

東京都の 学校給食

<http://www.togakkyu.or.jp>

編集・発行 財団法人東京都学校給食会

No.404 〒113-0021
東京都文京区本駒込5-66-2
平成22年11月15日 TEL 03-3822-9391 FAX 03-5815-7099

- 1…学校紹介 足立区立伊興小学校
- 3…平成22年度 東京都教育委員会表彰
(健康づくり功労) 開催
- 4…江戸文化と食……シリーズ3
- 5～6…給食会だより



足立区立伊興小学校

残さず食べて ニッコニコ



朝ごはんみんなで食べてニッコニコ

1 はじめに

本校は、校庭から土器が発掘されるなど、創立133年の古い歴史と伝統がある。地域は小松菜などの農家や一戸建て住宅と都営住宅が混在している。児童数771名21学級の大規模校であるが、家庭・地域ともに学校教育に協力的である。

2 笑顔あふれる食育の取り組み

(1) 教育目標と学校給食目標の関連づけ

〈思いやりのある子〉〈よく考える子〉〈やりぬく子〉〈元気な子〉の教育目標を受け、日常の給食を通して、互いに協力し、奉仕する子を育てる。「食」のさまざまな取り組みを通して、自分の健康を積極的に考え、自己管理能力を育成する。

(2) 取り組みから生まれたオリジナルメニュー

「バランス栄養・朝ごはん・米作り・献立づくり」などの授業を行い、生まれたオリジナル料理は「のりのりサラダ」「エリンギご飯」等87種類ある。①家庭から「パンプキンケーキ」「さつま芋のオレンジ煮」「坦々

給食会物資は安全第一を心がけています

井」等「食」への高まりから生まれたレシピもある。どの料理も繰り返し実施され、給食の献立として子ども達に喜ばれている。②夏休みの自由研究から「ウインナーと舞茸のスープ」「タコライス」等を見つけて採用。オリンピック年には、ギリシャの「ティロピタ」ドイツの「骨付き肉の柔らか煮」等。③5年生社会科の米づ



3年生の授業 朝ごはんを食べて元気になるう

りの学習では、長野県飯綱町の農家の方を招き指導を受けている。その飯綱町と交流し、飯綱町の食材を使って、生まれたのが「いいづなっ汁」である。④家庭科の献立づくりでは「虹色サラダ」「インドのカリライス」など。子供たちが考えたものは、栄養的に偏りがあるので少し手直した。

(3) 選べる給食…給食委員が大活躍

月2回のセレクト給食やリクエスト給食

(4) 残さい率は 平均2～3%

給食だよりの「いただきます」は給食のレシピが掲載され、保護者がそのレシピを見て家庭で調理する。家庭からの持込みレシピで、新メニューが生まれる。担任のきめ細かな指導と努力により、相乗効果が生まれ、残さず食べることが習慣化し、20年度残さい0%を達成した日は13回あった。

3 地域と連携した「朝ごはん」の取り組み

保健センターや開かれた学校づくり・PTAと連携し、「朝ごはん みんなで食べて ニッコニコ」と、朝ごはんのニコニコキャンペーンを実施。

(1) 全校の実態調査:生活リズムや朝食の内容

欠食率は1%。内容は、主食のみなどの単品が3割

もあり、夜遅くまで起きている実態があった。

(2) ポスター作成と広範囲な掲示

ポスターは169点の応募、校内や区役所に掲示。

(3) 養護教諭・栄養士によるニコニコ通信の発行

(4) 講演会の実施

神山潤先生:「生体時計をご存知ですか?」

(5) 親子クッキングの実施(へらへらすいとん等)

(6) 文部科学省:早ね早起き朝ごはん隊の訪問

4 種々の試食会の実施

(1) 全校の保護者対象:講演と試食

講演:バランスガイドの活用や大切な朝ごはん。

(2) おじいちゃん、おばあちゃんの試食会

子ども達とふれあい、参加者の笑顔がいっぱい。



おじいちゃんおばあちゃんの試食会

(3) お父さんの試食会

なかなか参加できないお父さんの為のもの。

(4) 幼稚園や保育園生のための試食会

次年度、就学する子どもを対象。

(5) 納入業者のための試食会:学校給食の理解

5 おわりに

「食」は人と人のつながりを広げてくれる。これからも、学校・家庭・地域が連携し、健康づくりを目指すことが大切である。

学校長 小池 康之
前学校栄養士 前田 啓子



平成22年度東京都教育委員会表彰式(健康づくり功労)開催

11月6日(土)東京都庁大会議場において、平成22年度東京都教育委員会表彰式(健康づくり功労)が開催されました。

この表彰は学校保健、学校安全及び学校給食に関し優れた功績があったものを、その功績をたたえて表彰することにより、学校保健等に関する積極的な活動を奨励し、東京都における健康教育等の普及と向上を図ることを目的としています。

学校給食分野の受賞者は次の方々です。

〈健康づくり優秀学校〉

台東区立蔵前小学校	校長	白井 正之
杉並区立杉並第九小学校	校長	福岡 勤
日野市立平山小学校	校長	五十嵐 俊子

〈健康づくり優良学校〉

品川区立小山小学校	校長	小牧 安子
豊島区立豊成小学校	校長	小久保 進

〈健康づくり功労者〉

教諭	川崎 幸子	豊島区立池袋中学校
	安藤 三保子	町田市立鶴川第二小学校
学校栄養職員	佐藤 陽子	文京区立第九中学校
	佐久間 量子	江東区立数矢小学校
	上野 泰雄	杉並区立杉並第九小学校
	古川 弘子	江戸川区立南小岩第二小学校

受賞された方々誠におめでとうございます。



七五三とセンザイ飴

東京都江戸東京博物館 学芸員 松井 かおる

十一月は七五三の季節。子どもの成長を祝う年中行事として、古くから行われています。江戸時代は、貧困、栄養不足などから現代よりも乳幼児の死亡率が高かったため、それぞれの年齢まで達したことを祝う行事がことさら大切に行われたことでしょう。

また、それぞれの年齢の行事は、成育のステップとなっていました。江戸時代、子どもが生まれると、7日目に頭髪を剃り、丈夫な髪が生えるようにとそれ以後髪を剃り続け、3歳に達すると、ようやく髪をのばし始めました。これを「髪置き」といいます。①では、母親に抱かれた「髪置き」以前の子どもを、髪結師が剃り上げています。「髪置き」は満年齢でいえば1,2歳で行う儀式なので、乳児から幼児へのステップといえるかも知れません。②は次のステップである「袴着」の祝いに家族、親戚と出かける男児を描いています。揃って神社に参詣し、挨拶まわりの後、祝宴を開く場合もありました。古代から宮中などでは男女とも「着袴の儀」を行いました。この風習は現在でも皇室行事として継承されています。これに倣って武家が行うようになり、さらに江戸時代には武家の正装である小袖に紋付の袴(肩衣と袴)による「袴着」の祝いをを行う風習が町人にも広まりました。さらに、この時代、子どもは着脱が簡単な紐付きの着物を着ていま

したが、7歳に達すると、本断ちの着物に本式の帯を締める「帯解き」の祝いをを行い、大人へとステップアップしました。7歳以降は、当時の戸籍簿にあたる人別帳にも名前が載りました。

ところで、七五三につきものの、長寿を願う贈答品である千歳飴は棒状の飴で、江戸時代から売られていました。江戸料理研究者松下幸子氏は、柳亭種彦の考証本として知られる『還魂紙料(すきかえし)』(文政8年(1825)刊)に記された千歳飴の始まりについての記述を紹介しています。これによれば、元禄宝永期(17c末~18c初期)、浅草に七兵衛という飴売りがいて、千年飴、寿命糖という飴を売っていました。やがて細長い袋に千歳飴と書いて売り始めたのも七兵衛でした。③は文化年間(19c初期)のものと思われる千歳飴の袋です。幕臣で医業も務めた井上貫流左衛門(1740-1812)の医業関係文書に挟み込まれていました。袋の上部には水引が、枠内には松竹梅に鶴亀のめでたい絵柄とともに「千歳飴」の文字が刷り込まれています。販売元の「桐屋」は、目黒不動の門前で評判の飴屋として『江戸名所図会』に店先の様子が大きく紹介されている桐屋を連想させ、興味深い史料です。



写真①「頭剃り」
喜多川歌麿 寛政末頃
江戸東京博物館所蔵



写真②「風俗東之錦 町家の袴着」
あずまのにしき まちや はかまぎ
鳥居清長 明和4~文化12
江戸東京博物館所蔵



写真③「千歳飴袋」
桐屋 江戸後期
江戸東京博物館所蔵

給食会だより

「つがるロマン」「ひとめぼれ」の生産地訪問

本会取扱いの米穀は、10月25日より精米・無洗米ともに22年産の新米をお届けしております。

本会では9月上旬に「つがるロマン」の生産地青森県(JAつがるにしきた管内)及び「ひとめぼれ」の生産地宮城県(JAみやぎ仙南管内)の両生産地へ行き、JA職員や生産者の方々から生育状況、安全・安心への取り組みや関連施設の確認を行ってきまして、ご紹介します。



生育状況確認

今年は5月下旬の低温により生育の遅れが心配されていましたが、その後6月以降は平年を上回る気温で推移し、確認時には平年並みの収穫が期待できそうとのことでした。

給食会がお届けしている「つがるロマン」「ひとめぼれ」は、いずれも農薬の使用を慣行栽培に比べ半分以下にして栽培された農薬節減米です。両産地ともに、農薬や化学肥料に頼りすぎない栽培方法に積極的に取り組んでおります。

青森県は稲の成育期間である5月から10月の間は、東北地方では最も長い日照時間を誇っており、それが青森の涼しい気候と相まって、病害虫の発生率を低下させています。それによって慣行栽培でも、農薬の散布を最小限で済ませることができる地域なため、そこから農薬の使用を半分以下にするのは大変手間のかかる栽培方法だとのことでした。



生産者の秋元さん

また、宮城県の仙南地区は、農薬の節減が広く世間で推奨されるようになる以前から、地域全体で極力農薬に頼らない栽培を追求してきた地域で、あぜ道の除草の徹底など環境整備を基本としながら、常

に使用農薬を減らすための検討を重ねているとのことでした。消費者と意見を交えながら、生産者とJA職員が一丸となって、早くから安全・安心の取り組みを行っているのが伺えました。



刈り取りの様子

また、農薬や化学肥料に頼る農業は、環境汚染につながるだけでなく、本来土のもっている地力を衰えさせてしまうそうです。

両産地ともに美味しいお米を作るために、健康で元気な土作りを基本とした農業を実践していました。農薬の節減とともに、安全性を重視した循環型農業にも取り組んでおり、堆肥センターにて牛や豚の糞尿や籾殻などを原料にしたこだわりの有機質堆肥を生産し、田んぼの土作りに利用しているとのことでした。



堆肥センター(有機肥料)

近年、消費者の米離れが進み、米余り、価格の低迷など生産者にとって苦しい現状が続いています。こうした環境の中でも、労力を必要とする農薬節減に取り組むなど、生産者とJA職員が協力しあって、安全で安心な美味しいお米を作ろうとしている情熱を感じることができました。

毎年天候により条件が変わる中、生産者は懸命に対応して、収穫を迎えるまで努力している様子が伺えた産地訪問でした。

本会では毎年、学校に納品された米をサンプリングし残留農薬検査、DNA検査、重金属検査(カドミウム)、生菌検査を行っております。

今後も皆様が安心してお使いいただけるお米を供給して参りますので、どうぞご利用ください。

