

「きらみずき」は、「環境こだわり米」の中でも最も厳しい基準で栽培されており、オーガニック栽培、もしくは化学肥料および殺菌殺虫剤を使用しない方法で栽培されています。大粒で甘みがあり、環境先進県と言われる滋賀県のこだわりがたくさん詰まった品種です。



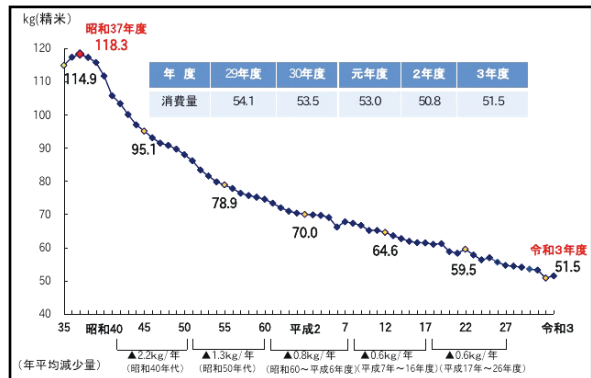
●米の消費をとりまく現状

米は昔から日本人の主食として、私たちの食生活を支えてきましたが、消費量は年々減少する傾向にあります。

国民1人が1年間に食べる米の量は、昭和37年度の118.3kgをピークに減り続け、令和3年度では51.5kgと約半分にまで落ち込んでいます。

米の消費が減少している理由として、食生活の変化や少子高齢化、世帯構造の変化など様々な要因があげられますが、今後もさらに減少すると考えられています。

<米の消費量の推移>



出典：「米の消費拡大について」農林水産省
(<https://www.maff.go.jp/j/syoutan/keikaku/soukatu/attach/pdf/index-26.pdf>)

●正しく知っておいしく食べよう

近年、食の多様化が進み、パンや麺類など米以外の選択肢が増えたことや「米を食べると太る」といった間違ったイメージの浸透により、特に若い世代を中心に米離れが進んでいます。

米はエネルギー源となる炭水化物のほか、タンパク質やビタミン、食物繊維にミネラルといった栄養素をバランス良く含み、よく噛んでゆっくり食べることで血糖値の急激な上昇を抑えることができます。また、腹持ちがよく、脂質が少ないことから「体脂肪になりにくい」というメリットがあります。

「米(炭水化物)=太る」ではなく、米を主食にバランスの良い食事をとることが美容や健康には大切なことです。

正しく知って、おいしく食べる。みなさんも近江米をたくさん食べてください。



近江米消費拡大イベントの様子

滋賀県学校給食研究大会

令和5年度 安全・安心な学校給食推進講習会

『食育の推進と学校給食の充実』

開催日：令和5年8月9日（水） 会場：滋賀県立県民交流センター ピアザ淡海
 主催：滋賀県教育委員会、公益財団法人滋賀県学校給食会
 後援：滋賀県小学校教育研究会保健安全部会、滋賀県中学校教育研究会保健安全部会
 滋賀県高等学校等教育研究会学校保健安全研究部会、滋賀県学校給食共同調理場研究連絡協議会
 滋賀県栄養教諭・学校栄養職員研究会



1 開会式

後援をいただいた教育研究会等の代表者にご臨席をいただく中、主催者を代表して県教育委員会 福永教育長のあいさつがありました。



2 表彰式

○滋賀県教育長表彰

学校給食功労者（個人）3名

学校給食の普及と充実を図るため、特に功績のあった学校給食関係者を表彰するものです。



小南 貴史	野洲市学校給食センター
木村 絹子	滋賀県立新旭養護学校
木本 悦子	彦根市立佐和山小学校

（敬称略）

○公益財団法人滋賀県学校給食会

理事長感謝状 19名

学校給食の調理、その他の業務に7年以上従事し、それぞれの立場で、改善向上に努められた感謝の意を表するものです。



石黒 智子	野洲市学校給食センター
江平 久美	野洲市学校給食センター
大河 とし枝	高島市今津学校給食センター
太田 優香	米原市立西部給食センター
岡本 典子	滋賀県立八日市養護学校
小川 さやか	長浜南部学校給食センター
北野 ます美	滋賀県立八日市養護学校
久米 祥代	豊郷町立豊郷小学校
小霜 達夫	野洲市学校給食センター
谷川 仁美	豊郷町立豊郷小学校
谷口 由香里	米原市立西部給食センター
中山 秀夫	大津市教育委員会事務局学校給食課
西川 うい子	滋賀県立八日市養護学校
西村 志保	東近江市能登川学校給食センター
長谷川 香津代	豊郷町立豊郷小学校
長谷川 愛	大津市教育委員会事務局学校給食課
平田 愛子	東近江市能登川学校給食センター
三浦 澄子	滋賀県立八日市養護学校
山本 弓恵	滋賀県立新旭養護学校

（敬称略）

3 説明

「学校給食におけるリスクマネジメントについて」

滋賀県教育委員会事務局 保健体育課

指導主事 中山 隆子 氏



開催にあたりご協力いただきました関係者の皆様にお礼申し上げます。

4 実践発表

①「学校給食の衛生管理等に関する調査研究をうけて」

愛荘町給食センター

愛荘町立愛知川小学校

栄養教諭 小財 敬子 氏

一富士フードサービス株式会社

岡本 智子 氏



指導内容を職員全体で話し合いながら改善されているのがすばらしい。発表での改善内容を参考に、自分の施設でも改善したい。等の感想が寄せられました。

②「見て聞いて食べて学ぶ食育の実践」

栗東市立葉山中学校

栄養教諭 武永 紗代子 氏

栗東市立大宝東小学校

栄養教諭 南井 里美 氏



作業ごとに動画が短編に作られており、児童生徒が集中して見るができると思った。栄養教諭等がいない学校でも同じような指導ができると感じた。等の感想が寄せられました。

5 講演

『食中毒の発生状況とおもにノロウイルスを対象とした対策について』

東京都健康安全研究センター

微生物部 病原細菌研究科

森 功次 氏



科学的根拠をもとにウイルスや細菌による食中毒の予防について理解を深められた。手洗いの重要性を根拠からお聞きし、再認識できた。等様々な感想がありました。



6 閉会式

公益財団法人滋賀県学校給食会

木村常務理事から閉会のあいさつがありました。



学校給食用物資展示・試食会も同時開催しました！





笑顔いっぱいの給食時間～感謝を伝えて、みんなで笑顔に～

甲賀市立貴生川小学校

日々の給食時間の食育放送では、給食委員会の児童が毎日の給食献立と給食一口メモを読み上げ、当日の給食の説明をします。また、栄養教諭が当日の給食調理風景を動画や写真で紹介したり、当日使った野菜の生産者を紹介したりして、給食を食べる意欲を高めています。食育放送は、コロナで黙食になり給食時間の直接指導が難しい状況から始まった、5分程度の全校放送ですが、放送を聞きながら楽しく学び、食べることで笑顔あふれる給食時間をつくっています。

給食時間が終わると、毎日、給食委員会が給食の返却チェックを行います。食器やお玉を決められた通りにきれいに返すよう、呼びかけます。食べた後、きれいに返すことで感謝の気持ちを表すことができるからです。項目ごとにチェックし、集計して「返し方がきれいなクラス」を全校放送で発表しています。



昨年の学校給食用料理コンクールの入賞作品が学校給食に登場しました！



滋賀の産物を食べようデー

- ・大津産麦ごはん
- ・牛乳
- ・夏野菜とわかさぎのエスニック風南蛮漬け
- ・かんぴょうと野菜のマヨネーズあえ
- ・お講汁

大津市教育委員会 提供

※優秀賞となりました作品は、こあゆを使った料理でしたが、猛暑等の理由によりこあゆが不漁であったため、代替としてわかさぎを使用して提供しました。



びわ湖の日

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・わかさぎの磯辺揚げ
- ・すじえびと赤こんにやくの琵琶湖おどり
- ・たまねぎのみそ汁

守山市教育委員会 提供



高島デー

- ・黒米ごはん
- ・牛乳
- ・えび豆腐ナゲット
- ・おかかあえ
- ・だいこんとツナの煮物

高島市教育委員会 提供

編集後記

▼あとひと月で2024年の幕が開く▼お正月のおめでたい初夢という昔から「一富士二鷹三茄子」と言われている▼富士や鷹は何となく縁起のよさを連想しやすいが、茄子は少しイメージしにくい▼徳川家康と縁のある駿河の名物を並べたという説や富士は「無事」や「不死」を、鷹は「高」や「貴」を、茄子は「成す」や「実がよくなるので子孫繁栄」を表しているなど諸説ある▼茄子は煮ても、焼いても、漬け物でもよく、食材として多様であり、柔軟である▼また献立の目立たないところで役立っていることから素直さを感じる▼多様で、柔軟で、素直な心は今の社会においても大切だ▼来る2024年、心がけて過ごしていきたい▼本号発行に際し、ご多用にもかかわらずご寄稿・ご協力いただいた皆様方ほんとうにありがとうございました

令和5年度 学校給食文部科学大臣表彰

令和5年10月19日第74回
全国学校給食研究協議大会に
おいて表彰されました。

甲賀市立信楽小学校 栄養教諭
吉田 祐子 (敬称略)

