



この日の主食はドライカレー



食材を刻む機械へ野菜を投入



皮をむくなどの処理が済んだ野菜を洗う



(右)おえ物に使う野菜をゆでる  
(上)ゆでた野菜は真空冷却機で急速に冷やす



(上)7kgの米が炊ける釜

(右)自動でお米を計りとぐ機械

(下)ご飯を炊く機械



体がつくられる小学生から中学生という大切な時期に  
ほぼ毎日、昼食として食べるのが学校給食です  
年間約190食、義務教育9年間で約1,700食もの給食を  
子どもたちは食べることになります  
子どもたちに、おいしくて体に良い、安全な給食を提供できるよう  
給食センターの皆さんは日々頑張っています

おいしく食べ  
たきくなあ〜れ

こだわりの給食はこうして作られています



### 学校給食センター 食の安全に配慮した 構造になっています

先月の広報でもお知らせしたとおり、新しい学校給食センターが昨年12月に完成し、この4月から新しいセンターで調理を行っています。隣接地にあった以前のセンターは1972年に建てられたもので、老朽化が懸念されていました。

新築された新センターは、弟子屈中学校舎に合築された鉄筋コンクリート造平屋建てで、延べ床面積は755.62平方メートル。食材搬入や配膳、配送の動線に考慮した造りになっています。また、作業区域を汚染区域外から入ってきた食材や食器などを洗ってきれいにする区域と非汚染区域(調理を行ったり、洗浄・消毒が済んだ食器などを保管する区域)とに明確に区分けすることで、衛生管理を徹底しました。調理場の床もウエット方式(常時水で濡れている)からドライ方式(ほぼ乾いている)に変わったため、カビ対策や除菌がより徹底されています。調理室などは室温25℃以下、湿度80%以下に保つよう空調設備が整えられています。空調設備については今後、環境負荷を抑えるため、雪氷冷熱冷房を採用する計画で、平成25年度稼働予定です。

### 食材・献立 味はもちろん栄養と 安全・安心を考へて

「弟子屈の給食はおいしい」弟子屈に転勤してきた学校の先生方からよく聞く言葉です。おいしさの秘密はどこにあるのでしょうか。

使用する食材は、基本的には道内産です。主食のお米は道内産なつぽし、パンは十勝産の小麦で作ったものです。ジャガイモとタマネギについては年中、町内産のものを使っています。

季節によって道内産の食材が手に入らないときは、西日本産のものや外国産(中国産を除く)のものを使っています。これは、福島第一原子力発電所事故以降、食材の放射能汚染に配慮したものです。(現在は国が放射性物質の検査対象としていない1都16県産の食材は使用していません)

保護者の皆さんに負担していただいている給食費は、小学生が1食208円、中学生が1食248円です。給食費は食材費に充てられ、調



(上)さまざまな調理ができるスチームコンベクション



食缶に分ける前に温度をチェック



おえ物を混ぜる機械



コンテナに入れて配送車へ



出来上がった給食を保温性のある食缶に分ける



学校から返ってきた食器を洗って、さらに食器洗い機へ



食器洗い機から出てきた食器を学校ごとにしよう



洗った食器はコンテナに収納し、消毒・保管庫へ

(下)この日は使われていなかった揚げ物機



まっ や ひろ ゆき 栄養士 松谷 裕之 さん

北海道から派遣されている栄養士さん。弟子屈の学校給食を担当して12年。味と質にこだわった献立づくりに日々奮闘しています。各学校を訪問して食育の授業も行っています。

### 栄養士さん 難しい献立づくりも子どもの笑顔のため

生きていくために欠かせない食。それは給食も同じです。育ち盛りの子どもたちの心身両面の栄養となるような給食づくりには、いろいろな工夫や苦勞、努力が隠されているようです。

学校給食の献立づくりを担当している、栄養士の松谷さんにお話を伺いました。

▽献立づくりで心がけていることを教えてください。

―栄養摂取基準と、子どもたちの嗜好の両方を満たすことです。栄養摂取基準とは、厚生労働省が皆さんの

健康の維持と増進を目的につくった、エネルギーや各栄養素の摂取量の基準のことです。学校給食では、1日に必要な栄養の1/3が取れるように献立をつくっています。具体的には、エネルギーが670kcal、たんぱく質20g、脂質21.9gなどです。

栄養を気にするあまり、子どもたちがあまり好まない、楽しめない献立にならないよう気を付けています。

また、地産地消を心がけ、食材の購入においては、町内産・近隣町村産・道内産を優先するようにしています。

さらに、食材本来の味を引き立てるため薄味にし、和食を増やしたいと考えています。現在も加工食品は極力使用せず、揚げ物を減らして、焼き物や蒸し物を増やすようにしています。

理にかかる光熱費や水道代、人件費などは町が負担。限られた予算の中で食材を吟味し、おいしさと同時に安全も追求しています。

こうして食材を吟味するほかに、調理においては手作りにもこだわっています。例えば、パンにはさむジャムやクリームなども一から手作り。汁物などの味付けにも、和風だしの素やコンソメの素などは使っていない。ドレッシングなども市販のものは使わずに、しょうゆや砂糖などの調味料を合わせて作っています。もちろん、調味料の原料も産地などを確認して購入しています。

食材の放射能汚染を避ける観点から、現在は日本近海で水揚げされた魚とその加工品は使っていません。そのため、カツオやイワシ、サバ、アジを使ってだしを取ることができなくなっています。前述のとおり、和風だしの素は以前から使っていませんし、加えて魚類からだしを取ることができないため、調理員さんたちは味付けに苦勞しているとのこと。

今年度、放射性物質の簡易測定器を導入することになっています。測定して安全が確認されれば、使用できる食材が広がります。

弟子屈の給食がおいしく体にもいい理由は、日々のこうした取り組みがあつたことなのです。

▽特に気をつけていることはありますか。

―不必要な食品添加物(化学調味料・色素・防腐剤など)は排除しています。

また現在、国の放射性物質検査対象地域とされている1都16県で生産、製造された食品や、周辺海域を回遊する魚類は使っていません。今年度、給食センターに放射性物質の簡易測定器を導入することになっていますが、それまではこうした取り扱いを継続していきます。子どもたちの健康に直接関わることから。

▽最近の子どもたちの食の傾向は？

### 調理 8人の調理員さんが心をこめて作ります

給食センターで調理にあたる調理員さんは8人。8人で、小学校6校、中学校2校の児童・生徒と教職員分、約700食の給食を作っています。

調理員さんの作業の様子を見せていただきました。

初めに体調のチェック。体調が悪い場合は、作業に携わることができません。その後、白衣に帽子、マスク、専用靴などの身支度を調べ、手洗い、消毒を済ませて、午前8時には作業開始。材料を洗って切るなどの下処理から煮る、揚げる調理、各学校ごとの容器(食缶)への仕分け、食器類とともにコンテナに入れて各学校へ配送、調理後の片付け。こまめが午前中の作業になります。

お昼の休憩を挟んで、午後から再び作業が始まります。まずは、各学校から返ってきた食缶をチェックして、残った給食の量を調べます。一生懸命作った給食だけに、残った量を調べるのはドキドキの一瞬です。その後、食缶や食器を洗って消毒し、室内の掃除、翌日の給食(食器)の準備、ミーティングをして、午後4時45分、調理員さんの1日が終わります。

―最近に限ったことではありませんが、和風の煮物やおえ物を残す子どもが多いですね。和食に親しんでもらいたいと考えているので残念です。

▽今後の目標を聞かせてください。―放射能汚染を疑われる食材を回避するため、使用できない食品が多くなっています。そのため、本来の料理とは材料や分量などが変わり創作的な料理が増えていきます。それは、子どもたちも感じていると思います。放射能を自然な形で回避できる献立を研究し、実施したいと思っています。楽しみながら、おいしく食べてほしいと思っています。



おえ物の調理をチェックする松谷さん(右)



配膳も2年生が



2年生のお兄さん・お姉さんが盛り付けを担当



見て！きれいにジャムを塗れたよ



みんなで一緒に「いただきます！」



ワカメが入ってる！僕ワカメ好きだよ



大きなパンだな\*



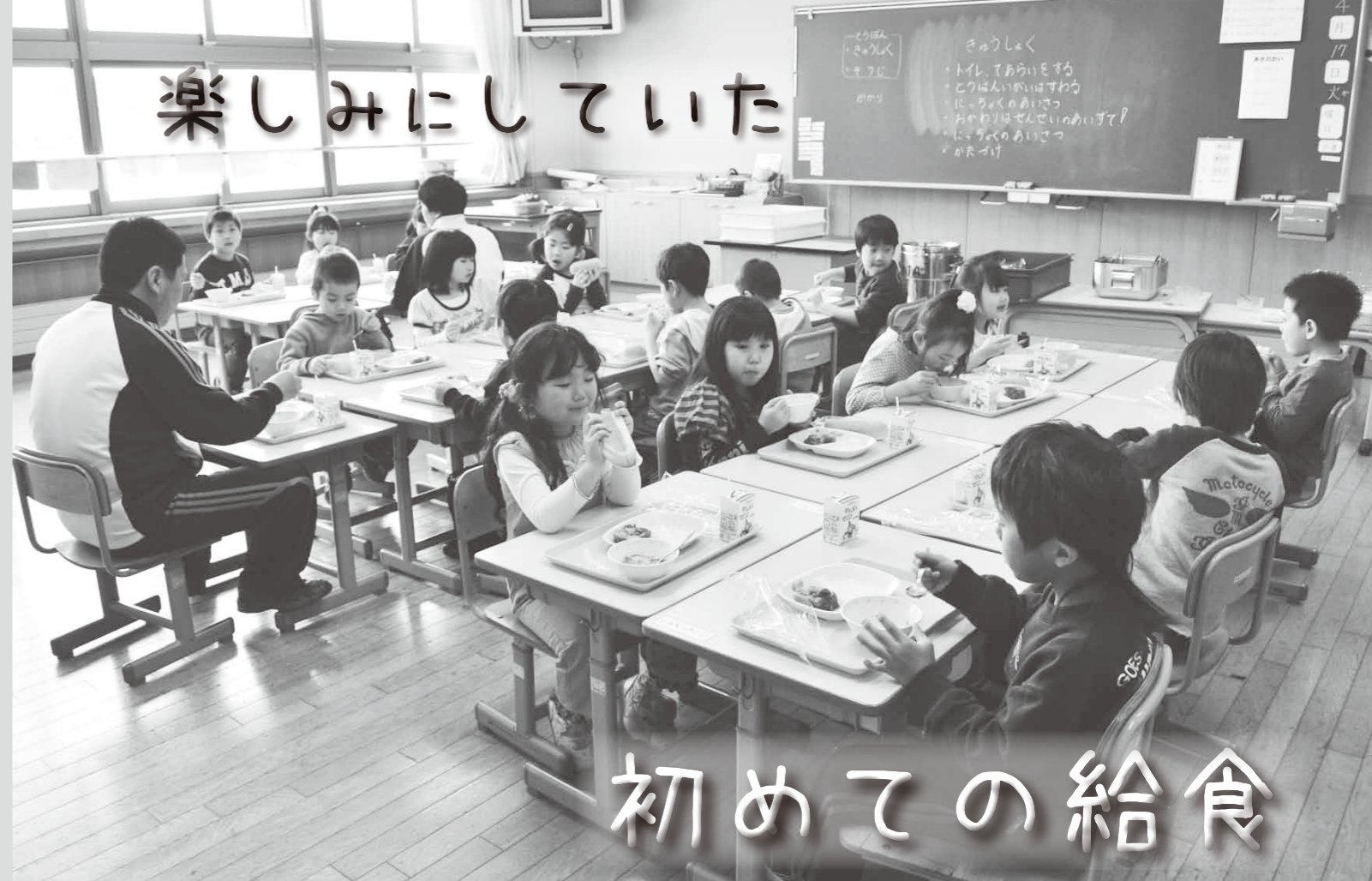
大きなお口でガブリッ



ジャムを塗ることに真剣です

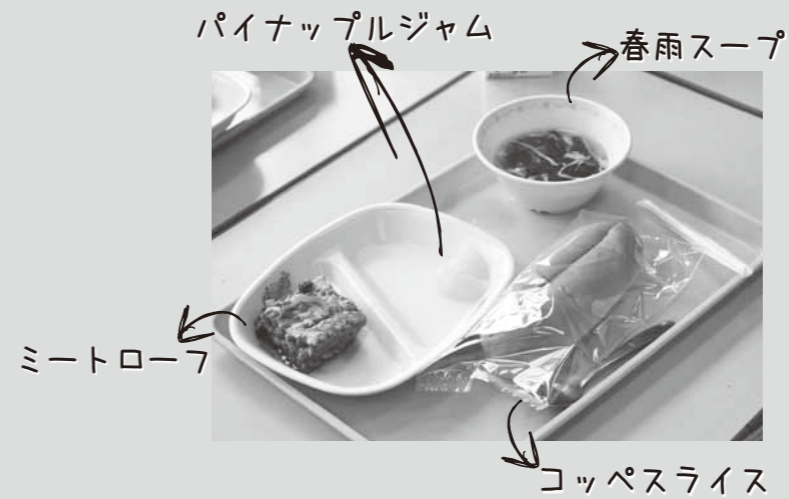


「おいしいね」「うん、おいしいね」



楽しみにしていた

初めての給食



「小学生になったら何が楽しみ？」  
「給食！」  
入学以来、楽しみにしていた給食。4月17日、弟子屈小学校1年A組の初めての給食時間にお邪魔しました。  
この日の献立は、コッペスライス（切れ目の入ったコッペパン）、パイナップルジャム、ミートローフ、春雨スープ、牛乳。おかわりする子どももたくさんいて、大好評でした。

おいしくて体に良い  
安全で安心できる給食を子どもたちに届けるため  
これからも給食センターの皆さんは  
精いっぱい努力していきます

問い合わせ先／学校給食センター ☎ 4 8 2 - 3 2 0 4

### 給食で何が好き？

学校給食センター調べ

#### 好きなメニュー

- |           |            |
|-----------|------------|
| 1位 ラーメン   | 6位 果物      |
| 2位 カレーライス | 7位 シチュー    |
| 3位 ワカメご飯  | 8位 焼きそば    |
| 4位 うどん    | 9位 サラダ     |
| 5位 パン     | 10位 ハヤシライス |

#### 嫌いなメニュー

- |               |           |
|---------------|-----------|
| 1位 インド風ドライカレー | 6位 豆ご飯    |
| 2位 パン         | 7位 牛乳     |
| 3位 酢の物        | 8位 シチュー   |
| 4位 魚          | 9位 ビビンバ   |
| 5位 サラダ        | 10位 さといも汁 |