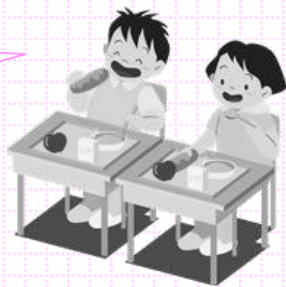


「地産地消」で「安心安全」な 剣淵町産食材を使った給食

いただきます！

この野菜、剣淵で
作ったんだって！



人はみな食べなければ生きてい
けません、毎日口にする物だか
らこそ、安心で安全な物を求める
のが当たり前の世の中になり、併
せて地産地消の取り組みも全国的
に進んでいます。

剣淵町は農業のまちですから、
次世代を担う子どもたちの口に入
るものが安全か、また、地元の物

をどれくらい食べているのか等、
注目は高くなっています。

今回は、小中高等学校に給食を
提供している剣淵町学校給食セン
ターで献立を作っている管理栄養
士の中西香さんにお話を伺いまし
た。



子どもたちに喜ばれる献立を

剣淵小学校・中学校・高校の児
童・生徒のみなさんが、「今日の給
食は何かな」と給食の時間を心待
ちにしてくれるような献立を目標
としています。

もちろん、大切な成長期にある
子どもたちの食事ですので、栄養
基準値を満たすことを最優先にし
つつ、剣淵町ならではの特色ある
献立を作ることを心掛けています。



素直な子供たちのために

これまで2つの学校給食センタ
ーで子どもたちに給食を作ってい
ましたが、剣淵町の子どもたちは、
とにかく良く食べてくれます。

苦手であろう食材も献立も、何
度となく給食に出しますので、子

どもたちも頑張って食べる努力を
してくれそうです。

そんな素直でかわいい剣淵の子
どもたちのために、大勢の方々が
協力してくださり、現在の剣淵町
の学校給食が存在していると思っ
ています。



剣淵町の生産者は向上心が高い

生産者の方々の向上心が素晴ら
しい剣淵町ですので、食材のおい
しさや安全性には信頼を寄せてい
ます。

素材のおいしさが、料理の基本
と考えていますので、剣淵町の大地の恵みが活かされるように、素
材重視の献立を基本にしています。
例えば、黒米ならシンプルに黒
米ごはん、いなきびならいなきび
ごはんを献立にし、同様に、粉ふ
きいも、アスパラサダラ、夏野菜



9月6日(火)の給食

- ・ いなきびごはん
- ・ じゃが芋の味噌汁
- ・ 鮭のホイル焼き
- ・ ふきの煮もの
- ・ 牛乳



学校給食で1年間に使用する 剣淵産の食材使用量

米…500kg
味噌…200kg（寄贈）
玉ねぎ…800kg
長ねぎ…150kg
じゃがいも…1,000kg
にんじん…700kg
グリーンアスパラ
…5～6月に2回程度
黒米…
米粉…
いなきび…

2か月に
1回程度

生産者に感謝できる子に

学校給食に地産地消を取り入れ
ることは、子どもたちが食材を通
じて地域の自然や文化を理解し、
生産者の方々の努力や思いを学び、
感謝する心を育む上で有効だと考
えています。



カレー、かぼちゃ天ぷら等、素材
を活かした給食は、子どもたちも
喜んで、たくさん食べてくれます。

「恵みの大地」の食材で すくすく育つ子どもたち



めしあがれ！

お話して
くれた方

管理栄養士 中西 香 さん

大空町（旧東藻琴村）学校給食センターに栄養士として赴任。その後歌志内市学校給食センターを経て、剣淵町学校給食センターへ赴任されて9年目、また、剣淵小学校の栄養教諭として5年目を迎えます。

給食には剣淵町の食材も多く使われていますので、剣淵ではどのようなものがどの時期に収穫されているのか、どのように使われ、美味しく食べられているのかなど一年を通じて子どもたちは学ぶことができます。

剣淵高校生が考えた献立です。

ある日の給食

- ・牛乳・杏仁豆腐
- ・チキンピラフ
- ・わかめスープ
- ・豚肉の生姜焼き
- ・ポテトサラダ

食材も剣淵高校生の
ものを使いました。



調理員さんたちが約400人分の給食を皮むきから始まり、出来た料理を食缶に詰めるまで、約3時間の早さでテキパキ作ってくれています。



▶ 右の写真は、9月6日の学校給食に使った剣淵町産の食材です。お米、いなきび、野菜や味噌等、たくさん使われています。

また、剣淵小学校の学校菜園では、剣淵高校生の指導を受け多くの野菜を育てています。

育てる苦労や収穫の喜びを子どもたち自身も体験することで、生産者の方々の気持ちを深く理解できるものと思っています。

食育にもいろいろありますが、剣淵町の食育の柱は地産地消と考えています。

毎日子どもたちと給食時間を過ごすことで知る、子どもたちの声を大切にし、より良い給食づくりに活かしていきたいと考えています。すし、子どもたちにも剣淵町の給食をより理解して欲しいと思っています。

剣淵町では、各校の学級担任の先生を中心に、きめ細やかな給食指導を実施していただいています。食事の姿勢や食べ方のマナー、食器の並べ方、生産者の方々への

感謝の心など、幅広い考えで子どもたちに食育を伝えてくださっています。

昨今は、朝食欠食など子どもの食生活の乱れが心配な時代です。

子どもたちには、食生活と健康の関わりについて、すぐに成果が出るものではないかもしれませんが、繰り返し伝えていきたいと考えています。



自分の健康は自分で守る子に

子どもたちには、食生活は自分の体だけではなく、心の健康にも深い関わりがあることを理解し、自分の健康は自分で守るという意識が芽生えて欲しいと思っています。

そのために、毎日の給食を題材とした「食育」を心掛けています。

▼ 下の写真は、ご飯を測る計量機です。正しい計量と時間短縮ができ、各学年ごと食缶にご飯が入れられています。



中西さんにお話を伺い、子どもを育てる大人も、一緒に食育をするのが大切だと感じました。食事は時間になったら出てくるのではなく、食材は農家の方が一年かけて苦労して生産し、その食材が料理になるのは、奥さんやご家族の方が作ってくれているからです。

それを「あたり前」と思っているご家族の話を耳にします。家庭で出てくる食事に「ありがとう」と感謝し、子どもにその背中を見せる大人でありたいと思いました。

