

# 季節のおすすめ かながわ産品

第36号

## 県産食材勉強会の調理実習開催!

### ~県産食材を使用した学校給食への献立提案~

2019年  
11月1日(金)



講師の久野 紗沙子氏

料理研究家・栄養士・国際中医薬膳師の久野紗沙子氏を講師にお招きし、開催いたしました。久野先生は、長年、病院や学校給食の栄養士としてご活躍されておりましたが、ご自身の病気から、薬膳を学ばれ、現在、薬膳健康づくり研究会の副会長や料理の講師であるとともに、著書も出版する等、多忙な毎日を過ごしております。今回は、県産食材を使用した学校給食への献立提案だけではなく、薬膳の食材も使い、健康な体を作るための料理も提案していただきました。枸杞(クコ/杏仁豆腐に入っている赤い実)や、金針菜(ホウカンゾウの花のつぼみの乾燥/鉄分が豊富)・棗美茶(そうびぢゃ/あんずのハーブティー)などの珍しい食材にも出会えました。体を温める食材の献立を、主食・主菜・副菜・汁物・デザートの5品と、爽やかな棗美茶でいただきました。

#### 柿と大根ときくらげの 和え物

県産食材がいっぱいです  
黄色い菊の花も使いました。

#### 大和芋と梅干のご飯

大和芋は栄養が豊富で、冬場のこの時季には、粘膜を強くし風邪をひきにくくしてくれます。梅干・県産の大根葉・海苔・しらすも入り、「栄養満載!」のおいしいごはんです。

#### 棗美茶(あんずのハーブティー)



#### <使用県産食材>

米「はるみ新米」 豚肉 葉付き大根(秦野市) きゅうり(平塚市) 玉ねぎ(中井町) 柿(足柄地区)  
冬瓜(三浦/横須賀市) みかん(小田原市) 黒きくらげ(横須賀市) 白きくらげ(横須賀市)

レシピは、県学校給食会ヘルプデスクのホームページをご覧ください

#### アンケートより

- ♥ 薬膳の視点からの説明が非常に興味深く思いました。
- ♥ 自分では使うことのないような食材を使った料理で、勉強になりました。
- ♥ 実習は楽しく、県産品についての知識も深められ良かったです。
- ♥ 給食でスープなどを活用したいです。
- ♥ 旬や体のことを考えたメニューでとてもおいしく、薬膳のことも少し知ることができて良かったです。



おいしかった!  
ごちそうさまでした!

#### 目次

県産食材勉強会の調理実習	1P
かながわ産品学校給食デー 学校訪問 神奈川県立平塚養護学校	2P
神奈川県青果市場連絡会 給食見学・試食会・意見交換会 横浜市立篠原西小学校	3P
神奈川県産食材の紹介	4P



# かながわ産品学校給食デー

2019年  
10月16日(水)

支援学校の  
給食

## 神奈川県立平塚養護学校

平塚産  
栗まさり

ひらひらちゃん



神奈川県立平塚養護学校は、名峰「富士山と大山」が見える自然豊かな田園地帯にあります。肢体不自由教育部門と知的障害教育部門があり、小・中・高等部27クラス202名の児童・生徒が在籍しており、今年で開校50年目の支援学校です。昨年「50周年のマスコットを作ろう！」と生徒や保護者に募集を行い、かわいい“ひらひらちゃん”が誕生しました。50周年式典はもちろん、様々な場で活躍しています。また、教員が作ったぬいぐるみの“ひらひらちゃん”は、校長室で子どもたちを優しく見守っています。

中戸川伸一校長先生からお話を伺いました。



佐々木栄養教諭 中戸川校長先生  
ひらひらちゃん

来年度よりコミュニティ・スクールになるため、今年度より地域を巻き込みながら結びつきを深めていく目的で“地域開拓班”を作り、担当教諭を置いたそうです。この担当教諭を窓口に、初めて学校全体で取り組んだ地域活動デー（10月3日）に、普段から体験学習に協力してくださる農家の方々をお招きし、さつま芋“栗まさり”を分けていただき、一緒に給食を食べました。また、校長先生は

「給食時間は、子どもにとって大好きな笑顔満載の場、会話が弾む場、考えながら感じながら“五感”を育てる場」「給食は毎日ある授業」とも言われ、「調理員さんや介助の方々も、子どものことを考え丁寧な仕事をしてくれ、これからも栄養教諭を中心に、おいしい楽しい給食を実践していきたい」とおっしゃっていました。

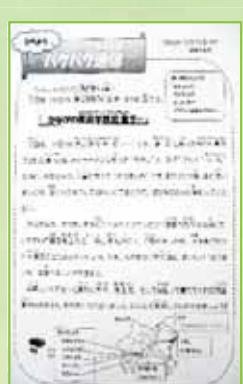
給食の状況を見学させていただきました。今日は、全学部の児童・生徒が作った“栗まさり”的『カリカリ揚げ』です。「今日のさつま芋は何かな？」と声をかけると、「ポスター見

みそラーメン 牛乳  
カリカリ揚げ デザート

たから知っている」「作ったから知っている」との答え。どのクラスからも「おいしかった！」の声がいっぱい響き、笑顔満載！です。“食べることは人を幸せにする”としみじみ感じた給食時間でした。

栄養教諭の佐々木典子先生からお話を伺いました。今日の献立の県産食材は、伊勢原産のもやし、津久井産の味噌、県産の牛乳、学校農園のさつま芋です。野菜類は「なるべく地場産を」と八百屋さんに依頼し納品していただき、1学期は、キャベツやほうれん草、小松菜やきゅうり、もやしや玉ねぎ、なすやズッキーニや冬瓜などの平塚産や県産が納品されたそうです。今回の“栗まさり”的に、地域のいろいろな方との交流により、平塚産の野菜や果物などと出会うチャンスが生まれ、平塚産を常時使用する頻度が増し、「平塚産がいっぱいの“平塚ランチ”的な給食を定期的に登場させることができればいいですね」とおっしゃっていました。

校長先生と佐々木先生の給食と児童・生徒への愛情がいっぱい感じられた訪問でした。



「ひらようパクパク通信」には“栗まさり”や“かながわ産品学校給食デー”が書かれています



先生方が作った“栗まさり”的ポスターが廊下の何か所にも貼られていました！

# 神奈川県青果市場連絡会 給食見学・試食会・意見交換会

港北区  
「ミズキー」



## 横浜市立篠原西小学校

2019年  
11月25日(月)



いつも学校給食の青果物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様とともに、横浜市立篠原西小学校を訪問し、給食見学・試食会・意見交換会を開催しました。

荒井健校長先生からお話を伺いました。「篠原西小学校は、『健康で輝く子』を教育目標に掲げ、

“健康”を意識できる活動を進めています。学校の周囲は自然豊かで閑静ですが、最寄り駅の反対側には日産スタジアムや横浜アリーナなどの大きな施設もあり、多様な環境に囲まれた立地です。児童数は660名で、上級生は下級生の面倒をよくみます。また、毎日の給食を楽しみにしています。PTA活動も活発で、今年度は、優良PTA文部科学大臣表彰を受けました。地域の方々は、学校に協力的で、教育活動をサポートしてくださいます。」



野呂栄養士 荒井校長先生



港北こまつな丼 牛乳  
だいこんのすりながし 梅酒かん

栄養士の野呂泉先生からは、献立についてお話をありました。「本日の給食は、区内産の食材を使用した“港北区ランチ”です。区内産のこまつなとにんじんが入った『港北こまつな丼』、区内産のだいこんが入った『だいこんのすりながし』、区内にある大倉山公園梅林の梅で作った梅酒を使用した『梅酒かん』、そして牛乳です。“港北区ランチ”は、4年前から区内の小学校と特別支援学校の栄養士が行っている取組みです。今年度は、港北区制80周年記念事業の一つにもなり、



意見交換会

献立やポスター等をリニューアルして実施しました。また、近隣の“濱の料理人”であるレストランのシェフから、野菜の切り方や味付け等の助言を受けることで、児童が食べやすい魅力的な“港北区ランチ”ができました。」

給食時間の見学では、どのクラスでも「おいしい！」とモリモリ食べている様子がみられました。また、神奈川県青果市場連絡会の方々は、提供している青果物が変身した“港北区ランチ”をおいしく味わいました。

横浜市では、351校約20万食の学校給食を提供しています。地場産物については、独自で調達している学校もありますが、横浜市全校の取組みとしては、基準献立で年に1回、市内産の野菜を一斉供給する日を設けています。今年度は、市内の児童が考えた「はま菜ちゃんたっぷり野菜の豆にゅうみそスープ」に市内産のキャベツとだいこんを使用しました。

「港北区ランチ」の紹介

\*濱の料理人…横浜市の地産地消を推進するプロジェクトに関わる料理人

\*神奈川県青果市場連絡会…「かながわ産品学校給食デー」の趣旨に賛同し、ご協力をいただいている県下の市場関係者の会

### <神奈川県青果市場連絡会員の方々の声より>

- ★野菜の切り方が食べやすく工夫されていて、おいしい。
- ★安心安全なものをこれからも供給していきたい。
- ★作る大変さを児童に伝えてほしい。また、農家や市場の努力や気持ちを考えながら食べてほしい。
- ★何回か参加しているが、どの学校も地場産を使い、おいしい給食を提供しているので担当者としてうれしい。



# 神奈川県産食材の紹介がありました!

11月1日の「県産食材勉強会の調理実習」の試食時に、県内産の食材について3つの紹介がありました。

## 県産新米

(JA全農かながわ農産部農産販売課より)



県内では、気候に合った品種がいろいろ作られていますが、代表的な3品種を食べ比べました。

	キヌヒカリ	さとじまん	はるみ
県奨励品種採用年度	平成元年度	平成16年度	平成26年度
田植期	6月上旬		
出穂期	8月10日頃	8月18日頃	8月10日頃
成熟期	9月21日頃	10月1日頃	9月20日頃
食味	あっさりソフトな口当たり 適度な粘り気と香り	粒が大きい 粘り気が強い	甘味が強く、 つやがきれい しっかりとした粒感 冷めても硬くなりにくい
参考	コシヒカリの血を受け継ぐ	根強い人気	平成28・29年度 食味ランキング特A
一番おいしい!	5人	5人	9人

<配付資料より抜粋>

### 食べ比べた感想

キヌヒカリ	あっさり 粒が立っている さっぱり どの食材にも合いそう 粒がしっかり 食べ応えがある 食べ親しんだ味に一番近い
さとじまん	粒がしっかり 弾力がある 粘り気が強い 塩むすびにしたい もちもち うまいが強い 炊き立てを食べたい
はるみ	少し冷めても米のおいしさがある ふんわりとした食感 甘みが強い など

## かながわブランド

(神奈川県農政部農政課より)

県内産品の優位性を保つため、統一の生産・出荷基準を守り、一定の品質を確保しているなどの条件を満たした農林水産物や加工品（令和元年11月現在、65品目109品の登録）

\*生産者による出前授業なども行っています。

詳細は県農政課にお問い合わせください。



### 条件



- ① 安定した生産と販売に、組織的に取り組んでいる
- ② 県民にアピールできる安全性と商品としての特徴がある
- ③ 統一の生産・出荷基準を守り、一定の品質を確保している
- ④ 同一商品としての統一性と適正表示を確保している
- ⑤ 県民に販売場所や時期の情報が提供できる など

「かながわブランド」を知っていますか？ (22人中)

知っていた 15人  
知らなかった 7人

<勉強会参加者のアンケートより>

## 県産の青果物

(JA全農かながわ農産部中央ベジフルセンターより)

<b>春</b>	早春キャベツ 玉ねぎ など	<b>秋</b>	さつまいも・大根・里芋 レディサラダ大根 など
<b>夏</b>	なす・じゃがいも ミニ冬瓜・かぼちゃ すいか など	<b>冬</b>	キャベツ・にんじん 大根・みかん・はるみ 湘南ゴールド など

県内では、様々な青果物が生産されています。  
量の確保・運搬方法・保管状況など検討しながら、おいしい県産の青果物をお届けしていきます。



“県内産食材”についていろいろと教えていただき、とても勉強になりました。

### \*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/>  
\*神奈川県教育委員会保健体育課委託事業

\*印刷・デザイン\* 株式会社 連合社印刷

### 編集後記

今号では、11月に行った県産食材勉強会の調理実習、かながわ農産部農産販売課よりの県立平塚養護学校、神奈川県青果市場連絡会の学校訪問での横浜市立篠原西小学校、そして県産食材の紹介についての掲載です。お忙しい中、ご協力をいただきました関係の方々にお礼を申し上げます。(高野)

2020年2月28日 発行

