

## ～中学校では？～

四日市市の中学校では、家庭弁当かランチボックスにて提供するデリバリー給食を選択できるようにしていますが、食缶を教室に運び、温かい料理を食べられる給食の実施を現在計画しています。新たな中学校給食の導入に向け、平成29年度から30年度にかけて「四日市市中学校給食基本構想・基本計画」を策定しています。



(右)人気メニューのタルタルフィッシュバーガーと野菜スープ。3月は6年生思い出の人気メニューが多く登場する予定です

(左)「みえ地物一番の日」のメニュー例。炊き込みごはん、手づくり春巻き、すまし汁

## 巻頭特集

子どもたちの心身を健やかに

# 四日市の学校給食

誰もがひとつは給食の思い出を持っているのではないのでしょうか。四日市内の公立小学校では毎日、調理員が給食を手づくりしています。栄養バランスが緻密に計算された献立には、健やかな成長を願う栄養教諭や調理員の思いが込められています。



表紙に協力してくれたのは、浜田小学校1年3組のみなさん。ほとんどの子がおかわりをし、おいしそうに給食を食べていました



1年生のクラスでは「いただきます!」の前に、先生が黒板を使って並べる場所を指導

給食は心身を健やかに育むだけでなく、生産者や調理員など、給食に関わる人々への感謝の気持ち、郷土愛も育みます。「給食を通して、子どもたちが将来、自分の体のことを考えて、何をどれくらい食べたらいかがいかに判断する力とともに、さまざまな食文化への関心や生産者さんへの感謝の気持ちを育んでいきたいですね」と栄養教諭のみなさんは話します。

毎月第3木・金曜日は、「みえ地物一番給食の日」。可能な限り三重県産の食材を多く取り入れてい

のは温かく、冷たいものは冷たく、出来立てを食べてもらうため、給食開始間際に出来る上がるよう計画して調理を進めます。給食は、子どもたちが毎日口にするもの。衛生面には特に気をつけ、子どもの安全・安心を第一に考えます。葉物の野菜を、一枚一枚はがして、シンクを変えながら3回洗ったり、調理の仕上げには中心部まで加熱したことを中心温度計で確認したり、食中毒が発生しやすい夏場は、傷みややすい食材の使用を避けたりしています。

また近年は、アレルギーがある子どもが増えてきています。献立を組む時に、卵や乳など、アレルギーが入っていない食材を選び、できるだけみんなが同じものを食べられるよう工夫するほか、一人ひとりにあわせて、アレルギーの元となる食材を取り除いたメニューを提供しています。



調理員は夏休みや冬休みなどの長期休暇に研修を受けて、毎日の調理が安全に時間通りに進むよう努めています

## 心身を健やかに育むおいしい給食は、調理員や地元生産者などの尽力があつてこそ

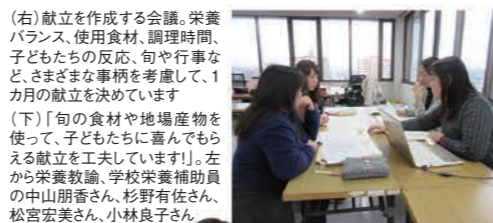
す。子どもたちが地場産物の魅力に気づき、地元への愛着や関心を高める機会になつてほしいという思いがあります。

また毎年12月には、「四日市ふるさと給食の日」を実施しており、今年度はカップとプロッコリーの生産者を小学校に招いて、野菜の種まきから生育、収穫までの過程を学び、一緒に給食を楽しみました。「なかには、泥付きの野菜など、調理前の食材の姿を見たことがない子も。生産者の苦労や大変さを知って、苦手なものでも食べてみようというチャレンジし、嫌いな食べ物克服した子もいました」と栄養教諭のみなさんは話します。

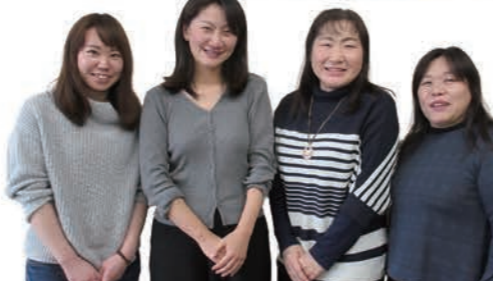
四日市市では、毎日の献立の豆知識や使われている食材、栄養価について取り上げた給食指導資料を各学校に届け、お昼の放送などを通して子どもたちに紹介しています。今年度



出来立ての給食が時間通りに子どもたちへ届くよう、手早く調理します



(右)献立を作成する会議。栄養バランス、使用食材、調理時間、子どもたちの反応、旬や行事など、さまざまな事柄を考慮して、1カ月の献立を決めています  
(下)「旬の食材や地場産物を使って、子どもたちに喜んでもらえる献立を工夫しています!」左から栄養教諭、学校栄養補助員の中山朋香さん、杉野有佐さん、松宮宏美さん、小林良子さん



今も昔も教室で、子どもたちがおいしそうに給食をほおばる姿は変わリません。

四日市市では、栄養教諭を中心に市内小学校の給食献立を2カ月前から考えています。平成29年度は、栄養教諭18人が5グループに分かれ、1カ月ごとに献立を担当。さまざまな食材を使用し、肉と魚、野菜などの食材や調理方法に偏りが出ないよう工夫を凝らし、献立の原案を作成します。その後行われる献立委員会には、校長や調理員、給食担当の教諭も参加。教諭から子どもたちの反応や給食時の様子をヒアリングし、献立を決定しています。「子どもた

ちにとつて、給食で初めて口にする食べ物もあります。給食の味がその料理の味になるため、素材を生かし、おいしく提供できるよう工夫しています」と栄養教諭のみなさんは話します。

月ごとに目標と献立テーマを設定し、「歯と口の健康週間」がある6月は、「よくかんで食べましょう」という目標のもと「かみかみメニュー」を提供。よくかんで食べると、歯だけではなく、体にも良い効果があることを伝えるとともに、小魚やごぼう、切り干し大根など、かみかみメニューの食べ物メニューに多く取り入れられています。

献立を決める際は、調理方法や時間にも配慮しています。食材が各校に届くのは毎朝8時ごろ。温かいも



「四日市ふるさと給食の日」の授業風景。この後の給食では野菜を残す子どもが減ったそう

3月に卒業を控え、6年生は最後の小学校給食を味わう1カ月。給食に関わる全ての人に感謝を忘れないうように、「感謝して食べましょう」が3月の目標です。献立テーマは、「思い出さばいメニュー」とし、6年生や6年生の担任の先生へのアンケート結果をもとに、献立が組みられました。

心身を健やかに育むおいしい給食は、食材の生産から調理まで、多くの人の尽力があつてこそ。今日も市内の小学校で、「いただきます!」の元気が響きわたります。