

# 季節のおすすめ かながわ産品



第21号

## 県産食材を使用した 学校給食献立提案勉強会開催

平成26年10月16日(木)



講師の料理研究家久野緋沙子さんは、ご自身の病気をきっかけに薬膳を学ばれ、国際中医薬膳師の資格を持つ栄養士として料理教室や健康教室の講師を精力的になされ、幅広くご活躍されています。

この日は、県産食材を使った学校給食に活かせるメニュー5品の料理を講習していただきました。

香辛料の効いたタコスの具をごはんにかけていただく「タコライス」、ほうれん草をたっぷり使った緑鮮やかなスープ「ほうれん草のクリームスープ」、甘塩鮭を彩りよい具材の入ったマリネ液に漬け込んだ「甘塩鮭のマリネ」、山芋を味噌味で調味した「ほくほく山芋みそだし煮」、南瓜入りの白玉もちといちじく、ココナッツミルクを使った「南瓜白玉といちじくのココナッツ汁粉」でした。

どれも、新鮮な感覚のおいしい味付けで、子どもに喜ばれそうなメニューでした。

薬膳の話を織り交ぜながらの講話は、あらためて食べ物で健康が作られることを認識する内容でした。

レシピは「ヘルプデスクホームページ」をご覧ください。

### 甘塩鮭のマリネ

鮭には、カルシウムの吸収を促すビタミンDが豊富。抗酸化作用もあり、紫外線からのダメージ予防効果もある。皮には、ビタミンB2やコラーゲンもたっぷり。

### ほくほく山芋みそだし煮

山芋は、中国では「山薬」といわれ、滋養強壮に有効な「薬」。消化吸収もよく肺にも良い。

### 南瓜白玉といちじくのココナッツ汁粉

いちじくは、乾燥をうるおす効果があり、食物繊維も多く、免疫力を高める。

### タコライス

タコスの具であるひき肉・チーズ・レタス・トマトをごはんの上に乗せた沖縄料理。

### ほうれん草のクリームスープ

ほうれん草は、鉄分が豊富で貧血に有効で、腸を潤して便通を良くする働きもある。



### 参加者の声

- とても充実した内容でした。給食の献立として取り入れたいです。薬膳のことをもっと知りたいと思いました。
- 盛りだくさんのメニューで楽しかったです。どれもおいしく、先生のお話も楽しかったです。
- 地産地消を目指していますが、献立を考えることに苦勞していたので、今回のメニューをぜひ給食に取り入れたい。

### 目次

県産食材を使用した学校給食献立提案勉強会	1 P
かながわ産品学校給食デー 学校訪問 開成町立開成小学校	2 P
かながわ産品学校給食デー 調理場訪問 綾瀬市立学校給食センター	3 P
学校訪問 綾瀬市立綾瀬小学校	3 P
神奈川県青果市場連絡会 学校給食見学・試食会 横須賀市立諏訪小学校	4 P



神奈川県西部に位置し、神奈川県で一番面積が小さな町、開成町にある開成町立開成小学校を訪れました。開成町の地形について、井上校長先生より航空写真で説明をしていただきました。酒匂川流域に広がる足柄平野に位置するこの地域は、温暖な気候ときれいな水に恵まれた、稲作に適した土壌で、昔は献上米にされたほどのおいしいお米がとれる地域です。また、衰退していた開成町由来の「開成弥一芋」が近年復活し、学校給食にも登場するようになりました。



開成町の地形を説明する校長先生



開成町産新米「キヌヒカリ」  
弥一芋そぼろ煮 揚げさんま  
秋の紅葉汁 牛乳

ちょうど、弥一芋の生産者の方も学校に見えていて、弥一芋の収穫時期のことや、保存方法、苦労話など、伺うことができました。弥一芋は連作ができず、原産が熱帯地方のため、寒さと乾燥に弱く、11月いっぱい収穫した後、かるく土をかけて寒さよけをし、1月くらいまで保存できるそうです。



子どもたちと一緒に会食する  
生産者の遠藤さん



生産者から届けられた弥一芋の  
葉っぱを展示する野村先生

この日の献立は、開成町産新米「キヌヒカリ」と、弥一芋そぼろ煮、揚げさんま、秋の紅葉汁、牛乳でした。期待以上のおいしい新米と弥一芋を味わうことができました。栄養士の野村先生より、新米と弥一芋について、各クラスにお便りが配布されました。毎年、生産者の方を招き、一緒に給食をいただく機会が設けられており、この日も子ども達は生産者の方と楽しそうに過ごしていました。

野村先生から、「これからも地産地消の献立を多く取り入れ、食べものの流通やありがたさ、おいしさを伝えていきたい」と今後の豊富を語っていただきました。恵まれた土地柄の、開成町の農産物がたくさん学校給食に登場することを願っています。

## 開成弥一芋とは



収穫された弥一芋

開成町の豊かな清流と肥沃な土壌で育った里芋で、白くねっとりとした旨みのある芋です。明治36年に、開成町出身の高井（旧姓瀬戸）弥一郎氏が作り始めたことからその名がつけられました。そのおいしさから、戦前には関東一円で広く栽培されていましたが、戦後は米作りに押され、衰退していきました。



絵画のような弥一芋畑の風景

平成23年に、地元農家の有志が弥一芋を復活させるために立ち上がり、「開成弥一芋研究会」を発足し、町の支援のもと、神奈川県農業技術センターが系統保存していた種芋を譲り受けて作付けし、再び生産が始まり、生産量の拡大に取り組んでいます。



包装された弥一芋

特徴は、楕円形で実が白く、粘りがあってまろやかな甘みがあります。ねっとりとした旨みを生かした「弥一芋カレー」も学校給食に登場し、大変好評です。

調理場訪問

かながわ産品学校給食デー

# 綾瀬市立学校給食センター

平成26年12月3日(水)

学校訪問

## 綾瀬市立綾瀬小学校



モダンな造りの給食センター外観



綾瀬産の野菜を紹介する掲示物



スライスパン 牛乳  
フランクフルト  
あやっこりーサラダ  
綾瀬豚のユイミーコーン

らダ」、綾瀬産の豚肉と卵を使用した中華風コーンスープ「綾瀬豚のユイミーコーン」でした。地元でとれた食材の新鮮さが充分に生かされて、どれもおいしく調理されていました。

浅野教頭先生と、栄養教諭の大井先生に、各教室を案内していただき、子ども達の食事風景を見学しました。どのクラスからも和やかな雰囲気が伝わってきました。

1年生の教室で、「おかわりする人？」という教頭先生の声かけに、皆が一斉に手を挙げ、微笑ましい光景でした。



地産地消の食育授業をする大井先生

西に大山、丹沢連峰を望み、遠く富士山を仰ぐ綾瀬市の、綾瀬市立学校給食センターを訪れました。平成10年に新築され、平成17年に二つの調理場が一つに統合され、現在、小、中学校15校約8000食の学校給食が作られています。2階の会議室から眺望する富士山は、絶景でした。

綾瀬市は、「かながわの名産100選」の高座豚をはじめ、養豚業が盛んですが、なす、きゅうり、トマト、キャベツ、ブロッコリーなど多品目の農産物も生産されています。中でも、ブロッコリーの生産量は、神奈川県内でトップ5入りするほどの生産量です。

綾瀬産の豚肉や、卵、農産物が学校給食に取り入れられています。綾瀬産の農畜産物を使用する日は、献立予定表に豚や野菜のかわいいイラストで、わかりやすく明記されPRしています。その外にも地場産物のPR方法として、給食だよりや、校内放送資料、食育の授業、農畜産物を紹介する掲示物、さらには卒業する6年生に地場産物のイラストと一口メモが書かれた手作りの葉がプレゼントされています。

給食は、綾瀬市立綾瀬小学校でいただきました。創立明治33年という歴史ある学校です。この日の給食メニューは、「スライスパン」、「牛乳」、綾瀬豚の「フランクフルト」（綾瀬産トマト入りのソースかけ）、綾瀬産ブロッコリーを使った「あやっこりーサ



ドライシステムの調理場内



あやっこりー

綾瀬市地場農産物消費拡大推進協議会のイメージキャラクター「あやっこりー」



大きくすのきのある校庭で元気に遊ぶ子ども達



笑顔がいっぱいの給食時間

8000食近い大量調理という様々な制約がある中で、綾瀬産の旬の野菜をJAと量の調整をとりながら献立を作成し、時には量がそろわなかったりのハプニングもあったそうですが、綾瀬産のトマトをソースに加えるなどのアイデアや工夫で、積極的に地場産の食材を取り入れ、地産地消が進められています。そんな恵まれた環境の中で学校生活をおくる綾瀬市の子ども達には、知らず知らずのうちに郷土愛が育まれていくことだろうと思いました。

## 学校給食見学・試食会 横須賀市立諏訪小学校



日ごろから、学校給食の野菜の供給にご尽力いただいている神奈川県青果市場連絡会の会員の皆さんを対象に、学校給食の見学と試食会を開催しました。会場は、横須賀市立諏訪小学校でした。

諏訪小学校は、創立113年の歴史を持つ学校で、平成24年に校舎が新築され、高い天井、広い廊下など、ゆとりの空間がある構造になっています。教室は廊下との仕切りがなく、オープンスペースにつながっていて開放感があり、給食の配膳も、オープンスペースで、ゆったりと行われていました。

敷地内には、諏訪幼稚園が併設され、常葉中学校が渡り廊下でつながり、幼小中の連携教育の推進をふまえた施設構成になっている特色のある学校です。給食調理室は、横須賀市内で最新のドライシステム方式です。

横須賀市では、46校の小学校と2校の特別支援学校で約22,000食の完全給食が実施されています。献立は統一献立で5つのブロックに分かれて実施され、年4回学校独自の自校献立が実施されています。



オープンスペースでの配膳風景



ドライシステムの洗浄室



ランチルームでの意見交換会

平成21年に、生産者、JA、市場、小売業組合、市の農林水産課の協議により、市内で学校給食用野菜の作付けを始めることとなりました。現在、トマト、きゅうり、なす、カボチャ、大根などは、年1～3回程度市内産を使用し、キャベツにおいては、11月から3月にかけて、市内産を使用しています。卵ときざみのりは月に1回、市内産が使用できます。

この日の献立は、神奈川県産米の「ごはん」、神奈川県産の豚肉と横須賀産の大根を使用した「豚肉と大根のべっこう煮」、横須賀産のキャベツとりのりを使った「いそあえ」、「味付けおかか」、「牛乳」でした。大根によく味がしみいて、ごはんに合う和食の

メニューでした。参加者のみなさんも、ほど良い味付け具合を絶賛していました。

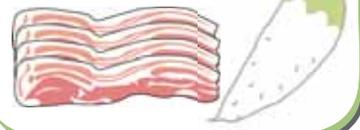
栄養教諭の黒田先生から、食育の取り組みについてうかがいました。諏訪小学校は地域の特色として、外国につながる児童が多く在籍していることからいろいろな国の料理を献立に取り入れたり、児童図書委員会と連携して絵本の中の料理を献立に取り入れたりするなど、学習活動や行事と関連させた自校献立が実施されています。また、2年生と幼稚園年長児が、一緒にトウモロコシの皮むき体験をし、給食での交流も行われ、諏訪小学校ならではの取り組みがたくさん実践されていました。

横須賀産のキャベツ  
横須賀産ののり

神奈川県産の米



神奈川県産のぶた肉  
横須賀産の大根



### \* 発行・編集 \*

公益財団法人 神奈川県学校給食会 ヘルプデスク  
〒242-0021 神奈川県大和市中央3-5-4  
TEL: 046-264-2056 FAX: 046-263-7522  
E-mail: helpdesk@kanakyu.or.jp  
<http://www.kanagawa-kyushoku-helpdesk.jp/>

### 編集後記

今回は、自然豊かな開成町、急速に都市化している綾瀬市、マンションの建ち並ぶ横須賀市、同じ神奈川県内でも全く違う風景でした。学校を取り巻く景色は違っていても、おいしい給食を食べる子ども達の笑顔は同じように輝いていました。

2015年2月27日 発行