



# 献立作成のための県産食材勉強会（海の幸編）を開催します



毎週好評をいただいております、「献立作成のための県産食材勉強会」を、8月6日（金）に神奈川県学校給食会で開催します。今回のテーマはズバリ「神奈川の海の幸」。講師には、三崎港近くでレストラン「はまゆう」を運営されている、三浦市漁協女性部連絡協議会の方々をお招きします。

数ある神奈川の海の幸から、これまで学校給食で県産産品があまり使われていなかった、イナダ・マイワシ・カタクチイワシ、ヒジキ、コンブを取り上げます。（魚は、給食調理用として切り身やミンチに冷凍加工してあるものを使います）

各市町村学校給食主管課あてに、各市町村1～2名でのご参加を呼びかけています。  
県給食会ヘルプデスクへのお申し込み期限は7月9日（金）です。（学校給食主管課でとりまとめをお願いします）

## ～ 実習予定献立 ～

（当日の状況で変わる場合もあります）

- \* イナダの野菜あんかけ \* イワシの大葉揚げ・イワシのすり身だんご
- \* カタクチイワシの野菜はさみ揚げ \* ヒジキの白和え \* コンブの炊き込みご飯



### ●イナダ●

簡単にいうとブリの幼魚（0～1歳半）で、大きさは30～50cmくらいです。ブリは成長に連れて呼び名が変わる出世魚で、関東ではモジャコ→ワカシ→イナダ→ワラサ→ブリと変わっていきます。（ちなみに、「ハマチ」は関西地方でのブリの幼魚の呼び名です。）本県では、主に夏～秋にかけて、定置網に入った「イナダ」が、小田原、真鶴、三崎（三浦市）等の魚市場に水揚げされます。

### ●マイワシ●

80年代には全国的に大量に水揚げされ、大衆魚の王様とでも言うべき存在でしたが、近年は漁獲量が非常に少なくなっています。本県では、主に相模湾で定置網や巻網により漁獲され、佐島、長井（横須賀市）や三崎等の魚市場に水揚げされます。春～秋がイワシ漁の盛期です。



### ●カタクチイワシ●



稚魚の時からシラス干で我々に親しまれています。その後も成長に連れて、ごまめ、煮干し、目刺しと大きさに合わせた加工品がありますが、成魚は、カツオ漁の餌の活イワシや飼肥料など、主に非食用として流通します。しかし、新鮮な物は鮮魚として積極的に活用していきたい魚です。季節を問わず一年中産卵が行われていることから「シコイワシ（四子鯛）」とも呼ばれています。

### ●ヒジキ●

生では緑がかった茶色ですが、茹でて乾燥すると真っ黒になります。県内では三浦半島が主な水揚げ地で、3～5月の各浜では収穫したばかりのヒジキを干す風景が春の風物となっています。



### ●コンブ●



神奈川県のコブは成長が早いので葉部が柔らかく、早く煮えるのが特徴です。県下全域で養殖が行われていますが、特に横須賀市や三浦半島でさかんです。3～5月が収穫期です。

## 野菜もやります！ 献立作成のための県産野菜勉強会は10月8日（金）に開催予定です。

### \*発行・編集\*

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

ヘルプデスクも3年目に突入しました。手探り状態から始まった1年目、少しずつ手ごたえを感じられるようになった2年目。3年目の今年度は、より一層関係の方々との連携を図りながら、県産食材がみなさまのお手元に届けられるよう、努力してまいりたいと思います。

2010年6月30日発行

## 栄養教諭・学校栄養職員のみなさまへ

# 季節のおすすめ かながわ産品 第7号

## トピック

### かながわ生まれのオリジナル柑橘 「湘南ゴールド」が学校給食に登場！

神奈川県西部、小田原を中心とした西湘地域は、神奈川県産の「みかん」の産地です。12月～2月にかけて、給食で神奈川県産「みかん」をお使いいただいている学校も多いと思いますが、温州みかんの時期が終わる頃、不知火（デコポン）や清見など「中晩柑」と呼ばれる柑橘が美味しい時期を迎えます。

かながわ生まれの「湘南ゴールド」も、4月に旬を迎える中晩柑のひとつです。平成22年4月13日（火）、横浜市立西柴小学校（金沢区）で、この「湘南ゴールド」が給食に初登場しました！



麦ごはん ツナそぼろ 豚汁 牛乳 湘南ゴールド

西柴小学校では以前から、浜なし、山形のさくらんぼやラ・フランスなどを農家から直送してもらって給食に取り入れるなど、旬の美味しい果物をきっかけに食べものへの興味・関心を高めるために、力を入れているそうです。この日の湘南ゴールドも、初めての味覚！子どもたちの反応が気になります。



これまでの柑橘の経験から、切り方も、見た目がジューシーで「これが一番食べ残しが少ないんですよ」と、栄養主査 磯野先生おすすめのスマイルカット。子どもたちは、皮を器用にはずしたり、スプーンでくりぬいたり、色々な食べ方で挑戦していました。



一年生には、さらに半分に切り、食べやすく配慮されていました。朝の先生方の打ち合わせでも周知されていて、テレビや新聞でも取り上げられていたこともあり、「美味しい！」と喜んで食べていました。

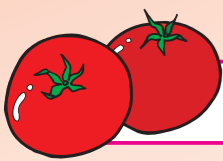
「子どもは食わず嫌いが多いので、特に初めて食べるものは、見た目や一口目をおいしく食べられるように、PRや声かけを大切にしています」という、磯野先生のお話が心に残りました。

## ～ 目次 ～

トピック かながわ生まれのオリジナル柑橘「湘南ゴールド」が学校給食に登場！…………… 1P  
旬のおいしさ 湘南トマト / 平成21年度かながわ産品学校給食デーの実施結果報告…………… 2P  
学校訪問 神奈川県立三ツ境養護学校「瀬谷ブランド学校給食の日」 / 伊勢原市立桜台小学校「食育の日」…………… 3P  
献立作成のための県産食材勉強会（海の幸編）を開催します / 編集後記…………… 4P







## 旬のおいしさ 湘南トマト

初夏の野菜といえば、トマト！さっぱり、すっきりとした味わいは、本当においしいですね。今回は湘南トマトの産地、茅ヶ崎市のトマト農家を訪問しました。

訪問したのは、茅ヶ崎でトマトを作り続けて約30年、湘南トマト茅ヶ崎出荷組合の組合長二見さんの畑（ハウス）です。作られているのは「ろくさんまる」という品種で、おいしそうなトマトがたわわに実っていました。

一歩ハウス内に足を踏み入ると、思っていた以上にトマトの木が高いのにびっくり。2mはあるかという木が、ハウスの奥までずっと続いています。よく見ると、土に埋まった根の部分は1本ですが、そこから枝が2本に分かれて支柱に沿って伸びています。しかも、支柱のてっぺんあたりで折り返し、また下に向かってのびているので、長さは3～4mにもなるとか。この、1つの苗から2本の枝を伸ばしていく方法を「2本仕立て」といい、茅ヶ崎のトマト農家では多く行われている整枝方法ですが、手入れが大変むずかしいそうです。



同じ方向に実がなります



二見さん自慢のトマト

JAさがみ湘南トマト茅ヶ崎出荷組合は、現在22名の組合員で組織されています。共同で撰果機を利用して出荷をするほか、栽培講習会や巡回検討を実施して、品質の良いトマトを組合として安定的に供給できる体制を整えているそうです。出荷期間は2月中旬～6月下旬ですが、ピークは4～5月。収穫してから店頭と並ぶまでは約2日ですが、早い日には収穫当日の夕方には新鮮なトマトが販売されることもあるそうですよ。

二見さんの畑では、収穫が終わるといったん土を休ませ、8月頃から次の年のための準備を始めます。牛糞と木質チップを混ぜて作った堆肥をふんだんに使い、できるだけ化学肥料や農薬の量を減らすよう、土作りにこだわっているそうです。「旬のトマトは栄養も量もふんだんにあります。地元の子どもたちに給食でたくさん食べてほしいです。」と話されていました。

## 平成21年度 かながわ産品学校給食デー実施結果

(神奈川県 かながわ農林水産ブランド戦略課)

平成21年度は、完全給食を実施している公立の小・中学校と特別支援学校のうち、98%の学校で「かながわ産品学校給食デー」が実施されました。実施形態は、市町村の統一献立や学校、調理場ごとの独自献立など様々ですが、昨年以上に多くの市内産、町内産、村内産の食材に神奈川県内産の食材を加えて、バラエティ豊かな献立が実施されました。

実施時期としては、11月と1月が最も多くなっていますが、4、5月に春キャベツや竹の子、新玉ねぎなどの春野菜を活用した学校や、6、7月や9月にかぼちゃ、きゅうり、なす、トマト、ピーマンなど夏野菜を活用した学校など、地場野菜の旬に合わせた実施も多く見られました。また1月の学校給食週間前後には、神奈川の冬野菜の代表である大根がよく使われました。

県全域で多く使われた食材には、県産米、牛乳のほか、アジ、サバ、カジキ、豚肉、卵、大根、キャベツ、小松菜、ほうれん草、みかん、キウイフルーツなどがあります。

また、相模原市の「桑茶パン」津久井在来大豆、横須賀市の「のり」、葉山町の「わかめ」、三浦市・葉山町の「三浦葉山牛」、寒川町の「梨ジャム」など、地域特産の食材も多くみられました。

子どもたちへの食育の取組みとしては、給食日より校内放送、掲示・展示物、栄養士の教室巡回などにより県産食材の学習活動が行われたほか、学年の学習と結びつけた取り組みや、とうもろこしの皮むきや学校園でとれたものを使うなど、体験を組み合わせたものも多くみられました。

## 学校訪問

### ◆◆ 神奈川県立三ツ境養護学校「瀬谷ブランド学校給食の日」 ◆◆

平成22年5月7日

県立三ツ境養護学校では、平成21年9月から「瀬谷ブランド学校給食の日」として、地場野菜を給食に取り入れています。出会いはJA横浜瀬谷支店の土日直売会で、栄養士の三輪田先生が生産者の方に直接相談したことが始まりでした。「継続できること、野菜の種類を多く使えること、配達してもらえること。この3つがクリアできるかどうかが大切だと思っています。」という三輪田先生のお話には説得力がありました。



昨年は月2回、今年度は月3回、この農家グループの新鮮野菜が給食室に届きます。地場野菜が届く日は、農家さんの写真入りで実物が展示されます。この日の献立のトマトスープには、生で食べても抜群においしい完熟トマトが使われました。

数日後、農家グループのリーダーで、露地野菜生産者の守屋さんの畑におじゃましました。

このグループではもともと生協向けに計画的な多品種栽培を手がけており、このような素地があるので、近隣の三ツ境養護学校へもきめ細かな納品が可能だそうです。

三ツ境養護学校では、生徒と先生と一緒に作る野菜も給食に活用していて、その日は残食ゼロになるそうです。作物への愛情たっぷりの三ツ境養護学校の取り組み、本当に素晴らしいと思いました。



### ◆◆ 伊勢原市立桜台小学校「食育の日」 ◆◆

平成22年5月19日

伊勢原市立桜台小学校では、野菜残量がぐっと減るイベントがあります。それは「地場野菜の出る給食」、「食育の日」やその前後に取り組んでいるイベントです。

5月19日は、伊勢原産の「新たまねぎ」が給食に出る日でした。当日の給食時には、今井栄養教諭が作成した資料を各担任が時間をみて、ある教室ではクイズを出してイベントを盛り上げました。また、ある教室ではじっくり資料を読み聞かせました。子どもたちはシーンと静かに聞いたあと、「おいしい」と嬉しそうに食べていました。

そもそもこのイベントは、隣の大田小学校が一足先に始まりました。そこで、隣の地区ということもあり、今井栄養教諭が伊勢原市農協と大田地区生産者に、「本校にも届けてもらいたい」と頼み実現したそうです。資料は、野菜とももちろん生産者の大きな写真入りで児童に紹介されます。今井栄養教諭はイベントについて、「担任から話してもらおうことが効果的です。子どもたちはいつも以上に給食を喜んで食べてくれます。」と話されていました。



献立は「ご飯、牛乳、のりふりかけ、さわらのレモン醤油焼き、若竹汁、果物（りんご）」です。  
ご飯・玉ねぎは市内産、牛乳は県内産のものが使われました。



生産者の写真入り資料（表面と裏面）

桜台小学校は、昨年度から栄養教諭の配置校となり、中村校長先生は自らも「学校だより」に毎回欠かさず「食育」や「給食」の記事を掲載し、保護者と地域の連携を図られているそうです。学校全体で食育推進に取り組まれている様子が伺えました。