



第72号
令和7年3月発行
岐阜県学校栄養士会

令和6年度 文部科学大臣表彰「学校給食表彰」を受賞して想うこと

関市立旭ヶ丘中学校 古田 恵

この度、8月に長野県で開催された「第1回全国学校給食・栄養教諭等研究協議大会」におきまして、令和6年度文部科学大臣表彰を頂戴したことは身に余る光栄であり心から感謝申し上げます。

◎ふりかえると・・・

学校栄養職員、栄養教諭として勤めて30年が過ぎました。この30年間（+数年）での思い出深い出来事は数えきれないほどあります。その中でも、不安でいっぱい初任、栄養教諭任用替え、無我夢中で取り組んだ文部科学省指定「栄養教諭を中核とした食育推進事業」、令和元年度栄養教諭全国大会・岐阜県大会の運営（暑かったですね）、新しく立て替えられ、機械も器具も委託調理会社も何もかもが新しい、そして経験したことがない7000食超えの数を扱う関市学校給食センターへの赴任等が印象に残っています。

その間には、平成8年に大阪府堺市の小学校を中心に発生した0157食中毒の教訓を踏まえ「学校給食衛生管理基準」が学校給食法の改正において法律上に明確に位置付けられました。それ以降、経験に頼らない根拠を明確にした衛生管理の徹底が図られるようになりました。食に関する指導では、個人の頑張りに委ねられていた指導が、各学校において食に関する指導に関わる全体計画を作成し、学校教育活動全体の中で計画的、組織的に行っていくことになりました。この大きな変革の中で、多くの悩みや迷いが生まれましたが、この仕事を続けてこられたのは、いつの時も多くの先輩や同期、同僚の支えがあったからです。感謝が尽きません。

◎これからも・・・

私の元気の素は、給食の時間に各学級を巡回することです。特に新メニューやちょっと自信がない又はある時のメニューを提供した時の児童生徒や教職員からの感想を聞くことが、楽しい時間（ドキドキしますが）です。「おいしかったよ」「また食べたい」との好意的感想や「もう少しピリッとさせたほうがおいしい」などのアドバイスの感想、「きのこをいれないで」の拒否的感想・・・等々、返事や要望が返ってきます。この情報収集の時間が何よりも大切です。これからも、児童生徒の心理を理解しつつ、おいしい給食の提供と食に関する指導を進めていくために研鑽を積んでいきたいと思っています。

◎最後に・・・

受賞にあたり岐阜県学校栄養士会の皆様よりお祝いの品として、やさしい色で作られた花束とお菓子を頂戴しました。とてもとても嬉しかったです。この場をお借りし、お礼申し上げます。そして、皆様のお役に立てるようさらに努めて参ります。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



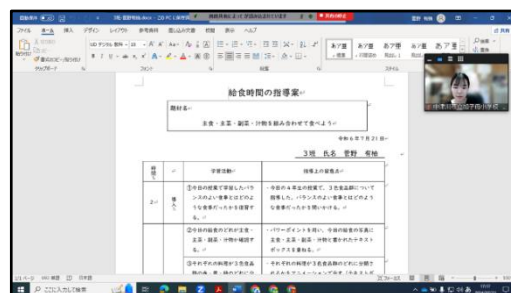
学校給食夏季講習会に参加して

中津川市立加子母小学校 菅野 有柚

7月20、21日にオンライン形式で行われた学校給食夏季講習会に参加しました。1日目の午前中は、文部科学省初等中等教育局健康教育・食育課食育調査官 山上望先生から食育の推進について教えていただきました。午後は、大阪公立大学大学院獣医学研究科客員研究員 勢戸祥介先生から学校給食の衛生管理について、元桐生大学医療保健学部栄養学科教授 宮原公子先生から栄養アセスメントに基づく献立の教材化について教えていただきました。2日目の午前は、神奈川県立保健福祉大学保健福祉学部栄養学科教授 鈴木志保子先生から個別的な相談指導の進め方について教えていただきました。午後は、グループに分かれてICTを用いた給食の時間の指導案の交流を行い、武庫川女子大学教育学部教育学科教授 藤本勇二先生から指導講評を頂き、学校における食育の実践について教えていただきました。2日間の講習会の中で、特に私が学んだことが2つあります。

1つ目は、個別的な相談指導の進め方についてです。個別的な相談指導とは、健康上の課題がある児童生徒に行うものであって、アレルギー対応についての面談や、部活動などでの体力をつけて成績アップを目指すようなスポーツ指導とは違う、ということを知りました。また、個人目標とは、目的を達成した成果となる項目とその数値目標であり、「3食食べる」「バランスよく食べる」など、目的に対して直接評価ができないものは、個人目標とはいえないということも教えていただきました。行動計画を立てるのは対象者ではなく栄養教諭であり、栄養教諭は栄養補給計画に基づいて行動計画をいくつか提案し、対象者との面談の中で、対象者が最も実行しやすい行動計画を決定します。栄養教育が行動の実行率につながることから、栄養教諭のスキルが重要であると学びました。これまで個別的な相談指導をどうやって進めていったらよいのか分らなかったもので、今回の講義を受け、とても勉強になりました。個別的な相談指導には、管理栄養士としての高い専門性が求められるので、これからも常に学び続けていく必要性を再認識しました。

2つ目は、ICTを用いた給食の時間の指導についてです。私のグループのテーマは、「主食・主菜・副菜・汁物を組み合わせて食べよう」でした。私が考えた指導案は、その日の給食の食材をパワーポイントのアニメーションを使って3色食品群に分け、主食・主菜・副菜・汁物を組み合わせると、3色食品群全てがそろい、栄養のバランスがとれていることに気付かせるという内容にしました。グループ交流では、同じテーマでも様々なICT



グループ交流での発表の様子

CTの活用の仕方があり、とても勉強になりました。他のグループの指導案の発表や藤本勇二先生の指導講評を聞いて、ICTの良さは、一斉配信をしたり、遠方の学校とつなげて授業をしたりなど、物理的・地理的な問題を乗り越えられること、データを渡して学級担任に指導を任せられることができることなどがあると学びました。また、全てをICT化するのではなく、実物を使うことによる魅力もあるので、両方の良いところを用いた指導を行いたいと思いました。私の勤める小学校は単学級ですが、給食の時間に全てのクラスを回って指導することは時間的に難しいので、一斉配信をしたり、大事なポイントをまとめて視覚的にわかりやすくしたりなど、ICTをうまく活用して、その日の給食の献立で伝えたいことを短い給食の時間の中で効果的に指導していきたいと思いました。

他にも、2日間の講習会でたくさんのことを学ぶことができました。今回の講習会を通して学んだことを、日々の食に関する指導や学校給食の管理に生かしていきたいです。

第1回全国学校給食・学校栄養教諭等研究協議会に参加して

高山市立東小学校 杉浦 美波

「より一層の学校給食の充実と栄養教諭を中核とした学校における食育の推進～信州から「新」発信！未来へつなげる食育の力！～」をテーマにして第1回全国学校給食・栄養教諭等研究協議大会が8月1日（木）・2日（金）の2日間にわたり、長野県長野市において開催されました。

昨年まで8月に開催されていた全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会と10月又は11月開催だった全国学校給食研究協議大会が今回から統合しました。

1日目の全体会では、文部科学省・文化庁より「学校給食の充実と食育の推進」「食文化継承に向けた取組」についての説明と、「食事を愉しむ」と題し、ノルディック複合選手の渡部暁斗氏による記念講演、「組織で取り組む学校における食育推進の在り方～全教職員が食育の必要性を理解し、子供に必要な食育を行うために～」をテーマとしたシンポジウムが行われました。

2日目は、8つの分科会でそれぞれの研究テーマに沿った研究発表や協議が行われ、私は第4分科会「組織的に取り組む個別的な相談指導の在り方」に参加しました。

神奈川県立保健福祉大学の鈴木志保子先生の講義の中で、個別的な相談指導は、「ある課題が、児童生徒の将来にわたる健康課題となる可能性があるときに、課題を改善・解決することで、生涯を通して健康を維持できるようにするものである」ということを学びました。個別的な相談指導を行うためには、栄養教諭としての知識やスキルをアップデートしていかなければならないと強く感じました。



〈お弁当〉

信濃の国弁当 ～信州を食べつくそう～

山賊焼き
サラダ菜
ミニトマト

塩いかと
切干大根の
甘酢あえ

野沢菜漬け
杏のシロップ漬け
ぶどう

しなの四季
彩サラダ

信州サーモン
豆腐クリーム
チーズ焼き

野沢菜の
おやき

ごはん（風さやか）
梅漬け

キムタク
ごはん

このお弁当は、毎年実施されている、栄養教諭・学校栄養職員対象の「長野県産物を活用した献立コンクール」で選ばれ、学校給食でも提供しているメニューだそうです。

〈展示コーナー〉

郷土食紹介や地場産物紹介など



郷土食献立【南信】

- ・五平餅
- ・きのこ汁
- ・鶏肉と凍り豆腐の煮物
- ・塩丸イカのサラダ
- ・りんご
- ・牛乳



令和6年度栄養教諭・学校栄養職員食育セミナー②に参加して

笠松町立松枝小学校 森 加奈

令和6年8月5日に行われた、岐阜県学校給食会主催の栄養教諭・学校栄養職員食育セミナー②に参加させて頂きました。今年度、食育セミナー②では、岐阜県学校給食会 永治友見理事長の講話や「家庭教育学級に活用できる料理～歯や骨によい料理～」をテーマにした調理実習、鈴木晃子先生、伊藤克子先生、村上直江先生による「学校給食を活用した食に関する指導について」の講話、「食に関する全体計画との関連を考え、教科書(小学校)を確認してみよう」をテーマにグループ活動が行われました。

永治理事長の講話では「1学期の学校給食の様子」と「学校での子どもたちの実態を踏まえて」についてご講話頂きました。子どものやる気が生まれるときは、やり方がわかる(理解している)ときであり、子どもに関わる教育としての環境・働きかけ・言葉かけが大事だと教わりました。教員として子ども達には「がんばれ」より「がんばっているね」と声をかけてあげてほしいという言葉は、長年にわたり、児童生徒に関わられた永治理事長だからこその思いであると感じ、これからの教員人生で大切にしていきたい言葉でした。

調理実習では、家庭で簡単に美味しく、そしてカルシウムもしっかり摂ることができる献立を調理しました。特に「ちりめんじゃこの混ぜご飯」はチャーハンより簡単にでき、児童でもできるような工夫がされているメニューでした。調理実習で学ばせて頂いたことは、来年度の保護者に発行する親子レシピにも繋げることができ、有意義な活動となりました。

また、講師の先生方からも多くのことを学ばせていただきました。鈴木先生から、保護者に対しての栄養教諭としての関わり方を学びました。例えば「うちの子、野菜が嫌い!」という保護者に対しては、食品が食べられるようになることは「学習発達現象」で言葉の発達と同じであり、たくさんの「食の体験」が大切であることを保護者が納得できる形で話をする必要さを教えて頂きました。伊藤先生からは、学校給食を活用した教科における食に関する指導について、実践をもとに教えて頂きました。また、教科における授業目標のよりよい達成のためには、必ず児童生徒の実態把握を行い、課題を踏まえた指導を行った上で目標達成できたかの振り返りを行うことの大切さを学ばせて頂きました。村上先生からは「チームで取り組む食育の推進」について資料を基に教えて頂きました。学校内での取り組み方については、やりたい指導を明確化し、年間計画にきちんと位置付けし、計画的に進めることが鍵であると教わりました。まだまだ学校の中でどう進めて良いかわからなかった部分が大きく、実際にやりたい食育が今現在できていないこともあり、今後の食育の実践につながる大きな学びとなりました。

最後に、食に関する指導の全体計画におけるグループ交流では、それぞれの学校の年間指導計画を見合い、お互いに意見交流を行いました。他地区の栄養教諭・学校栄養職員の先生と一緒に現在の悩みや不明な点について意見を出し合い、来年度に向けてよりよい食に関する全体計画の作成につながる活動となりました。

食育セミナー②に参加させて頂き、栄養教諭としてのたくさんの学びや、普段お会いすることのできない他地区の栄養教諭・学校栄養職員の先生方との交流の機会が、夏休み明けからの活力となりとても有意義な時間となりました。



「国産食肉給食利用推進事業」調理実技講習会及び講演会に参加して

多治見市立陶都中学校 藤原 早也佳

国産食肉給食利用推進事業の調理実技講習会及び講演会に参加しました。午前中は、中京学院大学短期学部 松原恵子先生に「国産牛を使ったおすすめ料理」として「すき焼き風味春巻き、豚肉と岐阜野菜の炒め物、鶏肉のトマト煮、ブロッコリーサラダ」を実習しました。「肉は好きだが野菜は残ってしまう」という子どもたちの実態を踏まえ、肉と干し椎茸のうま味を生かして炒めたり、鶏肉と野菜を一緒に煮込んだりすることで野菜をより美味しく食べられることがわかりました。また、サラダは、薬味が入り香りもよく食べやすかったです。

調理の方法では、①鶏肉は、余分な脂を切り落とし、塩コショウした後に、臭いが残らないようにペーパーで水気をふくこと、②料理の内容や食材ごとに厚みや切り方を変えること、③炒め方では、食材の種類や食感を考えて料理ごとに炒める順番を変えること、などを教えていただきました。大量調理ですべてのことを実践するのは、難しいですが、できることから調理方法の工夫を実践しておいしい給食を作り、提供したいと思いました。



午後からは、日本獣医生命科学大学 佐藤秀美先生から「肉の加熱処理～おいしさを作る熱の科学～」について、講演を聞きました。肉料理のおいしさを決める要因は、料理自体のおいしさ（味、香り、色、咀嚼音、食感、温度）と食べる側の生理状態、心理状態、背景の組み合わせで決まることや、肉のおいしさをより引き出す加熱の仕方などについて教えていただきました。肉の煮込み料理では、強火で煮て、イノシン酸の分解を止めてから、弱火でゆっくり加熱することで、煮汁のうま味が増加することを学びました。これまで給食での温度管理では、基準の温度まで上げることを考えていましたが、お肉を使った煮込み料理をするときは、ただ温度を上げるだけではなく、温度と時間をふまえて調理工程を確認しながら調理をすることでよりおいしくなることがわかりました。肉の食感では、生、レア（中心温度約50℃）、ミディアム（中心温度約60℃）、ウェルダン（中心温度70℃）を比較したときに、ミディアムが一番柔らかい結果になることや鶏肉の唐揚げでは、筋肉や脂肪のつき方など肉の部位によって柔らかさが異なることを知りました。給食で今まで揚げ物をするときには、揚げた後の見た目や火の通り具合は確認をしていましたが、今回、学んだ火の通り方を生かし、よりおいしく食べることができるよう、調理方法を考えていきたいと思いました。給食での最終の加熱温度は決められていますが、子どもたちにおいしい給食を提供するために、温度の上げすぎを防ぎ、温度を上げるまでの時間など確認していきたいと思いました。そして、温度管理が食品のおいしさに関係している事を伝えていきたいです。

実務講習会に参加して

岐阜市立加納西小学校 大西伸子

8月7日に岐阜県学校給食会で行われた実務講習会に参加しました。初めに和洋女子大学家政学部健康栄養学科教授 杉浦令子先生から、「身長・体重成長曲線と肥満度曲線の活用～効果的な個別指導の実践に向けて～」という演題でご講演いただきました。現在、子どもの体型は肥満とやせの二極化が進んでおり、肥満・やせの子どもを把握して、個別的な相談指導を行うことが求められています。対象者の栄養状態を評価・判定し、適正な栄養摂取量を把握し、適切な食生活を送れるように支援する必要があるとのことでした。対象者の実態を把握する上で、身長・体重成長曲線と肥満度曲線を活用することが重要で、肥満・やせにも種類があり、経過を観察することで同じ体重でも医療機関に受診をして治療を受けなければならない事例もあるそうで、一人一人の成長曲線を観察することの大切さが分かりました。肥満で個別指導を開始し、体重・肥満度が減って肥満が改善されたものの、このまま肥満度が下がり続けるとやせになる恐れがあるため、指導を変更した事例を紹介していただき、実態をよく見て判断していくことの重要性を学びました。学校保健安全法で健康診断結果は事後措置をとることになっており、養護教諭から保護者へ医療機関への受診を勧めているものの、軽度肥満では受診率が低いそうです。保護者と信頼関係を構築し、連携していくことが大切であるとのことでした。改善のための目標を設定するときには、本人の意思で目標を設定し、実践していくことが重要で、「やらされている」にならないようにしなければならないそうです。こちらから理想を言ってしまうのは、本人が続けることが難しくなってあきらめてしまうことになりかねません。本人の意思を尊重し本人が自覚をもって着実に実践することができるよう支援していくことが分かりました。また、肥満度の改善は長期に渡るもので、改善しても元に戻ってしまう場合もあります。いつもきちんとできることを求めるのではなく、できなかったときには励ますような声掛けをするなどして、相手の話をしっかり聞いて、次に繋がる意欲を引き出していけるようにしていきたいと思いました。

次に、「成長曲線・肥満度曲線を活用した個別的相談指導の実践」の演題で、石川県羽咋郡宝達志水町立志雄小学校栄養教諭 北出宏予先生からご講演いただきました。1月1日の能登半島地震で北出先生自身も被災されて大変な中で、日本栄養士会災害支援チーム(JDA-DAT:The Japan Dietetic Association-Disaster Assistance Team)の一員として、仮設住宅を訪問し栄養状態の実態の把握に努められたそうです。そんなお忙しい中、今回の講演をしてくださったことに感謝の気持ちを持って受講しました。個別的相談指導には目の前の児童生徒の実態を把握することが重要で、子どもの実態を保護者が把握していないことが多いので、保護者と情報共有することで、保護者の理解を得ることに繋げていっているとのことでした。養護教諭から健康診断結果を通知し、希望者には栄養教諭が個別指導を行うことをお知らせしてもらい個別指導を実施するという養護教諭との連携の仕方を知ることができました。個別指導にあたっては、家庭科や保健体育の教科書や、給食を教材にして、全体指導から個別指導につなげるようにしていることを教えていただきました。食事のお手本になる給食献立の大切さを改めて感じました。また、日本栄養士会で行われている研修会について紹介していただき、今後役立つ情報を教えていただきました。児童生徒一人一人を大切に業務にあたっていきたいと思います。貴重な講演をありがとうございました。

調理実技講習会及び講演会に参加して

各務原市立蘇原第一小学校 堀部佳奈

令和6年の夏から秋にかけ、スーパーマーケットの売り場から米が無くなる異常事態を経験し、米の生産と消費に大きな変化が訪れるのではないかと、漠然とした不安をもっていました。そんな中、今回の調理実技講習会及び講習会で米粉を活用した調理や米農家の現状を学ぶことで、岐阜県の米生産の未来のために、栄養教諭としてできる事を見出すことができました。

調理実技講習会では「賛否両論名古屋」料理長の大貫光介氏より、米粉の特徴を活用した料理を教えていただきました。まず、米粉を打ち粉として使うことで、米粉の保水性を活かすことができますと学びました。米粉を打ち粉として使うことで、汁物の豚肉を柔らかく調理できました。加熱時間が長くなると豚肉は硬くなりますが、仕上がった豚肉のプルプルとした食感や柔らかさに感激しました。米粉は豚肉にまぶして時間がたっても、米粉がダマになったり豚肉同士が塊になったりしないため、下処理をしてから加熱するまで時間が空く大量調理に適しています。ダマや肉の塊ができない性質は揚げ物の粉付けでも役に立つように思いました。次に、米粉で作るホワイトソースを学びました。米粉は小麦粉と違い、よく混ぜてもグルテン形成されず粘りが出たりダマができたりしないため、冷たい牛乳に米粉をすべて加え、溶け残りがなくなるまで混ぜることができます。米粉を溶かした牛乳を強火にかけてとろみが出るまで加熱し、弱火にして練り上げます。味付けに味噌を使うことで、味にコクを出すこともできます。米粉を使うことで大量調理でも失敗するリスクを減らして、ホワイトソースを作ることができると分かりました。



講演会では、「アグリーダー」高橋成侍氏より米農家の立場から、米生産についてお話いただきました。現状として、高齢化とコロナ禍の不況による米農家の減少が著しく、近年は年間2万ヘクタールの田んぼが失われています。しかし、高橋氏は毎年新しい技術を導入し、一軒の農家が多く田んぼでの米作りを手掛ける事に成功しています。お話の中から私が学んだ点を3つにまとめます。

1つ目に、ドローンを使って施肥をしたり、10年間の衛星写真から情報を集め効率的に施肥して土づくりをする最先端の技術です。2つ目に、田んぼを耕さずに種をまく「不耕起栽培」です。田を耕さないことで、田起こし・代かき・苗植え・田植えが不要になり、省力化した米作りが可能になります。また、従来通りの水を張る田んぼでの米作りでは、腐った水からメタンガスが発生しますが、不耕起栽培は田んぼの中の土が乾燥しないため、水を張らずに米を育てることができ、温室効果ガスの排出量を減少させる付加価値もあります。3つ目に、農閑期に米粉の製粉を行うことで、年間を通して仕事のあたる「会社」にすることができます。田んぼの「一極集中」は農業の担い手不足によってやむを得ず起こったことですが、一極集中して農地を管理する農家が「会社」として経営していけば、代々農業を営む家に生まれなくても、農業に挑戦したいと思う人が選択できる職業の一つになり、担い手不足への打開策になるのではないかと感じました。

高橋氏のお話を聞き、消費が安定していれば米生産の近い将来は心配ないと感じました。しかし、高橋氏は米の価格が上がることで消費量が減ることを懸念されていました。学校給食では県内産の米を使用しています。物価高騰で賄材料費の管理も難しくなる一方ですが、米飯の使用量を安易に減らすことは避けたいと考えました。また、農業の大変さを伝え、感謝の心をもつよう児童生徒に話すことが多いのですが、今後、農業は最新技術を活用しながら自然と向き合う素敵な仕事である事も伝えたいと思います。

食育推進講習会（データ分析・論文コース）に参加して

大垣特別支援学校 百々 潤子

10月25日から27日の3日間、食育推進講習会に参加させていただきました。会は、各都道府県から栄養教諭や学校栄養職員等57名が東京都市ヶ谷に集まり開催されました。

3日間の講義では、主に「アンケートをとり、データを解析する方法」を学びました。

アンケートについては、尺度（物差し）を開発することを目的としたアンケート作成について学びました。尺度があると、その測定値と他の要因を組み合わせて分析することができるようになります。例としては、「栄養教育に対する負担感尺度」や「栄養教育に対する自己効力感尺度」などが挙げられます。これらの尺度が開発できれば、その尺度による測定値と「経験年数」や「調理場の形態」などを組み合わせて分析を行うことで、何らかの相関を見つけることも可能になります。会では実際に、開発したい尺度を10個の質問項目の形で設定し、これをアンケートとしました。

分析については、「HAD」という関西学院大学の清水教授が公開しているフリーの統計分析プログラムを使い、受講している私たちもその場でパソコンを使いながら講義を受けました。実際にGoogleフォームで受講者が10個の質問項目を回答し合い、その結果を、分析プログラムを使って分析することで、10個の質問項目が尺度として妥当かどうかを判定しました。さらに、その他の要因（経験年数・調理場の形態等）についても別にアンケートをとり、尺度にしたい10個の質問項目とその他の要因についての相関についても、多方面から分析を行いました。尺度の分析には「信頼性分析」を使用したのですが、この分析を行うと、会場でも10個の質問項目が尺度として妥当であると判定がでたケースは少なく、「尺度となる質問項目を作る」ということは非常に難しいということがよく分かりました。

講習会の事後課題として、職場で使える尺度の開発を行うことになっています。今度は、質問項目をより入念に検討してアンケートを作成し、尺度として妥当な質問項目を開発したいです。

3日間を通して、今まで知らなかったアンケートやデータ分析について知ることができ、とても有意義でした。そればかりか、他県の先生と一緒に一つの課題に取り組むグループワークの時間が長かったため、その中でチームワークが生まれ、楽しく交流することができ、また明日からがんばろうと思える力をもらうことができました。

このような機会を与えていただけたことを感謝し、今後の業務に活かしていきたいと思います。

【編集後記】

飛翔72号発行に当たり、ご多用にもかかわらずご執筆いただいた先生方、ありがとうございました。新型コロナが感染症法上の5類に移行され、2年が経とうとしています。前のように会議や研修等が行われるようになり、その内容がわかりやすく書かれています。参加できなかった先生もこれを読み、参考にしていただけたらと思います。

（文責 井藤 ほなみ）

発行責任者 〒509-5122 土岐市土岐津町土岐口 1372-1 土岐市学校給食センター
岐阜県学校栄養士会 会長 鈴木 晃子