平成３０年度

調査研究事業報告書

一般財団法人 恵庭市学校給食協会

目　　次

Ⅰ．学校給食で使用する食品・器具等の調査・・・・　１

１．食品の細菌検査・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１
２．器具等の拭取り細菌検査・・・・・・・・・・・・・・・・・・８
３．恵庭産野菜の使用状況・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１２
４．食材に対する安全対策・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１５

Ⅱ．学校給食に関する調査・・・・・・・・・・・・・・・・・１６

［１］小学校給食調査・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１６
［２］中学校給食調査・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１９

Ⅲ．その他の調査研究・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２３

Ⅳ．食生活に関する普及奨励活動・・・・・・・・・・・・・・２４

１．料理教室・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２４
２．食育推進展示・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・３８
３．食育情報の発信・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・４１
４．給食試食会・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・５４

Ⅰ．学校給食で使用する食品･器具の調査

学校給食は成長期にある児童生徒の心身の成長と健康を支える上で大切な役割を果たすものでありバランスのとれた栄養豊かなおいしい食事であると共に、安全で安心して食べられるものでなければならない。

学校給食における衛生管理の徹底については、学校給食法に「学校給食衛生管理基準」が明確に位置づけられており、恵庭市では保健所による立ち入り調査後、指摘事項を基に改善を行うよう設備又は作業工程・記録方法等の見直しを図り、給食の実施を進めている。

また、外部専門機関[(株)第一岸本臨床検査センター]に依頼し、食品・調理品・調理器具等の細菌検査及びノロウイルスの拭き取り検査を行い衛生管理の徹底を図っている。

１．食品の細菌検査

（1）主　食

委託加工している米飯・麺の衛生状態確認のため、センターに納品された食品について細菌検査を実施した。

① 試料の状況

米　飯	当日洗米・炊飯　→　弁当箱盛りつけ　8：05～9：15　→　保温箱入れ学校配送
麺	A　前日　製麺　→　茹で上げ袋詰め　→　冷蔵庫保管 当日　蒸気殺菌（8：30～9：40）　→　保温箱入れ学校配送 B　前日　製麺　→　茹で上げ袋詰め　→　冷蔵庫保管 当日　蒸気殺菌（8：20～10：20）　→　保温箱入れ学校配送

② 検査結果

単位：　／g

項　　目	一般生菌	大腸菌群	黄色ブドウ球菌	納品時温度 納品時刻	提出時温度 提出時刻	保管温度 保管場所	調査月
わかめご飯	300未満	陰性	陰性	46℃ (12:10)	34℃ (12:20)	21℃ (保温箱)	6月
うどん A社	300未満	陰性	陰性	52℃ (10:30)	38℃ (12:40)	28℃ (保温箱)	8月
うどん B社	300未満	陰性	陰性	65℃ (10:15)	40℃ (12:40)	28℃ (保温箱)	8月
ラーメン A社	300未満	陰性	陰性	54℃ (10:30)	31℃ (12:25)	26℃ (保温箱)	8月
ラーメン B社	300未満	陰性	陰性	45℃ (10:08)	28℃ (12:25)	26℃ (保温箱)	8月
白飯	300未満	陰性	陰性	50℃ (10:03)	42℃ (12:06)	24℃ (保温箱)	9月
白飯	300未満	陰性	陰性	54℃ (10:28)	31℃ (12:10)	27℃ (保温箱)	9月
わかめご飯	300未満	陰性	陰性	52℃ (10:25)	37℃ (11:55)	27℃ (保温箱)	9月

③ 考　　察

〔　　米飯・麺　　〕

主食はすべて調理委託していることから衛生状態を確認するため細菌検査を実施したが、どれも問題のない結果であった。

味付けご飯として6月と9月にわかめご飯を検査し、一般生菌・大腸菌群・黄色ブドウ球菌共に問題のない結果であった。

（2）魚介類

①　検査結果

単位：　／g

項　　目	一般生菌	大腸菌群	腸炎ビブリオ	採取時温度 採取時刻	提出時温度 提出時刻	保管温度 保管場所	産地	調査月
ほっけ切り身 （下味つけ後）	2.6×10^4	1.2×10^3	陰性	1℃ (9:32)	11℃ (12:05)	3℃ (冷蔵庫)	アラスカ	6月
さば切り身 （調理時）	4.0×10^3	陰性	陰性	6℃ (10:20)	4℃ (12:00)	3℃ (冷蔵庫)	ノルウェー	7月
さんま切り身 （調理時）	300未満	陰性	陰性	4℃ (9:30)	6℃ (12:20)	3℃ (冷蔵庫)	北海道	8月
くらげ （開封時）	300未満	陰性	陰性	12℃ (11:15)	7℃ (12:35)	6℃ (冷蔵庫)	タイ・マレーシア	10月

②　考　　察

加熱前の魚の切り身及び生食提供するくらげの衛生状態を確認するため細菌検査を実施した。
切り身は使用前日に冷凍状態で納品され、冷蔵庫で解凍し当日に使用する。
6月に中学校センターで実施した下味付け後のほっけ切り身から基準値内の一般生菌と大腸菌群が検出された。下処理工程において細菌が増加しないよう保管・温度管理を徹底し、ドリップ・漬け汁の扱いや作業後の手洗い、十分な加熱調理等、二次汚染防止と衛生管理を徹底していきたい。
小学校センターでは焼き物機の近くに冷蔵庫がないため、作業開始時に食材の半数を調理場内に運び常温に置いて天板並べの作業をしている事から、時間経過に伴う衛生状態を確認した。
7月は作業開始の8時45分に採取し,天板並べが終了する10時20分まで室温26℃の調理場内に保管したさばの切り身、さらに8月の暑い時期に作業開始の8時30分に調理場内に運び、9時30分まで経過したさんまの切り身の検査を実施した。共に検体温度が著しく高くなる事もなく、さばからは基準値内の一般生菌が検出されたが大腸菌群・腸炎ビブリオは陰性であり、さんまは一般生菌・大腸菌群・腸炎ビブリオすべて問題のない結果であった。
今後も下処理工程において細菌が増加しないよう適正な温度管理に配慮し、作業後の手洗い、十分な加熱調理等、二次汚染防止と衛生管理に留意しながら作業していきたい。
10月のくらげは当日袋開封時の衛生状態を確認するため細菌検査を実施した。
くらげは使用前日に冷凍状態で納品され、梱包の発泡スチロールが外装に付着している事から袋を水洗いし、保冷庫で保管・解凍して当日に使用するが、一般生菌・大腸菌群・腸炎ビブリオ共に問題のない結果となり、生食として野菜と和えるまでの保管や作業も適正である事を確認した。
今後も保管・温度管理を徹底し、手洗い等二次汚染防止と衛生管理を徹底していきたい。

（3）肉　類

①　検査結果

単位：　／g

項　　目	一般生菌	大腸菌群	サルモネラ	カンピロバクター	採取時温度 採取時刻	提出時温度 提出時刻	保管温度 保管場所	産地	調査月
鶏肉 （納品時）	1.2×10^{6}	1.9×10^{5}	陰性	陰性	3℃ (7:50)	7℃ (11:30)	3℃ (冷蔵庫)	岩手	7月
鶏肉 （調理時）	1.4×10^{6}	6.0×10^{4}	陰性	陰性	26℃ (10:15)	11℃ (11:30)	3℃ (冷蔵庫)	岩手	7月
豚肉 （下味つけ後）	4.3×10^{4}	1.1×10^{3}	陰性	陰性	-1℃ (9:20)	7℃ (12:10)	3℃ (冷蔵庫)	北海道	7月
鶏肉 （納品時）	1.5×10^{6}	1.1×10^{6}	陰性	陰性	2℃ (8:10)	11℃ (11:50)	3℃ (冷蔵庫)	岩手	8月
豚挽肉 （納品時）	1.5×10^{4}	陰性	陰性	陰性	-2℃ (8:00)	11℃ (12:00)	3℃ (冷蔵庫)	北海道	8月
豚挽肉 （納品時）	1.6×10^{4}	2.8×10^{2}	陰性	陰性	-2℃ (7:55)	6℃ (12:07)	3℃ (冷蔵庫)	北海道	9月
鶏肉 （調理時始）	5.3×10^{7}	2.7×10^{5}	陰性	陰性	5℃ (8:50)	7℃ (11:53)	3℃ (冷蔵庫)	岩手	9月
鶏肉 （調理時終）	1.2×10^{8}	3.1×10^{5}	陰性	陰性	8℃ (10:12)	9℃ (11:53)	3℃ (冷蔵庫)	岩手	9月
味付豚肉 （使用前）	4.2×10^{4}	4.9×10^{2}	陰性	陰性	-2℃ (7:50)	8℃ (11:23)	4℃ (冷蔵庫)	北海道	10月

②　考　　察

加熱前の肉の衛生状態を確認するため細菌検査を実施した。肉類は使用当日朝納品である。

魚介類の考察でも述べたように、小学校センターの焼き物機の近くには冷蔵庫がなく、作業開始時に食材の半数を調理場内に運び、常温に置いて天板に並べ調理している実態がある。

離れた冷蔵庫から野菜洗浄作業中や食材切裁作業中の横を魚介類や肉類が何度も通るのは衛生的ではなく,センターの構造上現実的ではない事から、7月に使用当日朝に納品された鶏肉と、下味をつけて天板に並ぶまで場内に置いた調理時の鶏肉の衛生状態を確認するため検査を実施した。納品時の鶏肉から、すでに高い数値の一般生菌と大腸菌群が検出され、調理時の鶏肉とは一般生菌・大腸菌群共に大きな変化はなかった。調理時鶏肉の採取温度が高くなった理由として、検査用に1ケのみ採取し常温に保管したため室温に近い温度まで上がったと考えられ、200ケ近く下味をつけた番重内の鶏肉であれば、これ程まで温度は上がらなかったと推測する。また、採取温度が26℃となった鶏肉で細菌の増殖が見られなかった事から、今まで通りの作業で問題がないと考えられるが、室温の高い時期には食材の温度が上がる事を意識して調理作業を適正に行っていきたい。

同じく7月に実施した中学校センターの下味つけ後の豚肉からも一般生菌と大腸菌群が検出された。

8月実施の納品時の豚挽肉からは一般生菌が検出され、鶏肉からは高い数値の一般生菌と大腸菌群が検出された。

9月実施のすべての検体から一般生菌・大腸菌群が検出された。

小学校の鶏肉は調理場内の室温が高い中で再度調理開始時と終了時の菌の増殖を検査したところ、大きな差は見られなかった。7・8月同様調理開始時で高い数値の一般生菌と大腸菌群が検出されていた。

10月実施の中学校の味付肉は使用前日に納品され、肉・魚冷蔵庫で保管し使用している。加熱前の味付肉の衛生状態を確認するため実施したところ、基準値内ではあるが一般生菌と大腸菌群が検出されサルモネラとカンピロバクターは陰性であった。

7月から肉類を検査しているが、納品時にはすでに一般生菌・大腸菌群が検出されている現状がある。この結果から加熱前の肉やドリップは汚染度が高いと再認識し、つけ汁取扱い、手袋の着用、専用エプロンの着用・取替、作業後の手洗い等二次汚染防止と冷蔵庫の保管温度の確認や調理時の加熱温度確認を徹底すると共に、業者への確認及び管理指導も徹底していきたい。

（４）豆腐類

① 検査結果

単位：　／g

項　　目	一般生菌	大腸菌群	採取時温度 採取時刻	提出時温度 提出時刻	保管温度 保管場所	調査月
しぼり豆腐 B社（納品時）	1.1×10^{5}	1.2×10^{2}	5℃ (8:05)	8℃ (12:00)	3℃ (冷蔵庫)	7月
木綿豆腐 A社（納品時）	4.4×10^{4}	1.6×10^{3}	12℃ (8:15)	14℃ (12:15)	3℃ (冷蔵庫)	8月

② 考　　察

納品時の豆腐の衛生状態を確認するため細菌検査を実施した。
豆腐は使用当日朝納品であり、身崩れ防止のため浸水して納品される。
7月は水分がない状態で納品されるB社のしぼり豆腐の細菌検査を実施した。
基準値内ではあるが高い一般生菌と大腸菌群も陽性であった事から、水分を絞った状態でも菌が存在している事を確認した。
8月はA社の通常の木綿豆腐の細菌検査を実施した。
7月のB社同様基準値内ではあるが一般生菌が検出され、大腸菌群も陽性であった。
豆腐類は給食では加熱調理するが二次汚染の可能性が高い食品である事を再認識し、取扱い後の手洗い等衛生管理を徹底すると共に、生食できる食品である事から業者への確認及び管理指導も徹底していきたい。

（５）果物類

① 検査結果

単位：　／g

項　　目	一般生菌	大腸菌群	採取時温度 採取時刻	提出時温度 提出時刻	保管温度 保管場所	調査月	実施施設
冷凍みかん （喫食時）	300未満	陰性	1℃ (11：30)	6℃ (12：00)	27℃ (アルミバット内)	7月	中学校センター

② 考　　察

冷凍みかんの配食後喫食時の衛生状態を確認するため細菌検査を実施した。
納品業者からも細菌検査の結果を確認しているが、センターで手袋を使用して配食した喫食時でも一般生菌・大腸菌群は共に問題のない結果となった。
今後も手袋を使用しての配食、作業途中での手洗いや手袋の取り替え、作業動線の交差に留意するなど衛生管理を徹底し慎重に提供していきたい。

（6）野菜類

①　検査結果

単位：　/g

項　　目	一般生菌	大腸菌群	採取時温度 採取時刻	提出時温度 提出時刻	保管温度 保管場所	実施施設	調査月
カットごぼう （洗浄後）	3.3×10^{5}	1.8×10^{5}	17℃ (8:25)	8℃ (12:00)	3℃ (冷蔵庫)	小学校 センター	7月
ミニトマト （喫食時）	4.2×10^{2}	陰性	16℃ (11:25)	16℃ (11:30)	室温27℃ (アルミバット内)	中学校 センター	7月
ごぼう （前日処理後）	4.9×10^{2}	陰性	15℃ (10:50)	10℃ (12:09)	3℃ (冷蔵庫)	小学校 センター	8月
ごぼう （当日切裁後）	7.6×10^{2}	陰性	18℃ (9:10)	12℃ (12:09)	3℃ (冷蔵庫)	小学校 センター	8月
かぼちゃ （前日処理後）	2.2×10^{3}	3.8×10^{2}	23℃ (9:20)	12℃ (12:50)	3℃ (冷蔵庫)	中学校 センター	8月
かぼちゃ （当日切裁後）	7.0×10^{3}	5.4×10^{3}	23℃ (9:30)	12℃ (12:50)	3℃ (冷蔵庫)	中学校 センター	8月
なめ茸 （開封後）	300未満	陰性	12℃ (10:00)	12℃ (12:10)	3℃ (冷蔵庫)	中学校 センター	9月
ブロッコリー （洗浄後）	2.8×10^{3}	2.9×10^{2}	13℃ (8:35)	6℃ (12:25)	3℃ (冷蔵庫)	小学校 センター	10月
かぼちゃ （前日処理後）	8.0×10^{4}	1.3×10^{2}	10℃ (10:05)	8℃ (12:05)	3℃ (冷蔵庫)	小学校 センター	10月
かぼちゃ （切裁後）	5.6×10^{4}	陰性	17℃ (9:12)	8℃ (12:05)	3℃ (冷蔵庫)	小学校 センター	10月

●考察

加熱前の野菜洗浄・切裁後及び生食提供するミニトマトとなめ茸の衛生状態を確認するため細菌検査を実施した。

7月はかねてより洗浄後も菌類が検出されているカットごぼう洗浄後と、非加熱献立であるミニトマト喫食時の細菌検査を実施した。

カットごぼう洗浄後は、今回も基準値内ではあるが高い数値の一般生菌と大腸菌群が検出された。今後も洗浄する量や水温などの洗浄方法を再確認し、二次汚染防止のため手洗い等の衛生管理を徹底していきたい。

喫食時のミニトマトからは、基準値内の一般生菌が検出された。洗浄水温や洗浄方法も再確認し、手袋の交換・手洗い、作業動線の交差に留意しながら、今後も慎重に作業を進め提供していきたい。

昨年の7月に中学校で検査したキャベツのなめ茸和え喫食時に基準値内ではあるが一般生菌の検出があった事から、9月にボイル後の野菜と合わせる直前の味付きレトルトなめ茸袋開封後の細菌検査を実施した。一般生菌・大腸菌群は共に問題のない結果であった。また、レトルト袋開封時や野菜と合わせるまでの保管も問題のない事も確認した。

生かぼちゃは前日に皮や種・わたを取り、当日洗浄後包丁で切裁して使用する。8月に中学校で実施したかぼちゃの細菌検査では一般生菌・大腸菌群が前日処理後と切裁後で検出されたが、10月の小学校の検査では前日処理後のかぼちゃから基準値内の一般生菌と大腸菌群が検出されたものの、切裁後のかぼちゃは大腸菌群が陰性の結果となった。

生ブロッコリー洗浄後からは、基準値内の一般生菌と大腸菌が検出された。

この結果から凹凸の多い野菜類は洗浄後でも一般生菌や大腸菌群が残る事を再認識し、引き続き洗浄方法・二次汚染に十分注意しながら作業していきたい。

(7) 調理済献立

≪サラダ・和え物≫

① 検査結果

単位： ／g

項目		一般生菌	大腸菌群	黄色ブドウ球菌	サルモネラ	採取時温度 採取時刻	提出時温度 提出時刻	保管温度 保管場所	場所	調査月
喫食時	マカロニサラダ (喫食時)	300未満	陰性	陰性	−	7℃ (12:00)	7℃ (12:00)	22℃ (保冷バット)	小学校 センター	6月
	和風サラダ (喫食時)	3.3×10^2	陰性	陰性	−	15℃ (12:08)	15℃ (12:08)	25℃ (保冷バット)	小学校 センター	6月
	バンサンスー (喫食時)	300未満	陰性	陰性	−	14℃ (11:20)	14℃ (11:22)	24℃ (保冷バット)	中学校 センター	6月
	海藻サラダ (喫食時)	300未満	陰性	陰性	−	12℃ (10:20)	20℃ (12:15)	26℃ (保冷バット)	中学校 センター	6月
	ごぼうサラダ (喫食時)	5.4×10^2	陰性	陰性	−	11℃ (12:00)	11℃ (12:00)	室温24℃ (保冷バット)	小学校 センター	7月
	みかんゼリー和え (喫食時)	300未満	陰性	陰性	−	15℃ (12:04)	15℃ (12:04)	室温28℃ (保冷バット)	小学校 センター	7月
	和風そぼろ (喫食時)	300未満	陰性	陰性	−	43℃ (12:00)	43℃ (12:00)	室温24℃ (保温バット)	小学校 センター	7月
	フルーツ白玉 (喫食時)	300未満	陰性	陰性	−	9℃ (11:25)	9℃ (11:30)	室温27℃ (保冷バット)	中学校 センター	7月
	枝豆サラダ (喫食時)	300未満	陰性	陰性	−	12℃ (11:20)	12℃ (12:25)	26℃ 保冷バット	中学校 センター	8月
	春雨サラダ (喫食時)	300未満	陰性	陰性	−	16℃ (12:06)	16℃ (12:06)	24℃ 保冷バット	小学校 センター	9月
	キャベツのなめ茸和え (喫食時)	300未満	陰性	陰性	−	9℃ (11:15)	13℃ (12:10)	27℃ 保冷バット	中学校 センター	9月
	ブロッコリーサラダ (喫食時)	300未満	陰性	陰性	−	11℃ (11:50)	8℃ (12:25)	25℃ 保冷バット	小学校 センター	10月
	きゅうりとくらげのごま酢和え (喫食時)	300未満	陰性	陰性	−	10℃ (9:55)	10℃ (12:35)	25℃ 保冷バット	中学校 センター	10月
項目		一般生菌	大腸菌群	黄色ブドウ球菌	サルモネラ	採取時温度 採取時刻	提出時温度 提出時刻	保管温度 保管場所	場所	調査月
真空後	茎わかめサラダ (真空後)	300未満	陰性	陰性	−	7℃ (10:30)	12℃ (12:10)	3℃ (冷蔵庫)	中学校 センター	7月

≪揚げ物・焼き物・蒸し物・炒め物≫

単位： ／g

項目	一般生菌	大腸菌群	腸炎ビブリオ	サルモネラ	採取時温度 採取時刻	提出時温度 提出時刻	保管温度 保管場所	場所	調査月
ほっけの味噌焼き (早朝喫食時)	300未満	陰性	陰性	−	99.1℃ (9:30)	23℃ (12:05)	25℃ (検査室)	中学校 センター	6月
さばの塩焼き (喫食時)	300未満	陰性	陰性	−	40℃ (12:00)	40℃ (12:00)	24℃ (研修室)	小学校 センター	7月
さんま蒲焼 (喫食時)	300未満	陰性	陰性	−	40℃ (11:55)	20℃ (12:20)	27℃ (アルミバット)	小学校 センター	8月

項　　目	一般生菌	大腸菌群	カンピロバクター	サルモネラ	採取時温度 採取時刻	提出時温度 提出時刻	保管温度 保管場所	場　所	調査月
鶏肉のハーブ焼き (喫食時)	300未満	陰性	陰性	陰性	30℃ (11:30)	30℃ (11:30)	28℃ (研修室)	小学校 センター	7月
豚肉の生姜焼き (喫食時)	300未満	陰性	陰性	陰性	26℃ (11:20)	24℃ (12:10)	室温26℃ (保温バット)	中学校 センター	7月
チキンカツ (喫食時)	300未満	陰性	陰性	陰性	42℃ (11:20)	28℃ (11:50)	30℃ (アルミバット)	中学校 センター	8月
ビビンバ (喫食時)	300未満	陰性	陰性	陰性	51℃ (12:00)	51℃ (12:07)	25℃ 保温バット	小学校 センター	9月
甘酢あんかけ (喫食時)	300未満	陰性	陰性	陰性	31℃ (11:53)	31℃ (11:53)	26℃ 保温バット	小学校 センター	9月
豚肉のキムチ炒め (喫食時)	300未満	陰性	陰性	陰性	64℃ (11:20)	64℃ (11:23)	24℃ (保温バット)	中学校 センター	10月

項　　目	一般生菌	大腸菌群	黄色ブドウ球菌	サルモネラ	採取時温度 採取時刻	提出時温度 提出時刻	保管温度 保管場所	場　所	調査月
ポテトオムレツ (喫食時)	300未満	陰性	－	陰性	42℃ (11:20)	24℃ (12:05)	24℃ (保温バット)	中学校 センター	10月

② 考察

調理済献立の衛生状態を確認するため細菌検査を実施した。

6月実施献立においては小学校センターの和風サラダで若干高い一般生菌が検出されたが、他の検体は一般生菌・大腸菌群・黄色ブドウ球菌共に問題のない結果であった。ほっけ味噌焼きは下味つけ後から一般生菌・大腸菌群が検出されていたが、加熱調理後は問題のない結果となり適正に調理が行われている事を確認した。

7月実施献立のごぼうサラダは、カットごぼう洗浄後からは一般生菌と大腸菌群が検出されていたが、喫食時は一般生菌は基準値内となり大腸菌群・黄色ブドウ球菌は陰性となった。みかんゼリー和えは缶開け機の拭き取り検査を同日に行った事から、喫食時の衛生状態を確認するため細菌検査を実施したがいずれも問題のない結果となった。和風そぼろは、納品時のしぼり豆腐から一般生菌・大腸菌群が検出されたが喫食時は問題のない事を確認した。フルーツ白玉は自然解凍の白玉とフルーツ缶を合える献立であり、衛生状態の確認のため細菌検査を実施したが問題のない事を確認した。茎わかめサラダ真空後は、同日に野菜を切裁するマイコンスライサーの拭き取り細菌検査を実施している事から、加熱・真空後の衛生状態を確認するため細菌検査を実施したが、問題のない結果となり適正に加熱・真空冷却された事を確認した。さばの塩焼き・鶏肉のハーブ焼き・豚肉の生姜焼きはどれも加熱前に一般生菌と大腸菌群が検出されたが、喫食時は問題のない結果となった。

8月実施献立の枝豆サラダは真空後釜に戻さず、直接カゴから配食を行う事から喫食時の衛生状態を確認するため細菌検査を実施したが、問題のない結果となり適正に加熱調理・真空冷却・配食されている事を確認した。チキンカツは加熱前の鶏肉から高い数値の一般生菌と大腸菌群が検出されたが、喫食時の細菌検査では問題のない結果となり適正に加熱調理が行われている事を確認した。問題のなかった天板に並べるまで常温に置いたさんまは、加熱調理後の喫食時でも問題のない結果となった。

9月は水冷する水温が高めの時期で、作業工程の多い春雨サラダ喫食時の衛生状態を確認するため細菌検査を実施したが、一般生菌・大腸菌群共に問題のない結果であった。キャベツのなめ茸和えも問題のない結果となり、適正に加熱調理・配食がされている事を確認した。納品時や調理開始時にはすでに一般生菌・大腸菌群の検出があった豚挽肉を使用のビビンバ、鶏肉を使用の甘酢あんかけも喫食時は問題のない結果となり、加熱調理品についても適正に調理・配食が行われている事を確認した。

10月実施献立のブロッコリーサラダはブロッコリー洗浄後に一般生菌と大腸菌群が陽性だったが、喫食時は問題のない結果であった。開封時問題のなかったくらげを使用した、きゅりとくらげのごま酢和え喫食時も問題のない結果となった。卵アレルギーに配慮し提供回数の減った卵蒸し料理のポテトオムレツ喫食時も問題のない結果であった。加熱前に一般生菌と大腸菌群が陽性だった味付肉を使用した豚肉のキムチ炒め喫食時も問題のない結果であった。

以上の結果からサラダ・和え物・焼き物・炒め物は適正に加熱調理・冷却・配食が行われている事を確認できたが、今後も調理にあたっては加熱温度（中心温度）の確認、時間・温度の記録、調理から喫食までの時間短縮に努めて提供していきたい。

また、センターで調味し提供するサラダ・和え物は水戻し・袋開け・加熱・冷却・材料合わせ・調味と作業工程が多く二次汚染の可能性も考えられ、仕上がり温度も高めになる事から作業毎の手洗い・温度管理の徹底を継続して提供をしていきたい。

２．器具等の拭き取り細菌検査

（１）小学校センター

① 検査結果

項　　目	一般生菌	大腸菌群	備　　考	調査月
R蒸気バルブ（作業前）	0	0	検査範囲 ： 100cm^2	6月
R蒸気バルブ（作業中）	5.2×10^2	0	検査範囲 ： 100cm^2	
R給水バルブ（作業前）	0	0	検査範囲 ： 100cm^2	
R給水バルブ（作業中）	2.0×10^2	0	検査範囲 ： 100cm^2	
R排水レバー（作業前）	1.2×10^3	0	検査範囲 ： 100cm^2	
R排水レバー（作業中）	2.3×10^3	0	検査範囲 ： 100cm^2	
R回転ハンドル取手（作業前）	0	0	検査範囲 ： 100cm^2	
R回転ハンドル取手（作業中）	5.6×10^2	0	検査範囲 ： 100cm^2	
ドカイチ（使用前）	6.3×10^2	0	検査範囲 ： 100cm^2	7月
ドカイチ（使用後）	5.0×10^1	0	検査範囲 ： 100cm^2	
ドカイチ（洗浄後）	0	0	検査範囲 ： 100cm^2	
ピンクゴム手袋　裏（使用前）	2.3×10^4	0	検査範囲 ： 100cm^2	8月
ピンクゴム手袋　裏（使用後）	2.5×10^4	0	検査範囲 ： 100cm^2	
ドカイチ（使用前）　＊追跡	1.5×10^2	0	検査範囲 ： 100cm^2	10月
ドカイチ（使用後）　＊追跡	2.2×10^2	0	検査範囲 ： 100cm^2	

② 考　　察

6月は和風サラダ調理時のR釜バルブ・レバー・取手の拭き取り細菌検査を実施した。
大腸菌群はすべて問題のない結果であったが、作業中のバルブ・レバー・取手からは基準値内の一般生菌が検出された。作業前では陰性だった事から作業中に菌が付着したものと考えられる。排水レバーは作業前にも一般生菌が検出された事から洗浄が不十分であったか、洗浄後に付着したと考えられる。
この結果から確実な洗浄・消毒と二次汚染防止のため作業途中での手洗い・消毒等を徹底し、衛生管理を図っていきたい。
7月は非加熱献立であるみかんゼリー和えに使用するドカイチ（缶開け機）の拭き取り細菌検査を実施した。
大腸菌群はすべて問題のない結果であったが、使用前・後から若干の一般生菌が検出された。使用前より使用後に一般生菌が減ったのは、使用前検体採取後にアルコールペーパーでドカイチを拭き取ってから使用したためと考えられる。また、洗浄後には菌の検出がなかった事から使用するまでに菌が付着したと考えられる。
検査後は洗浄・消毒、使用前のアルコール噴霧を今以上に丁寧に行うように改善し、10月に追跡調査として再度細菌検査を実施した。大腸菌群はすべて問題のない結果あったが、一般生菌は今回も使用前・後から若干検出された。この結果から今後も機器類の洗浄・消毒、使用前のアルコール噴霧を確実に行い、衛生管理を図っていきたい。
8月はR釜で野菜をボイルする際に着用するゴム手袋の、手指に接触する内側の衛生状態を確認するため拭き取り細菌検査を実施した。
使用前・後共に基準値内の一般生菌が検出されたが、大きな数値の差はなかった。この結果からボイル作業でゴム手袋着用後、作業が変わる際には手洗い・アルコール消毒を確実に行い、ゴム手袋の衛生管理も図っていきたい。

（２）中学校センター

①　検査結果

項　　目	一般生菌	大腸菌群	備　　考	調査月
R釜洗浄後 （釜の内側）	0	0	検査範囲　：　100cm^2	6月
R釜使用前 （釜の内側）	0	0	検査範囲　：　100cm^2	
G釜洗浄後 （釜の内側）	0	0	検査範囲　：　100cm^2	
G釜使用前 （釜の内側）	0	0	検査範囲　：　100cm^2	
細の目切り機　刃	0	0	検査範囲　：　100cm^2	
保冷庫取手 （作業中）	1.0×10^1	0	検査範囲　：　100cm^2	
白エプロン （配食前）	0	0	検査範囲　：　100cm^2	7月
白エプロン （配食中）	0	0	検査範囲　：　100cm^2	
白エプロン （配食後）	3.0×10^1	0	検査範囲　：　100cm^2	
マイコンスライサー （使用前）	2.0×10^1	0	検査範囲　：　100cm^2	
マイコンスライサー （使用後）	3.4×10^3	0	検査範囲　：　100cm^2	
マイコンスライサー （洗浄後）	0	0	検査範囲　：　100cm^2	
ニトリル手袋 （アルコール後）	0	0	検査範囲　：　100cm^2	8月
フードミキサー （使用前）	0	0	検査範囲　：　100cm^2	9月
フードミキサー （使用後）	0	0	検査範囲　：　100cm^2	
フードミキサー （洗浄後）	0	0	検査範囲　：　100cm^2	
スライサー受け刃 （使用前）＊追跡	0	0	検査範囲　：　100cm^2	
手袋 （アルコール後）　＊追跡	4.0×10^1	0	検査範囲　：　100cm^2	10月
エプロン （使用前）	7.0×10^1	0	検査範囲　：　100cm^2	
エプロン （肉投入後）	1.1×10^3	0	検査範囲　：　100cm^2	
エプロン （アルコール後）	2.0×10^1	0	検査範囲　：　100cm^2	
ニトリル手袋 （アルコール前）	0	0	検査範囲　：　100cm^2	11月
ニトリル手袋 （アルコール後）　＊追跡	0	0	検査範囲　：　100cm^2	

② 考　　察

6月はG・R釜の内側、細の目切り機の刃、保冷庫取手の拭き取り細菌検査を実施した。
中学校センターではG・R釜の洗浄・消毒・乾燥後に、釜内側が白くなったり油膜のような物が浮かび上がり再度洗浄をする対策をしてきたが、洗浄を何度も繰り返すため洗浄後と使用前の検査を実施した。いずれも菌は陰性で衛生的に問題のない事が分かった。今後は洗い直しはせず、再度細菌検査を実施し安全を確認すると共に残留洗剤等の検査もを検討していきたい。
細の目切り機の刃は隙間に食材が入り込みやすく取り除いて洗浄しているが、安全を確認するために検査を実施した。こちらも問題のない結果となり洗浄・消毒が十分である事を確認した。
作業中の保冷庫取手は食材が出入りする時間帯で検査を実施したところ、若干の一般生菌が検出された。二次汚染防止のため取手を触った後の手洗い等、菌の存在を意識した作業をしていきたい。
7月は豚肉生姜焼き配食時の白エプロンと、マイコンスライサーの衛生状態を確認するため拭き取り細菌検査を実施した。
配食前・配食中の白エプロンからは一般生菌・大腸菌群の検出はなく、配食終了後に若干の一般生菌が検出された。配食中はタレ等付着するのでアルコールペーパーで拭く等、配食用エプロンの衛生状態を保つよう継続して作業していきたい。
マイコンスライサーは取り外して洗浄ができない受け刃部分の検査を実施した。
使用前に一般生菌が若干検出され、使用後には三倍ほど増え洗浄後には陰性となった。使用前に検出された事から、洗浄・消毒が不十分であったか、使用前に菌が付着したと考えられる。野菜は、洗浄後でも菌の残る物を切裁する事から二次汚染に留意し、機器の洗浄・消毒、使用前のアルコール噴霧を確実に行い衛生管理を図っていきたい。
8月はニトリル手袋の拭き取り細菌検査を実施した。
ニトリル手袋は着用後に手洗い・アルコール噴霧を行っているが、アルコール噴霧のみとし十分揉み込み乾いた状態で検査を実施した。一般生菌・大腸菌群の検出はなかった。この結果から、ニトリル手袋を着用する前にしっかり手洗いを実施し、着用後はアルコールを揉み込む事で問題はないと思われるが、再度検査を実施して検証していきたい。
9月はフードミキサーの使用前・後・洗浄後の衛生状態を確認するための拭き取り細菌検査と、スライサー受け刃の追跡検査を実施した。フードミキサーはいずれも菌の検出はなく適正に洗浄・消毒されている事を確認した。また使用後にも菌の検出がない事から適正な調理と器具の取り扱いがされている事も確認した。
7月に使用前に一般生菌が検出されたスライサー受け刃部分について、消毒が不十分だったとも考えられたため使用前のアルコール消毒をより確実に実施し、衛生状態を再確認するため追跡検査を実施した。今回は菌の検出がなく、消毒が適切に行われた事を確認した。今後も調理時に適正な器具の取り扱いと洗浄や消毒を充分に実施し、衛生管理を図っていきたい。
10月は汚染度の高い生肉が付着したエプロンに対し、アルコール消毒の効果があるのかを確認するための拭き取り細菌検査と、ニトリル手袋の追跡検査を実施した。使用前のエプロンからわずかな一般生菌を検出し、肉付着後に菌が増えアルコール消毒後には菌の減少がみられた。この結果から生肉を釜に投入後、エプロンをアルコール消毒する事で付着した菌が大幅に減少する効果を確認した。
また、8月に実施した着用後アルコール噴霧のみのニトリル手袋を再度検査した。8月は一般生菌・大腸菌群が陰性だったが、今回はわずかではあるが一般生菌が検出された。アルコール消毒が不十分と考えられるため指導を徹底し、更に11月に追跡検査を実施した。11月の結果では、アルコール消毒の前後で一般生菌・大腸菌群共に陰性となった。この結果から 適切な手洗いと消毒後にニトリル手袋を着用し、十分にアルコールを噴霧して手袋全体に揉み込む事で問題ないと考察するが、衛生講習などの機会に手洗いやニトリル手袋着用時の留意点を再確認していきたい。

3　ノロウイルス拭き取り検査

(1) 小学校センター

●検査結果

項　　目	ノロウイルス	調査月
女子トイレ　アコーディオンカーテン取手（外側）	陰性	1月
女子トイレ　アコーディオンカーテン取手（内側）	陰性	
女子トイレ　電気スイッチ	陰性	
女子トイレ　入口扉取手（外側）	陰性	
女子トイレ　入口扉取手（内側）	陰性	
女子トイレ　個室（A）扉取手（外側）	陰性	
女子トイレ　個室（A）鍵（内側）	陰性	
女子トイレ　個室（B）扉取手（外側）	陰性	
女子トイレ　個室（B）鍵（内側）	陰性	
女子トイレ　アルコールボトル（上部）	陰性	
男子トイレ　電気スイッチ	陰性	
男子トイレ　入口扉取手（外側）	陰性	
男子トイレ　入口扉取手（内側）	陰性	
男子トイレ　個室扉取手（外側）	陰性	
男子トイレ　個室　鍵（内側）	陰性	
男子トイレ　アルコールボトル（上部）	陰性	

(2) 中学校センター

●検査結果

項　　目	ノロウイルス	調査月
調理場トイレ　個室（A）扉取手（外側）	陰性	1月
調理場トイレ　個室（A）扉取手（内側）	陰性	
調理場トイレ　個室（A）内鍵	陰性	
調理場トイレ　個室（A）便座の縁	陰性	
調理場トイレ　個室（B）扉取手（外側）	陰性	
調理場トイレ　個室（B）扉取手（内側）	陰性	
調理場トイレ　個室（B）内鍵	陰性	
調理場トイレ　個室（B）便座の縁	陰性	

●考察

調理中に調理作業者が使用するトイレ及びトイレ周りの手で触れる場所のノロウイルスの拭き取り検査を実施した。

全ての場所において問題のない結果であった。

引き続き手洗いなどの衛生管理に留意していきたい。

３．恵庭産野菜の使用状況

学校給食では、新鮮で良質かつ安全な食品を使用するために「物資規格表」を作成し、それに基づいた食品を指定業者より購入している。特に野菜については、鮮度の良い地元野菜の活用を積極的に行なっている。新鮮で美味しい地元野菜を通して身体に大切なことや感謝の心を育む等、食育の一環としても大切な役割を果たしている。

（１）市内で出荷されている野菜

①　地元産野菜の使用状況について

平成30年度における地元産野菜はにんじんなど11品目の野菜を使用している。
なお、地元産野菜使用量は全体野菜使用量の9%であった。
地元産南瓜・レタスなどを積極的に使用し、地元産品の使用拡大に努めている。

○恵庭産野菜の使用実績と年間数量からの割合

品　　目	使用数量(Kg)	使用割合(%)	品　　目	使用数量(Kg)	使用割合(%)
じゃが芋	24,396	12	大　　根	10,433	18
キャベツ	11,539	12	ピーマン	1,462	25
人　　参	21,132	18	小松菜	2,130	4
ほうれん草	2,090	36	ミニトマト	1,364	9
レタス	147	100	ブロッコリー	390	24
南　　瓜	385	81			

②　今後の課題

学校給食用の食材については、地元産優先で購入しているが、衛生管理に細かい配慮が求められており、特に葉物野菜については、化学肥料や農薬を極力使用していないものを購入しているため、安心な反面虫食いや虫の混入が多い、品質・規格のばらつきや低品質品の混入があるなどの問題もある。児童生徒の野菜食べ残しや農業に対する意識の低さが心配される中、「野菜を身近に感じてもらいたい」という観点から、今後も地元産農産物の学校給食利用を勧めることが望ましい。

（２）学校給食での使用状況

・単位：Kg
・主な産地

〔平成３０年度月別野菜等使用実績〕

品　目	４月	５月	６月	７月	８月	９月	１０月	11月	12月	１月	２月	３月	年　間 使用量	恵庭産 使用量	恵庭産使用 割合(%)
じゃが芋	1,929 十勝	2,757 北広島	2,839 長崎	1,580 長崎	1,470 森	1,629 恵庭	2,303 恵庭	2,673 石狩	1,981 石狩	1,302 ニセコ	2,381 ニセコ	1,552 ニセコ	24,396	2,880	12
キャベツ	1,114 愛知	964 茨城	1,275 伊達	870 千歳	745 恵庭	829 恵庭	698 伊達	1,455 石狩	621 愛知	762 北斗	1,419 千葉	787 愛知	11,539	1,298	12
長　葱	628 埼玉	792 埼玉	733 茨城	680 茨城	375 長沼	556 長沼	764 由仁	920 函館	705 秋田	568 福島	790 埼玉	539 埼玉	8,050	0	0
人　参	1,598 羊蹄	2,309 羊蹄	2,170 茨城	1,542 函館	1,131 十勝	1,440 恵庭	2,019 恵庭	2,326 北広島	1,722 千葉	1,528 宮崎	2,003 愛知	1,344 千葉	21,132	3,770	18
ほうれん草	105 日高	259 ・安平・	150 恵庭	135 恵庭	148 恵庭	267 恵庭	199 恵庭	122 北広島　北検山	199 函館	124 埼玉	201 埼玉	181 茨城	2,090	749	36
白　菜	585 茨城	351 函館	596 函館	396 長沼	266 北見	702 長沼	827 長沼	705 長沼	741 長沼	537 茨城	710 埼玉	593 群馬	7,009	0	0
きゅうり	527 宮崎	663 宮崎	606 長沼	479 当麻	326 江別	410 北空知	659 当麻	652 宮崎	604 宮崎	546 宮崎	512 宮崎	413 宮崎	6,397	0	0
レタス	0 0	0 0	0 0	147 恵庭	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	147	147	100
玉　葱	2,545 栗山	3,261 札幌	3,484 佐賀	2,225 佐賀	2,099 新篠津	2,253 長沼	3,261 長沼	3,625 長沼	2,104 長沼	2,080 長沼	3,415 長沼	1,724 長沼	32,076	0	0
南　瓜	0 0	0 0	0 0	0 0	112 恵庭	198 恵庭	75 和寒	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	385	310	81
アスパラガス	0 0	95 上川	46 長沼	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	141	0	0
大　根	394 千葉	1,422 茨城	796 函館	991 千歳	307 恵庭	369 恵庭	1,312 芽室	1,177 恵庭	1,033 神奈川	846 千葉	1,219 函館	567 神奈川	10,433	1,853	18
ピーマン	117 宮崎	106 宮崎	155 恵庭	170 恵庭	113 恵庭	79 恵庭	163 洞爺	154 新冠	123 宮崎	78 宮崎	194 宮崎	10 宮崎	1,462	362	25
小松菜	180 札幌	157 茨城	283 千歳	134 46　青	94 千歳	106 恵庭	224 千歳	337 千歳	205 青森	116 青森	179 茨城	115 茨城	2,130	64	4
ごぼう	118 十勝	456 芽室	86 羊蹄	224 十勝	141 雨竜	72 芽室	286 芽室	193 十勝	173 雨竜	212 十勝	171 十勝	135 胆振	2,267	0	0
しょうが	5 高知	10 高知	7 高知	5 高知	5 高知	7 高知	10 高知	11 高知	2 高知	7 高知	5 高知	2 高知	76	0	0
ミニトマト	102 熊本	294 熊本	163 余市	163 余市	0 0	81 恵庭	206 千歳	109 長沼	109 熊本	0 0	101 熊本	37 熊本	1,364	118	9
チンゲン菜	86 東川	305 茨城	102 札幌	143 今金	0 0	36 富良野	149 旭川	42 旭川	137 茨城	72 茨城	0 0	20 茨城	1,092	0	0

・単位：Kg
・主な産地

〔平成３０年度月別野菜等使用実績〕

品　目	４月	５月	６月	７月	８月	９月	１０月	11月	12月	１月	２月	３月	年　間 使用量	恵庭産 使用量	恵庭産使用 割合(%)
な　す	0	0	0	0	0	69	36	0	0	0	0	0	105	0	0
	0	0	0	0	0	茨城	熊本	0	0	0	0	0			
しめじ	151	164	199	90	104	160	288	239	240	214	284	186	2,319	0	0
	長野	長野	長野	長野	長野	長野	長野	長野	長野	長野	長野	長野			
ブロッコリー	0	84	0	90	0	0	36	0	90	0	90	0	390	90	24
	0	徳島	0	恵庭	0	0	江別	0	鳥取	0	鹿児島	0			
赤ピーマン	0	30	0	0	0	4	4	0	9	0	9	0	56	0	0
	0	宮崎	0	0	0	高知	宮崎	0	宮崎	0	宮崎	0			
えのきたけ	0	0	58	0	0	45	0	14	0	48	0	0	165	0	0
	0	0	長野	0	0	新潟	0	愛知	0	愛別	0	0			
さつまいも	0	0	0	0	0	74	184	395	0	0	0	0	653	0	0
	0	0	0	0	0	茨城	茨城	茨城	0	0	0	0			
もやし	705	763	747	522	525	505	779	771	491	499	449	436	7,192	0	0
	苫小牧	苫小牧	苫小牧	苫小牧	苫小牧	苫小牧	苫小牧	苫小牧	苫小牧	苫小牧	苫小牧	苫小牧			
ズッキーニ	0	0	0	22	32	0	0	0	0	0	0	0	54	0	0
	0	0	0	長野	江別	0	0	0	0	0	0	0			
雪ノ下（水煮）	36	0	0	0	0	32	0	0	0	63	0	0	131	0	0
	国産	0	0	0	0	愛別	0	0	0	道産	0	0			
枝豆（冷凍）	0	0	0	0	0	0	30	0	20	0	0	0	50	0	0
	0	0	0	0	0	0	中札内	0	中札内	0	0	0			
むき枝豆（冷凍）	115	142	94	95	20	83	157	56	105	78	155	52	1,152	0	0
	九州	九州	九州	中札内	中札内	中札内	中札内	道産	中札内	道産	中札内	道産			
南瓜（冷凍）	0	42	0	82	0	0	0	98	101	0	147	0	470	0	0
	0	道産	0	道産	0	0	0	道産	道産	0	道産	0			
南瓜ペースト（冷凍）	0	189	0	0	0	0	189	0	189	0	189	0	756	0	0
	0	道産	0	0	0	0	道産	0	道産	0	道産	0			
さやいんげん（冷凍）	24	139	38	39	97	61	139	81	59	15	107	41	840	0	0
	中札内	中札内	中札内	中札内	中札内	中札内	中札内	道産	国産	十勝	道産	道産			
たけのこ（千切り）	89	14	28	79	16	31	22	52	41	38	46	31	487	0	0
	九州	九州	和歌山	九州	九州	国産	九州	九州	九州	九州	国産	国産			
たけのこ（短冊）	0	24	14	0	0	22	0	42	0	20	0	11	133	0	0
	0	国産	国産	0	0	国産	0	国産	0	国産	0	国産			
たけのこ（乱切り）	0	0	60	0	0	0	0	100	19	56	0	0	235	0	0
	0	0	国産	0	0	0	0	九州	九州	国産	0	0			
たもぎ茸（水煮）	48	0	60	0	0	0	0	68	0	0	0	0	176	0	0
	南幌	0	南幌	0	0	0	0	南幌	0	0	0	0			
冷凍コーン	325	312	338	319	350	386	475	379	236	291	157	240	3,808	0	0
	アメリカ	アメリカ	アメリカ	アメリカ	アメリカ	アメリカ	アメリカ	アメリカ	アメリカ	アメリカ	アメリカ	アメリカ			

・単位：Kg
・主な産地

〔平成３０年度月別野菜等使用実績〕

品　目	４月	５月	６月	７月	８月	９月	１0月	11月	12月	１月	２月	３月	年　間 使用量	恵庭産 使用量	恵庭産使用 割合(%)
クリームコーン	0 0	24 道産	0 0	24 道産	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	42 道産	0 0	0 0	90	0	0
トマトダイス缶	39 イタリア	3 イタリア	43 イタリア	17 イタリア	29 イタリア	24 イタリア	47 イタリア	27 イタリア	31 イタリア	11 イタリア	24 イタリア	0 0	295	0	0
ふき	126 道産	76 道産	65 道産	0 0	0 0	0 0	0 0	75 道産	75 道産	0 0	74 道産	126 道産	617	0	0
ブロッコリー（冷凍）	0 0	0 0	0 0	0 0	30 九州	105 道産	46 道産	47 九州	40 九州	107 九州	42 九州	63 九州	480	0	0
れんこん（水煮）	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	16 佐賀	0 0	18 国産	0 0	0 0	0 0	34	0	0
エリンギ(水煮)	10 国産	107 国産	34 国産	21 国産	0 0	24 国産	37 国産	16 国産	45 国産	61 国産	29 国産	21 国産	405	0	0

※冷凍野菜については、北海道産を指定し使用しているものを記載した。

４．食材に対する安全対策

恵庭市では、積極的に地産地消の取り組みを進めており、学校給食においてもできる限り恵庭産や北海道産の食材を使用している。

また、牛肉などの食肉類や魚介類については、納入業者からの産地情報の提供を受け、安全性が確認されたもののみ使用しており、確認できない食材については使用していない。加工品については、材料や成分、産地を確認し、学校給食関係者で構成する献立原案検討・物資選定委員会の承認を得て使用している。

以上の事項などを「学校給食で使用している食材について」と題して、平成23年11月より恵庭市のホームページで公表している。

Ⅱ．学校給食に関する調査

平成３０年度　小学校給食調査結果

１、 調査日　　平成３０年１１月１９日（月）～２２日（木）

２、 対　象　　市内８校 ５年生全員　　６６０人

学校名	男子	女子	合計
恵庭小学校	63	68	131
島松小学校	30	21	51
柏小学校	42	42	84
和光小学校	90	85	175
松恵小学校	7	10	17
若草小学校	47	56	103
恵み野小学校	22	19	41
恵み野旭小学校	26	32	58
合　計	327	333	660
全児童（3,852人）に対する割合			17.1%

３、 調査内容　別紙のとおり

４、 調査結果概要

（1） 給食について

- 給食を残す理由
  「食べてみて味が苦手だったから」が23.3%と最も多かった。次いで「残すことがない」が20.5%、「時間がなかったから」が19.9%、「嫌いなものだから最初から食べない」が15.9%という結果であった。苦手なものにも、まずはひとくち挑戦してみようと働きかけてきた結果がみられた。
- 給食で嫌いなものが出た場合
  「ひとくちくらいは食べてみる」が42.3%、次いで「がまんして食べる」が35.2%、「嫌いなものがない」が12.4%という結果であった。また、「ひとくちも食べずに残す」が7.3%にとどまった。この結果を見ても、上記と同様に、まずはひとくち挑戦してみようと働きかけてきた成果がみられた。

（2） 家庭での食事について

- 家の食事で嫌いなものが出た場合
  「がまんして食べる」が35.9%、次いで「ひとくちくらいは食べてみる」25.3%、「家で嫌いなものは出ない」が17.9%という結果であった。家庭では、子どもの嫌いなものを出さなくなっていく傾向があるため、給食での提供が大変重要になっているものと考えられる。

（3） 朝食について

- 朝ごはんを食べる習慣
  「毎日必ず食べる」が85.5%、「１週間に１～２日食べないことがある」が10.2%、「1週間に3日以上食べない」が2.6%、「いつも食べない」が1.7%であった。
  平成29年度より、当該学年を対象にした食に関する指導で『朝ごはん』をテーマに実施している効果も出ていると考える。
- 朝ごはんの内容
  主食を食べている児童が多い。次いで、おかず（肉、魚、卵、豆腐、納豆など）を食べている児童、牛乳・乳製品を食べている児童となった。野菜のおかずを食べている児童は22.1%しかおらず、野菜不足が予想される結果となった。
  朝ごはんの内容については、保護者への啓蒙も大切ではないかと考える。
- 朝ごはんを食べない理由
  「時間がないから」が最も多かった。次いで、「食欲がないから」が多く、少数ではあったが、「めんどうだから」「いつも食べないから」との理由を挙げる児童もいた。
  時間がないことを理由に挙げる児童が多かったが、ここには生活スタイルの夜型が関連していることも推測される。
- 休みの日に朝ごはんを食べているか。
  「食べている」が84.4%、次いで、「朝ごはんと昼ごはんが一緒」が10.3%という結果であった。

（4） 食生活について

- 休みの日に牛乳・乳製品をとっているか。
  「とっている」が76.8%であった。食物アレルギーとの相関性については、聞いていないため、どんな理由があるのかは不明である。
- 休みの日にカップラーメンやインスタントラーメンを食べますか。
  「たまに食べる」が73.7%、「よく食べる」と「食べない」が同数という結果であった。
  手軽に児童自身が準備できる食事として、上手に活用している。
- 休みの日に外食をすることはありますか。
  67.4%が一か月に数回外食をすると回答した。「あまりしない」が32.6%であった。
- 自分で食事を用意することがあるか。
  半数の児童が自分で食事を用意することがあると回答した。
  そのうち、「自分で作る」と回答したのが74.9%、「コンビニなどで買う」が25.1%であった。
- からだや栄養のことを考えて食事をしていますか。
  「たまに」と回答した児童が最も多く55.5%、次いで「いつも」30.2%、「していない」が14.3%という結果であった。
  将来を見据え、自分の健康のために食事を選ぶ能力をつけられることが重要ではないかと考える。

給食・食生活アンケート調査（平成 30 年 11 月実施）

小学校	⑤ 年	㊋ ㊌

質問を読んで、あてはまる内容の番号をマークして塗りつぶしてください。

1. 給食を残す時の理由で多いものは何ですか？

① 嫌いなものだから（最初から食べない）
② 味が嫌だったから（食べてみて）
③ 量が多かったから　④ 食欲がなかったから
⑤ ダイエットのため　⑥ 時間がなかったから
⑦ 残すことがない
⑧ その他（　　）

2. 給食で嫌いなものが出た場合どうすることが多いですか？

① 最初から盛り付けない　② 一口も食べずに残す
③ 一口くらいは、食べてみる　④ がまんして食べる
⑤ 嫌いなものがない
⑥ その他（　　）

3. 家の食事で嫌いなものが出た場合どうすることが多いですか？

① 一口も食べずに残す　② 一口くらいは、食べてみる
③ がまんして食べる　④ 嫌いなものがない
⑤ 家で嫌いなものは、出ない
⑥ その他（　　）

4. 朝ごはんを食べてきていますか？

① 毎日かならず食べる
② １週間に１～２日食べないことがある
③ １週間に３日以上食べない
④ いつも食べない

今日、朝食を食べてきた人に聞きます。その内容はどうでしたか？
食べた物すべて（A～F）をマークして塗りつぶして下さい。

Ⓐ 主食（ごはん・パン・麺・もち　など）
Ⓑ おかず（肉・魚・卵・豆腐・納豆　など）
Ⓒ 野菜のおかず
Ⓓ 牛乳・乳製品
Ⓔ 主食とおかずが一緒になったもの（カレー、丼もの など）
Ⓕ その他（　　）

４で、②～④を選んだ人に聞きます。朝食を食べない理由で一番多いものは何ですか？　当てはまる数字をマークして下さい。

① 食欲がないから　② 体の調子がよくないから
③ 時間がないから　④ 準備ができていないから
⑤ 太りたくないから　⑥ いつも食べないから
⑦ めんどうだから
⑧ その他（　　）

5. 休みの日は、朝ごはんを食べていますか？

① 食べている
② 食べていない
③ 朝ごはんと昼ごはんが一緒

6. 休みの日に牛乳・乳製品をとっていますか？

① とっている
② とっていない

7. 休みの日にカップラーメンやインスタントラーメンを食べますか？

① よく食べる
② たまに食べる
③ 食べない

8. 休みの日に外食をすることはありますか？

① １か月に１～２回する
② １か月に３回以上する
③ あまりしない

9. 自分で食事を用意（作る・買う）することはありますか？

① ある　② ない

９で、「ある」と答えた人に聞きます。どのようにして用意することが多いですか？

① 自分で作る　② コンビニなどで買う

10. からだや栄養のことを考えて食事をしていますか？

① いつもしている
② たまにしている
③ していない

ご協力ありがとうございました。

平成30年度　　中学校給食調査結果

１、実施日　　平成30年１１月19～22日のいずれか１日

２、対　象　　市内５校の中学生　　（各学年１クラス抽出）

（人）

	１　年		２　年		３　年		合　　計		
	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	計
恵庭中学校	17	17	15	16	17	15	49	48	97
恵北中学校	14	14	11	17	14	14	39	45	84
恵明中学校	16	17	19	16	16	20	51	53	104
柏陽中学校	12	14	17	12	13	13	42	39	81
恵み野中学校	14	14	21	16	19	17	54	47	101
合　計	73	76	83	77	79	79	235	232	467
（全生徒）	149		160		158		467　（全体の24%）		

３、調査内容　　別紙のとおり

４、調査結果概要

（１）給食について（残す理由）

「嫌いなものだから」が25.3%、と最も多かった。次いで「時間がなかったから」が20.8%、「残すことがない」が18.6%、「味が嫌だったから」が16.1%という結果であった。「時間がなかった」が20.8%ということで、中学校の給食時間は準備から後片付けまで約30分であり、食べる時間が10～15分程度の場合があることの影響と思われる。

（２）給食について（嫌いなものが出た場合の対応）

「一口ぐらいは食べてみる」が32.1%、次いで「一口も食べずに残す」が24.1%、「がまんして食べる」が21.3%という結果であった。「一口は食べてみる」が32.1%であるが、学校差、学年によっても差がみられた。

また、「最初から盛り付けない」は全体で5.8%であったが、学校差、学年差がみられた。学級の給食時間のきまりなどの影響も考えられるが、一口でも食べられるように食べ物の大切さや感謝の気持ちを伝えていく必要がある。

（３）家庭の食事について（嫌いなものが出た場合の対応）

「我慢して食べる」が全体の33.1%と最も多く、次に多かったのは「一口くらいは食べてみる」の23.2%で、学校差、学年差はみられた。
学校給食に比べ「嫌いなものがない」が全体として1.8%低いくらいで大きな差はみられなかったが「嫌いなものが出ない」との回答が全体の20.8%という結果であった。

（４）家庭の食事について（朝食喫食の有無）

朝食喫食の有無については「毎日必ず食べる」が全体の86％で最も多く、学校差、学年差もみらるが、平均でも毎日朝食を食べている生徒が多いことがわかった。
全国平均の約82.7％（H29年度　日本スポーツ振興センター調査）と、相違ない結果であった。望ましい食生活を習慣化するために、朝食の重要性については引き続き啓発していく必要があると考える。

（４）※　家庭の食事について（朝食の内容）

朝食の内容については「主食」「カレー等・丼もの」を食べてきたという回答を合わせると全体の96.3％という結果で、ほとんどの生徒が主食を食べていた。
また「おかず」については53.1％が食べてきており、「野菜のおかず」については24.8％で主食同様、学校差が若干みられた。

学校給食においても、バランスの良い献立を提供し食育を進めているが、１日に必要な食品摂取量を満たしていない生徒の割合が多いと考えられることから、給食だよりを通じて家庭への啓発を図り、協力体制づくりを進めていく必要がある。その上で中学生が自ら改善、意識付けができるよう支援する食指導を継続していく。

（４）※　家庭の食事について（朝食を食べない理由）

最も多かったのは、「食欲がないから」が41.4％、続いて「時間がないから」が32.1％という結果であり、睡眠時間など生活リズムとの関係が考えられる。

また、全体で10.4％を占める「面倒だから」は、朝食の重要性についての意識が低いことが懸念される。「いつも食べないから」は全体で6.5％と割合は低い結果であったが、朝食の欠食が習慣化している生徒がいることから、喫食を促す方法が課題となっている。個別指導が必要だと考える。

（5）家庭の食事について（休日の朝食喫食の有無）

休日の朝食については「食べている」が74.7％で、若干男女差がみられた。
平日の「毎日食べている」に比べ11.3％下回った。

「朝ごはんと昼ごはんが一緒」が20.6％という結果から、休日の起床時間が関係していると考えられるが学校差や学年差もみられた。

（6）家庭の食事について（休日の乳製品の摂取）

牛乳・乳製品のアレルギーをもつ生徒がいるため、摂取率を　100％にするのは難しいが、休日に牛乳・乳製品を「とっている」は全体で68.7％という結果であった。引き続き、成長期のカルシウム摂取の重要性について、啓発を図り、意識向上及び実践できるよう指導を行っていきたい。

（7）家庭の食事について（休日のカップラーメンやインスタントラーメンの摂取）

休日にカップラーメンやインスタントラーメンを「よく食べる」は全体で15.2%、「たまに食べる」63.4%という結果であり、学校差、学年差がみられた。
望ましい食生活をする上で時代に合わせたカップラーメンやインスタントラーメンの摂り方について、啓発方法を検討したいと考える。

（8）家庭の食事について（休日の外食）

休日の外食については、全体の46.2%が「１ヶ月に１～２回する」という結果であり、続いて「あまりしない」が33.1%であった。「する」と「しない」で二分化した結果となったが、する生徒が約半数であった事から外食における食品及び料理の選択などについて啓発方法を検討したいと考える。

（9）家庭の食事について（食事準備の有無）

自分で食事を用意することが「ある」と回答したのは、全体で54%という結果であった。全体として学校差、学年差がみられた。

（9）　※家庭の食事について（食事準備の方法）

食事を準備する方法では「自分で作る」が全体の68.7%、「コンビニで買う」31.3%という結果であった。学校差、学年差がみられた。生徒が簡単に作ることができる料理等の紹介など検討していきたいと考える。

（10）健康・からだづくりの意識について

食事をする際、からだや栄養のことを意識しているかという問いでは「たまにしている」が全体の46.3%で最も多く、次に多かったのは「いつもしている」が21.9%という結果であり、若干学校差、男女差がみられた。
生徒が心身の健康を考えるために、日常の食事が体に及ぼす影響や食品をバランスよく組み合わせて食べることの大切さを理解することや、自分の健康や将来の健康を考えて望ましい食習慣や生活習慣を身に付けることができるように引き続き支援を行っていきたいと考える。

給食・食生活アンケート調査（平成 30 年 11 月実施）

恵庭中学校	① ② ③ 年	㊚ ㊛

質問を読んで、あてはまる内容の番号をマークして塗りつぶしてください。

1. 給食を残す時の理由で多いものは何ですか？

① 嫌いなものだから（最初から食べない）
② 味が嫌だったから（食べてみて）
③ 量が多かったから　④ 食欲がなかったから
⑤ ダイエットのため　⑥ 時間がなかったから
⑦ 残すことがない
⑧ その他（　　）

2. 給食で嫌いなものが出た場合どうすることが多いですか？

① 最初から盛り付けない　② 一口も食べずに残す
③ 一口くらいは、食べてみる　④ がまんして食べる
⑤ 嫌いなものがない
⑥ その他（　　）

3. 家の食事で嫌いなものが出た場合どうすることが多いですか？

① 一口も食べずに残す　② 一口くらいは、食べてみる
③ がまんして食べる　④ 嫌いなものがない
⑤ 家で嫌いなものは、出ない
⑥ その他（　　）

4. 朝ごはんを食べてきていますか？

① 毎日かならず食べる
② １週間に１～２日食べないことがある
③ １週間に３日以上食べない
④ いつも食べない

今日、朝食を食べてきた人に聞きます。その内容はどうでしたか？
食べた物すべて（A～F）をマークして塗りつぶして下さい。

Ⓐ 主食（ごはん・パン・麺・もち　など）
Ⓑ おかず（肉・魚・卵・豆腐・納豆　など）
Ⓒ 野菜のおかず
Ⓓ 牛乳・乳製品
Ⓔ 主食とおかずが一緒になったもの（カレー、丼もの など）
Ⓕ その他（　　）

４で、②～④を選んだ人に聞きます。朝食を食べない理由で一番多いものは何ですか？　当てはまる数字をマークして下さい。

① 食欲がないから　② 体の調子がよくないから
③ 時間がないから　④ 準備ができていないから
⑤ 太りたくないから　⑥ いつも食べないから
⑦ めんどうだから
⑧ その他（　　）

5. 休みの日は、朝ごはんを食べていますか？

① 食べている
② 食べていない
③ 朝ごはんと昼ごはんが一緒

6. 休みの日に牛乳・乳製品をとっていますか？

① とっている
② とっていない

7. 休みの日にカップラーメンやインスタントラーメンを食べますか？

① よく食べる
② たまに食べる
③ 食べない

8. 休みの日に外食をすることはありますか？

① １か月に１～２回する
② １か月に３回以上する
③ あまりしない

9. 自分で食事を用意（作る・買う）することはありますか？

① ある　② ない

９で、「ある」と答えた人に聞きます。どのようにして用意することが多いですか？

① 自分で作る　② コンビニなどで買う

10. からだや栄養のことを考えて食事をしていますか？

① いつもしている
② たまにしている
③ していない

ご協力ありがとうございました。

Ⅲ.　　その他の調査研究

（１）水質検査

受水槽を通った水道水について、毎日遊離残留塩素を測定し適正であることを確認している。

（遊離残留塩素の測定は調理前後２回実施している。）

〈小学校給食センター〉

検査日	始業前	終業後
	残留塩素	残留塩素
4/9	0.36	0.40
4/23	0.40	0.39
5/7	0.49	0.50
5/21	0.47	0.55
6/5	0.47	0.46
6/18	0.47	0.49
7/2	0.41	0.47
7/17	0.42	0.45
8/20	0.41	0.45
9/3	0.40	0.47
9/18	0.40	0.39
10/1	0.45	0.50
10/15	0.38	0.41
11/5	0.42	0.45
11/19	0.42	0.45
12/3	0.50	0.48
12/17	0.41	0.40
1/17	0.37	0.36
2/4	0.41	0.42
2/18	0.30	0.35
3/4	0.37	0.32
3/18	0.31	0.30

〈中学校給食センター〉

検査日	始業前	終業後
	残留塩素	残留塩素
4/9	0.36	0.42
4/23	0.26	0.40
5/7	0.33	0.35
5/21	0.40	0.41
6/4	0.32	0.49
6/18	0.40	0.42
7/2	0.31	0.34
7/17	0.24	0.28
8/22	0.26	0.23
9/3	0.25	0.40
9/18	0.30	0.57
10/2	0.40	0.41
10/15	0.32	0.20
11/5	0.30	0.40
11/19	0.24	0.24
12/3	0.26	0.22
12/17	0.29	0.34
1/15	0.29	0.40
2/1	0.33	0.33
2/18	0.24	0.32
3/4	0.16	0.15
3/18	0.26	0.17

◎厚生労働省基準　　・残留塩素（遊離塩素量）0.1mg/㍑以上

Ⅳ.食生活に関する普及奨励活動

1.料理教室

①ねらい

地場産品と旬の食材を使い、家庭で不足しやすい野菜や栄養素の確保を図り、家庭における食生活の改善と健康の保持や増進を図ることを目的とする。

②実施概要

開催日時　平成３０年１１月４日（日）　１０：００～１３：３０
会　　場　北海道文教大学　１号館　第１調理実習室、実習食堂
対　　象　小学生低学年（１～３年生）と保護者
参加者数　３９名　（小学生２０名、保護者１９名）

テーマ　「恵庭産を食べよう！！」

実施献立
１．さけピラフ
２．かぼちゃのグラタン
３．恵庭やさいスープ
４．フルーツ

実施日程（当日）

９：３０	受付
１０：００	開会式
１０：１０	調理デモンストレーション(同時進行で調理開始)
１０：１０	調理開始
１２：００	試食・食育ボランティアサークル講話
１３：００	後片付け
１３：３０	解散

実施日程（準備）

９月　下旬	メニューの試作、ポスター用写真撮影
１０月　４日	案内通知文学校配布・ポスター、チラシ配布
１０月１６日	参加申し込み受付
１０月１８日	参加者申込締切り
１０月　下旬	参加予定者案内文送付
１１月　２日	食材配分･準備
１１月　４日	当日・受付案内、調理指導等

③料理教室を終えて

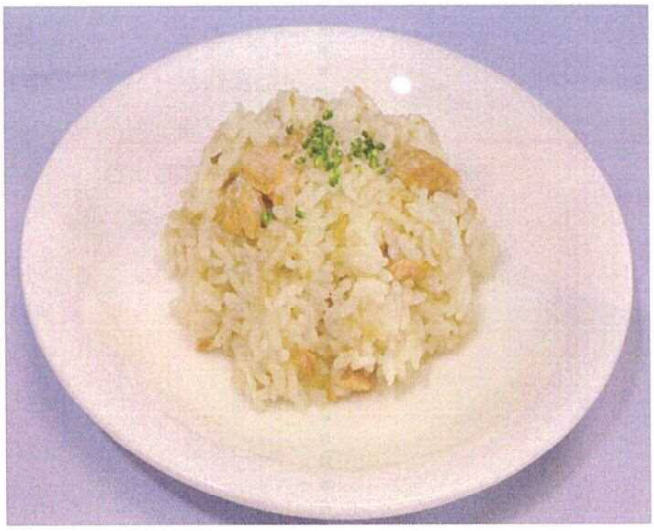
平成２０年度より北海道文教大学と共催で料理教室を行っており、共催できなかった年もありましたが今年度で９回目となる。

『食育教室2018』第4回

恵庭産を食べよう！！

日　　程：平成30年11月4日（日）
主　　催：北海道文教大学
　　恵庭市学校給食センター
　　一般財団法人 恵庭市学校給食協会
後　　援：恵庭市・恵庭市教育委員会
協力団体：ルーキーズカンパニー

さけピラフ



≪材料　4人分≫

・精白米	2合
・水	420ml
・生鮭	80ｇ
・食塩	ひとつまみ
・清酒	大さじ1
・たまねぎ	1/2個
・枝豆（冷凍さや付き）	40ｇ
・バター	15ｇ
・コンソメ	1個
・食塩	1ｇ

≪作り方≫

① 米を洗い、ざるにあげておく。枝豆を解凍し、さやから取り出しておく。

② 鮭の骨と皮をとり、一口大に切り、皿に入れ塩、酒をふっておく。

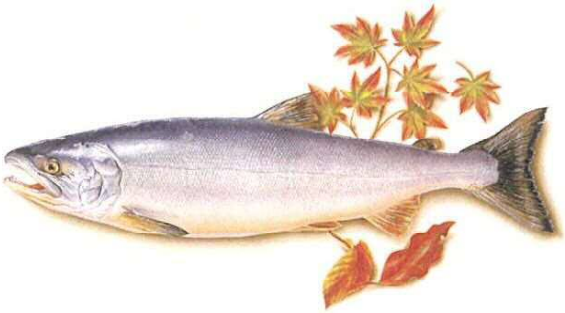
③ たまねぎをみじん切りにしてフライパンにバターを溶かして炒める。

④ ③に米を入れて炒め、なじんだら②の鮭も入れて炒める。

⑤ 米がフライパンにつくようになったら火からおろし、炊飯器に入れる。

⑥ コンソメを砕きながら入れ、水と塩を加えて炊く。

⑦ 炊き上がったら、枝豆を混ぜて、型抜きなどを使って盛り付ける。



かぼちゃのグラタン

≪材料　4人分≫

・かぼちゃ	240ｇ
・ベーコン	60g
・たまねぎ	中1/2コ
・サラダ油	小さじ1
・食塩・こしょう	少々
ホワイトソース	
・小麦粉	50ｇ
・バター	40ｇ
・牛乳	800ml
・食塩	小さじ1/4
・こしょう	少々
・ナツメグ	少々
・ローリエ	1枚
・パン粉	大さじ2
・ピザ用チーズ	60ｇ
・パルメザンチーズ	大さじ1
・バター（お皿用含む）	20ｇ

≪下準備≫

◆かぼちゃ

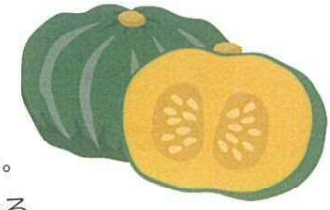
1.5cmの幅に切り，レンジで4分間蒸しておく。

◆たまねぎ・ベーコン

たまねぎは薄切りにしておく。ブロックベーコンは幅1cm厚さ0.5mmに切っておく。

◆その他・・・グラタン皿にバターを指で塗っておく。

≪作り方≫



ホワイトソース

① 鍋にバターを溶かし、小麦粉を振りいれ、木べらでよく炒める。

② 火からおろし、①に冷たい牛乳をいれ、泡だて器で一気に混ぜる。

③ ②を火にかけ、ナツメグとローリエの葉をいれ、適度な濃度になるまで焦げつかないように木べらで混ぜながら煮詰め、塩、こしょうで味を調える。

④ フライパンにサラダ油をひいてベーコンを炒め，たまねぎを炒めて、塩、こしょうをして皿に取り出す。

⑤ グラタン皿に④を半分量入れて、かぼちゃを並べ、更に残りの④を入れて，ホワイトソースをかける。

⑥ その上にパン粉、ピザ用チーズ、パルメザンチーズをのせて，バターをちぎってのせて，250度のオーブンで焼き色が付くまで焼く。

恵庭やさいスープ

≪材料　4人分≫

・トマト	中2個
・かぶ	70ｇ
・人参	30g
・セロリ	20g
・コーン缶	50ｇ
・ブロッコリー	1/4個
・コンソメ	1個
・水	600ml
・塩	
・こしょう	少々

≪下準備≫

◆トマト

皮を湯むきにして、1.5cmの輪切りにして、種をとり，1.5cmのさいの目に切る。

◆かぶ・人参・セロリ・ブロッコリー

かぶと人参は1cmのさいの目切り，セロリは小さめの薄切り，ブロッコリーは小房に切り分けておく。

≪作り方≫

① 鍋に水とコンソメ、人参を入れて火にかけ煮立ったら、かぶ、セロリを入れて煮る。

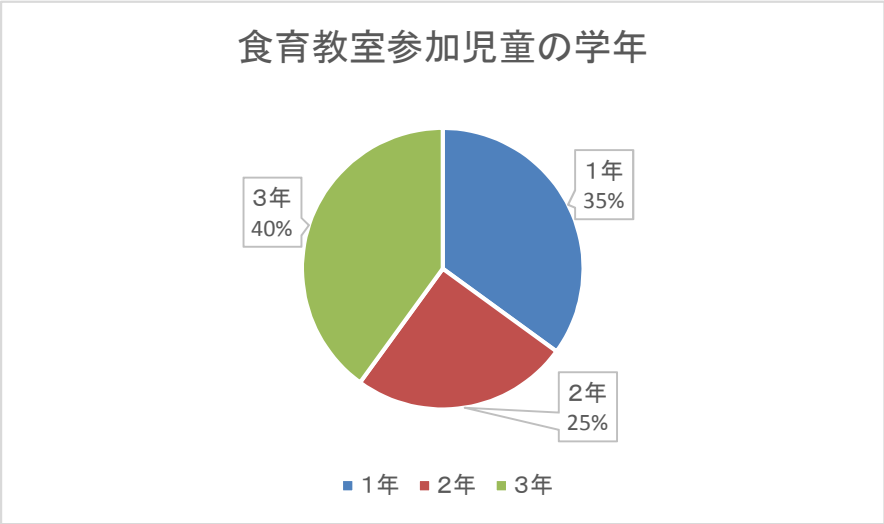
② 具が柔らかくなったら、トマト、ブロッコリー、コーン缶を入れて、あくを取りながら煮る。

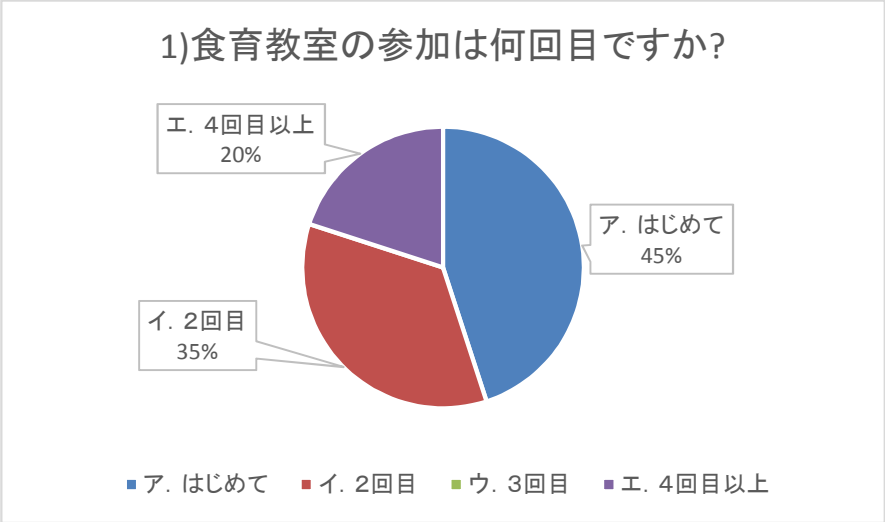
③ 塩・こしょうで味を調える。

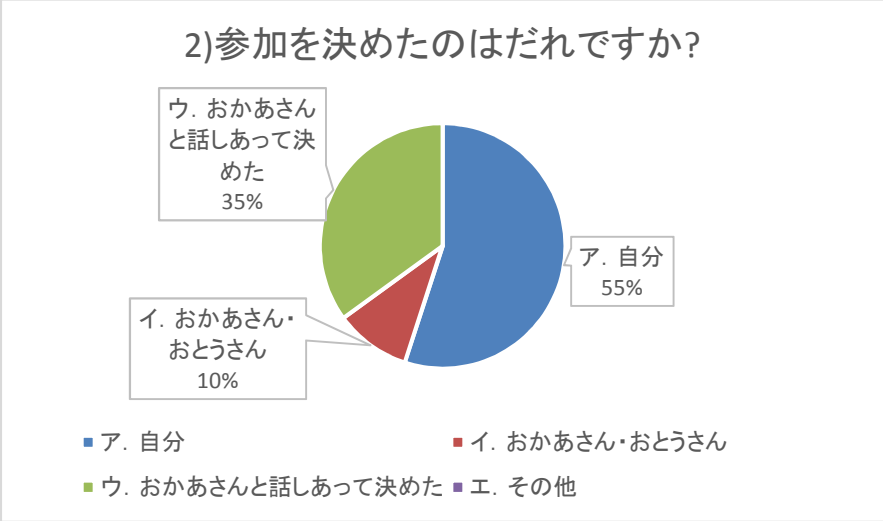
季節のフルーツ

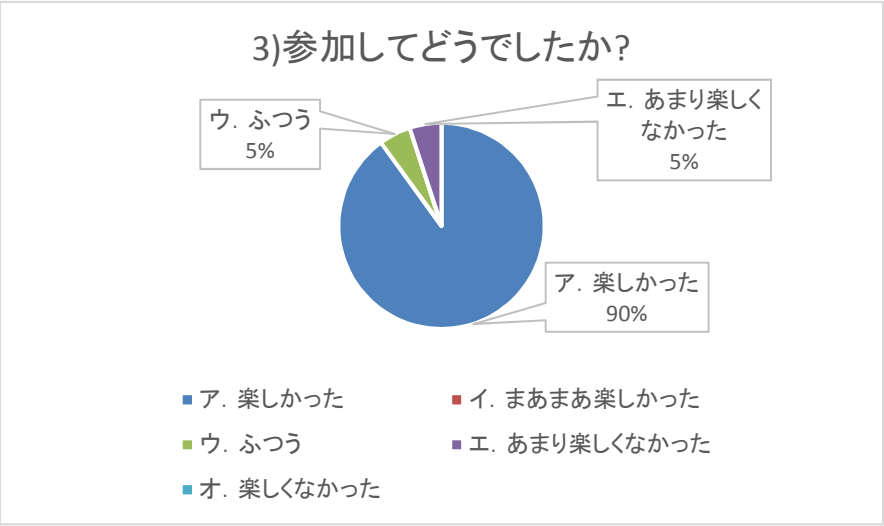
旅路（余市産）

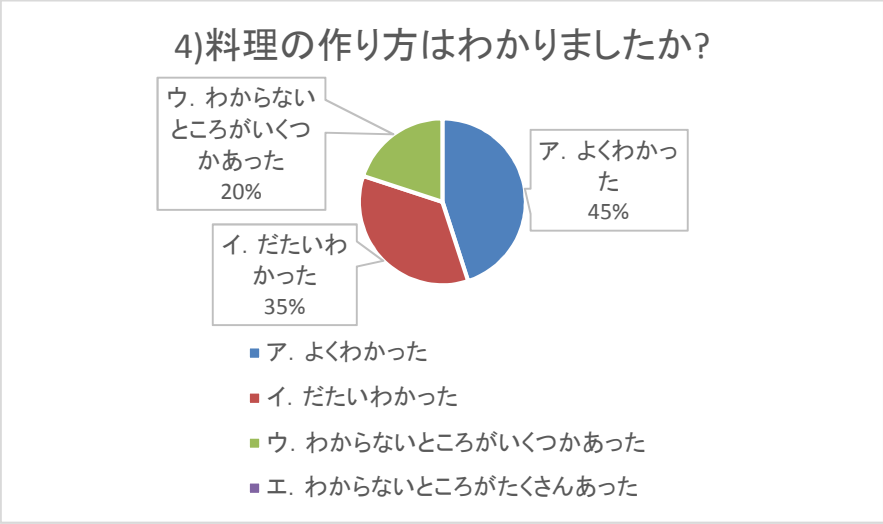
「食育教室2018」"恵庭産を食べよう!!"参加児童アンケート結果



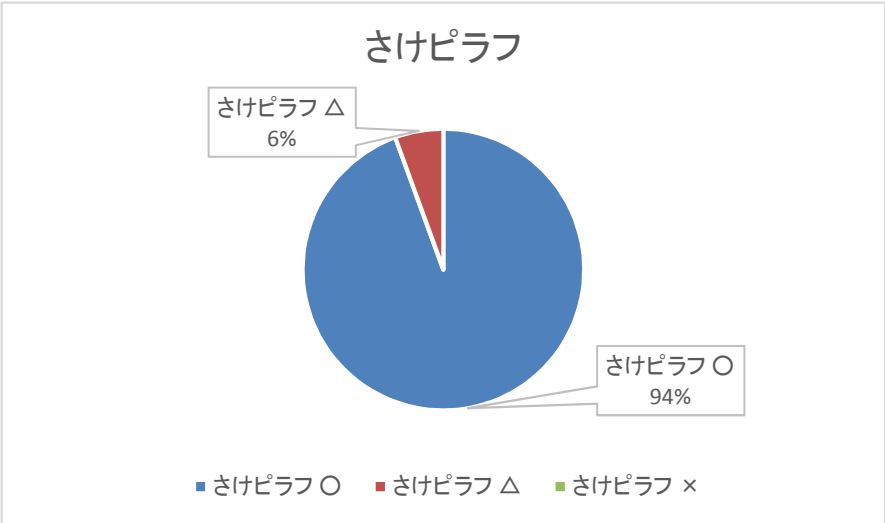


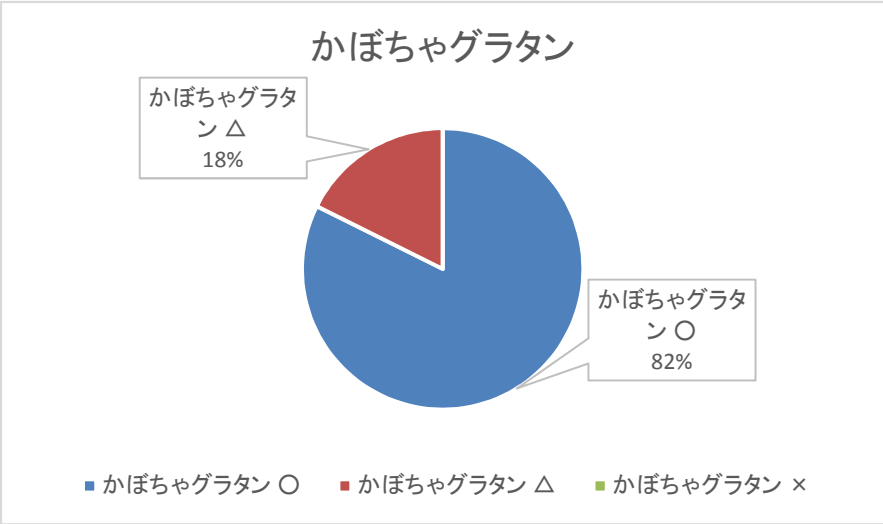


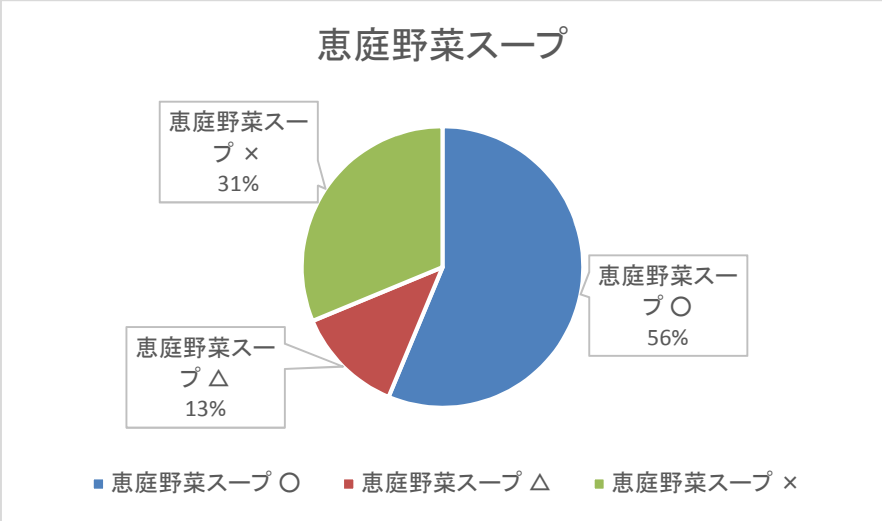


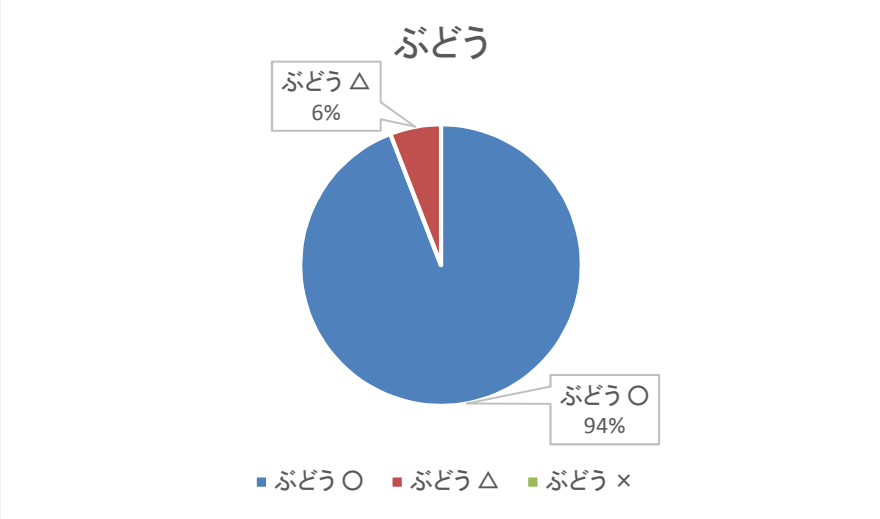


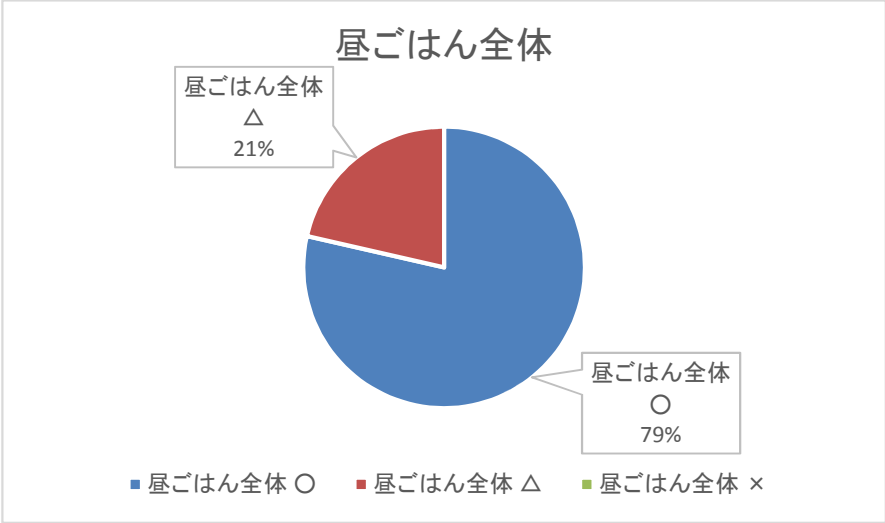
5)料理の味はどうでしたか?

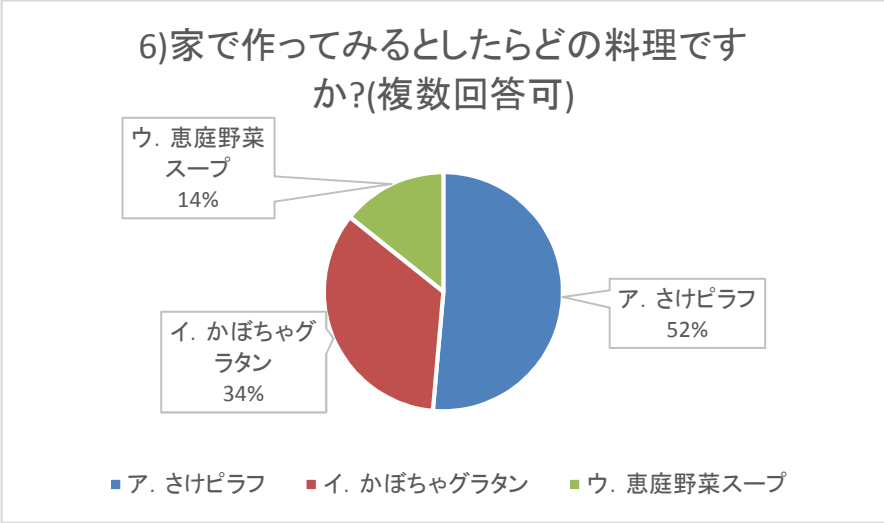



かぼちゃグラタン
かぼちゃグラタン △
18%
かぼちゃグラタン ○
82%
かぼちゃグラタン ○
かぼちゃグラタン △
かぼちゃグラタン ×


恵庭野菜スープ
恵庭野菜スープ ×
31%
恵庭野菜スープ ○
56%
恵庭野菜スープ △
13%
恵庭野菜スープ ○
恵庭野菜スープ △
恵庭野菜スープ ×

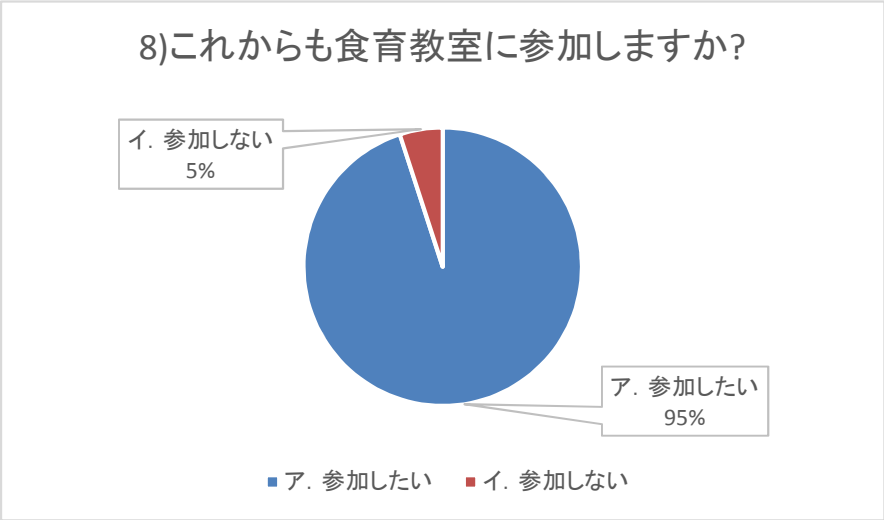

ぶどう
ぶどう △
6%
ぶどう ○
94%
ぶどう ○
ぶどう △
ぶどう ×





7)食育の話はどうでしたか?

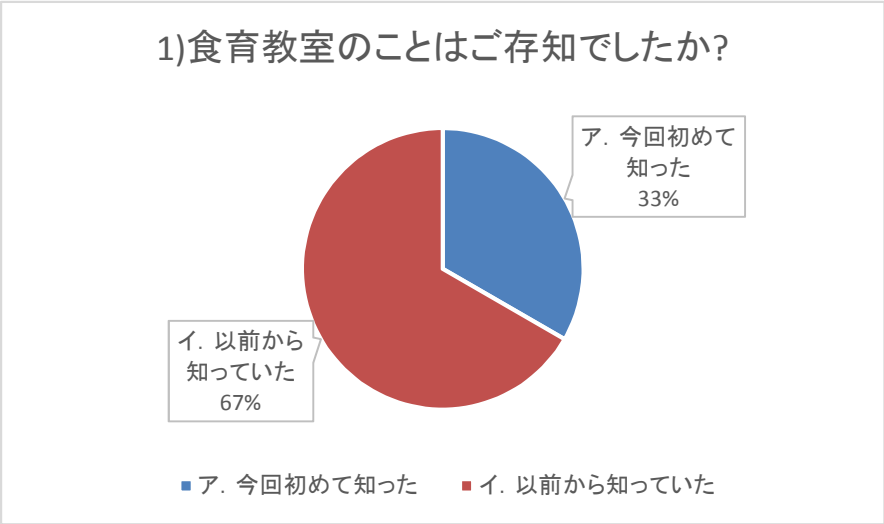
意　　見
・おもしろかった ・恵庭の野菜がいっぱいあるのが分かりました ・勉強になった・大変だったけど美味しかった ・恵庭産のものがたくさんあってすごいなぁと思った ・恵庭でとれた野菜が分かりました ・いろんなことが分かった ・こんなに野菜をも教えてくれた ・おもしろかった ・野菜がたくさんあるんだと思いました ・知らないことが知れて良かった ・ふつう・野菜の大切さが良く分かって、これからも野菜をたくさん食べたくなった

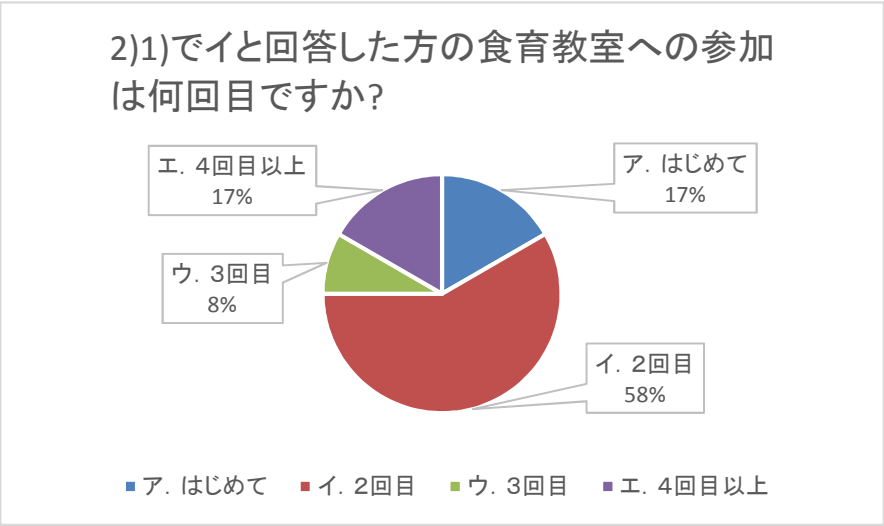


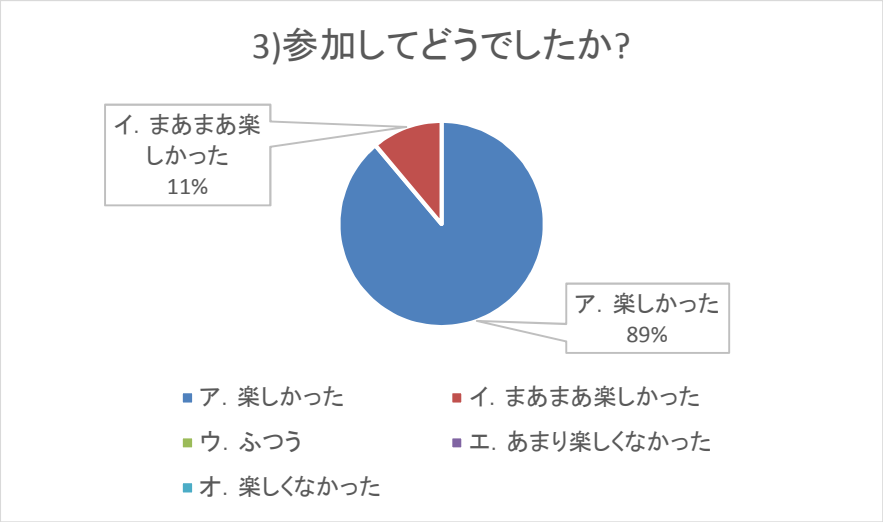
9)感想をお書きください

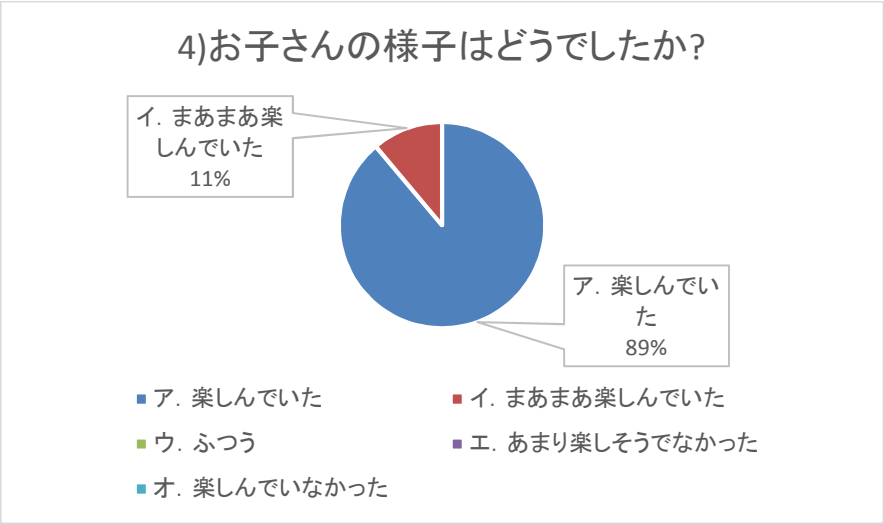
意　　見
・すごく楽しかった ・料理が好きだからまた来たい ・ふつう・グラタンのチーズが美味しかった ・楽しかった又来たい・次の料理も食べたい ・疲れた・ずっと行きたくなった ・料理がとても美味しくて良かった ・料理を作るのが楽しかった ・自分で料理を作ったことがほとんどなかったので、自分で作ったらすごく美味しいということが分かった

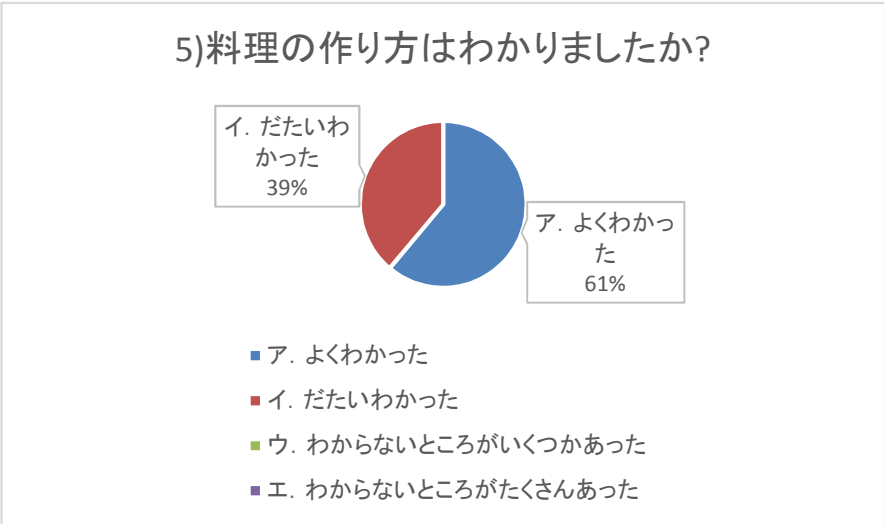
「食育教室2018」"恵庭産を食べよう!!"保護者アンケート結果

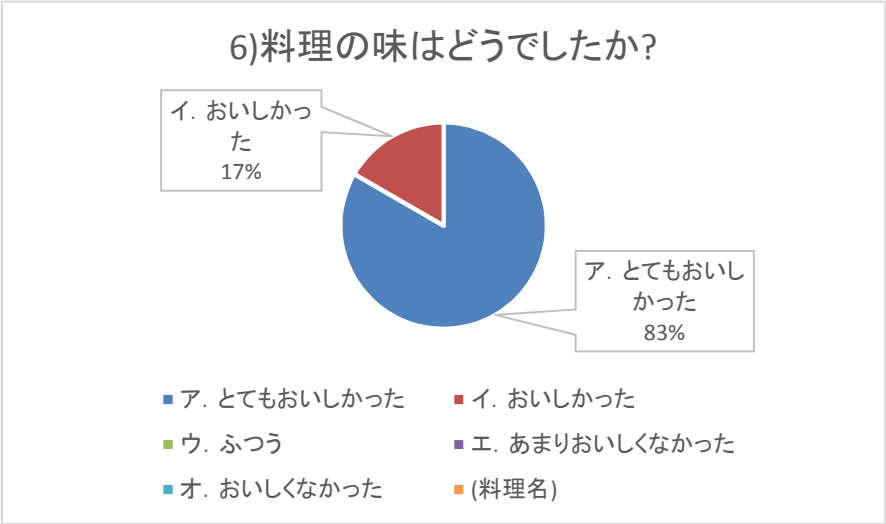


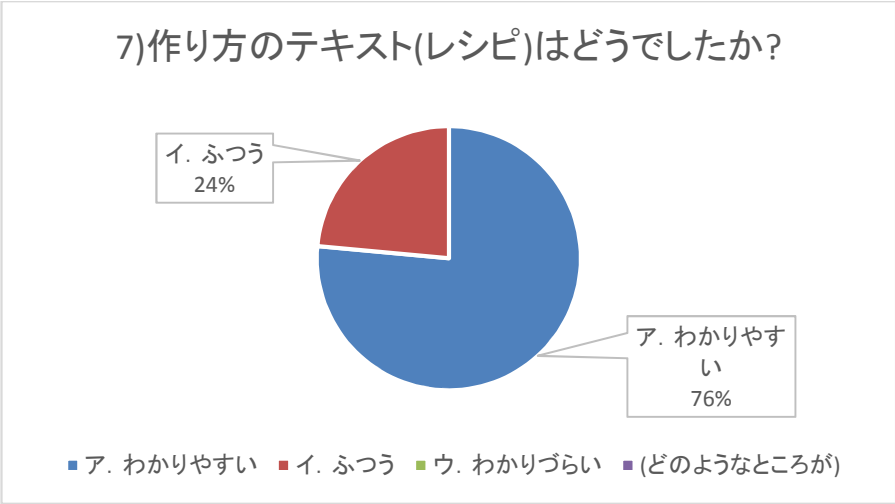





4)お子さんの様子はどうでしたか?
イ. まあまあ楽しんでいた 11%
ア. 楽しんでいた 89%
ア. 楽しんでいた
イ. まあまあ楽しんでいた
ウ. ふつう
エ. あまり楽しそうでなかった
オ. 楽しんでいなかった

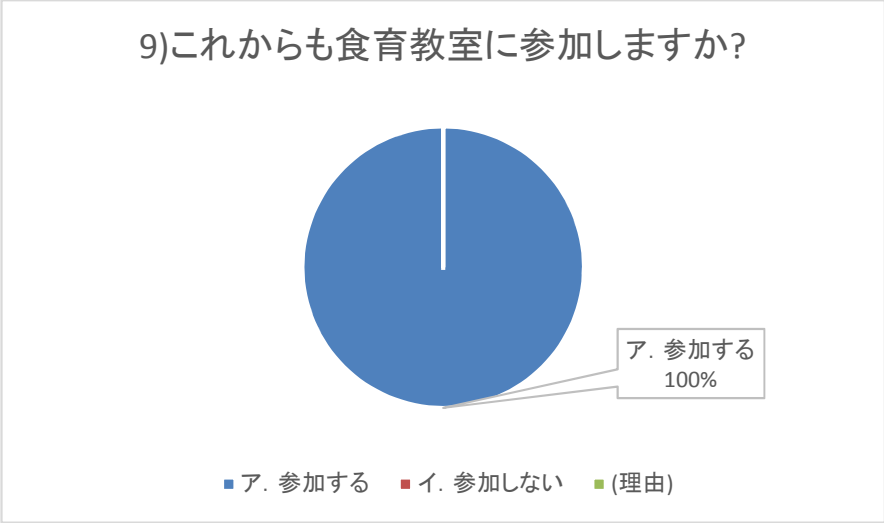

5)料理の作り方はわかりましたか?
イ. だたいわかった 39%
ア. よくわかった 61%
ア. よくわかった
イ. だたいわかった
ウ. わからないところがいくつかあった
エ. わからないところがたくさんあった


6)料理の味はどうでしたか?
イ. おいしかった 17%
ア. とてもおいしかった 83%
ア. とてもおいしかった
イ. おいしかった
ウ. ふつう
エ. あまりおいしくなかった
オ. おいしくなかった
(料理名)



8)「食育講座」はどうでしたか?

意　　見
・話しを聞く時間がなかった ・楽しく勉強になりました ・とてもためになりました ・子供にも分かりやすかった様でありがたかったです ・とても親切だった



10)学生のサポートはどうでしたか?

意　　見
・助かりました ・とても丁寧に教えてくれました。段取りも完璧でした。また、一緒にやりたいです　・適切でテキパキできてた。サポートがあるので参加しやすい ・話がしやすく子供にも分かりやすく説明してくれたとても良かった ・とても優しく指導してくれた　・親切でとても頼もしかったです　・テキパキして楽しかったです ・良くやっていただきました ・感じの良い２人でした ・とても手際が良かった ・とても良くサポートして頂きました ・優しく丁寧にご指導頂きました。楽しい時間を過ごせました ・大変助かりました。優しくしてくださり子供も喜んでいた ・とても助かりました ・とても親切だった ・とても一生懸命で優しく素敵でした ・とても良かったです

11)感想をお書きください

意　　見
・親子共々とっても楽しくておいしくて最高でした。また是非参加したいので企画してください。楽しみにしています。 ・恵庭産(かぼちゃ)を食べたいと思った。家でも子供と一緒につくりたいと思った。　・2回目ですが又参加します。 ・はじめての参加でしたが、親子共々楽しかったです。　また参加したいです。 ・自宅ではなかなか時間をとって料理をすることがないので、とても良い取り組だと思います。 ・母親ではできない料理を教えてもらえるのでとても楽しみにしています。 ・準備から、後片付けまで料理は大変だなと思います。 ・鮭を基本的に食べない子なのですが１口食べて美味しいといってたので、自宅で作ってみようと思います。参加できて満足です。 ・恵庭の食材を使った料理が知れて良かった。 ・いつも新しい発見が多く、親もとても為になります。 ・楽しかったですが少し疲れました。 ・料理の仕方や豆知識を色々教えていただき親子共々ためになりました。 ・姉妹で取り合いになり手伝うことができなくなることが多く、今回はゆっくりお料理ができていたのでとても良かった。 ・はじめて作るものや組み合わせなど勉強になりました。

2. 食育推進展示

(1)食育月間における食育推進展示

① ね ら い

関係機関や団体での食育推進の取り組みを通じ、食に関する知識や情報を伝え、市民の食に対する関心を高める。

② 実 施 日 ・ 場 所

平成３０年７月　８日（日）　市民会館（「口腔衛生キャンペーン」同時開催）
平成３０年６月１１日（月）～２０日（水）　「フレスポ恵み野」展示スペース
平成３０年６月２１日（木）～２９日（金）　えにあす　２階

③ 展 示 内 容

○ パ ネ ル 展 示　「小学校の食の指導」
「中学校の食の指導」
「学校給食の献立写真（小・中学校)」
「学校給食の役割」

⑤ 啓発資料の配布

「給食だより／しょくいく」
「食育教室・料理教室レシピ」

(2)恵庭市食育講演会における展示

① ね ら い

恵庭の学校給食について、理解と関心を深めてもらうことを目的とし展示を行う。

② 実 施 日　平成３０年１０月１３日（土）

③ 場　所　えにあす

④ 展 示 内 容

○ パ ネ ル 展 示　「学校給食の役割」
「学校給食の献立写真（小学校、中学校)」

⑤ 啓発資料の配布（別紙）

「給食だより／しょくいく」
「食育教室レシピ」

恵庭市
学校給食メニュー
小学校
中学校

SAPPORO
SALE
えにわの食育展

３．食育情報の発信

① ねらい

食に関する情報や子供たちの食生活問題等を内容とした食生活情報を発行し、食への意識向上や家庭での食育推進を目的とする。

② 配付資料

○　給食だよりの裏面を利用。

○　全小学校・中学校の家庭に配布

・しょくいく（４月）	平成３０年　４月　６日発行
・しょくいく（５月）	平成３０年　４月２７日発行
・しょくいく（６月）	平成３０年　５月３１日発行
・しょくいく（７月）	平成３０年　６月２９日発行
・しょくいく（８月）	平成３０年　８月１９日発行
・しょくいく（９月）	平成３０年　８月３１日発行
・しょくいく（１０月）	平成３０年　９月２８日発行
・しょくいく（１１月）	平成３０年１０月３１日発行
・しょくいく（１２月）	平成３０年１１月３０日発行
・しょくいく（１月）	平成３１年　１月１１日発行
・しょくいく（２月）	平成３１年　１月３１日発行
・しょくいく（３月）	平成３１年　２月２８日発行

しょくいく

4月

恵庭市学校給食センター

ご入学、ご進級おめでとうございます。新しい学年になり緊張もあるかと思いますが、毎日の食事を大切にし元気に過ごしてほしいと思います。

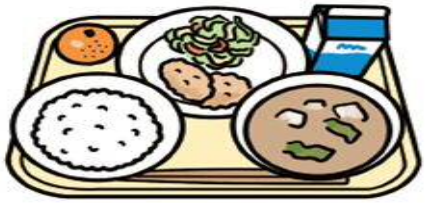
学校給食は、望ましい食習慣やマナー、社交性や助け合い、自然の恵みや働く人への感謝の気持ちを育む場として位置づけられています。安全で子どもたちの成長に見合った栄養の確保はもとより、子どもたち一人ひとりが食べることや、食品などに興味を持ち、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けられるよう給食内容の充実に努めて参りたいと思います。

学校給食の目標

①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。

②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。

③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。



④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。

⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。

⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。

⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

家庭と連携した学校給食

～　楽しい給食時間が持てるよう、家庭でのご協力をお願いします　～

○給食だよりに目を通しましょう

給食の献立や、給食時間の様子など家庭で話題にしてみましょう。

○「はし」を準備しましょう

給食には「はし」がつきません。献立に応じて家庭から持参しましょう。

○衛生面に配慮しましょう

爪は短く切り、髪の毛は清潔にしてみんなで気持ちよい給食時間にしましょう。

恵庭市
学校給食センター

新年度が始まり１カ月がたちました。新しい環境にも少しずつ慣れてきた頃でしょう。

みなさんは、毎日きちんと朝ごはんを食べていますか？元気に１日を過ごすためには朝ごはんが大切です。朝ごはんを食べることで、生活リズムも整いますので、しっかり食べて元気に毎日を送りましょう。

朝ごはんを食べよう！

朝ごはんは英語で「ブレックファースト（Breakfast）」といいます。これは「断食（fast）」を「破る（break）」ということからできた言葉だそうです。

朝起きたとき、体はエネルギー不足の状態です。それは寝ている間も体温を保ったり、体の機能をはたらかせるためにエネルギーを使っているからです。

朝ごはんは、体に朝が来たことを知らせます。規則正しい健康的な生活リズムをつくるうえでかぎとなる、大切な食事です。

朝ごはんを食べずに登校すると、給食までの長い時間、体の「断食状態」が続きます。物事を考えるための脳もフル回転できません。

だから、しっかり朝ごはんを食べる習慣を身につけましょう！

まとめ 朝ごはんのはたらき

体や脳へのエネルギーチャージ！

体に朝が来たことを知らせ、健康的な生活リズムをつくる！

体をウォーミングアップする！

作ってみよう！！　簡単かしわ餅

≪材料　8個分≫

上新粉	２００ｇ
こしあん又はつぶあん	２００ｇ
かしわの葉	8枚
水	280ｃｃ

①あんを８等分にして俵型に丸めておく。
②耐熱容器に上新粉と水を入れ混ぜ合わせる。
③蓋（ラップ）をしてレンジ（500W）で4分30秒加熱し、一度取り出してよくかき混ぜてから、再び３分加熱する。
④ぬらしたふきんに生地を取り出し、包むようにして表面がなめらかになるまでよくこねる。熱いので注意！！
⑤８等分にして手に水をつけながら丸め、小判型にして①のあんこをはさんで二つ折りにする。
⑥あら熱が取れたらかしわの葉で包む。できあがり。

恵庭市
学校給食センター

暖かくなり、外での活動が増えてくる季節です。体に疲れをため込まないように毎日元気に過ごしたいですね。毎日を元気に過ごすためには、十分な睡眠としっかり朝ごはんを食べることが大切です。

よくかんで食べよう！

6月4日からの一週間は『歯と口の健康週間』です。歯の健康は生きていくうえで大切なことです。虫歯予防には、よくかんで食べたり、食事の時刻を決めておくことも大切です。よくかんで食べると、健康のためによい効果がたくさんあります。毎日の食事を通して、よくかんで食べる習慣をつけましょう。そのためには、よくかんで食べられるよう食事の時間にゆとりを持たせたり、かみごたえのある料理を食卓に出すなどの工夫も大切です。

よくかむことのメリット

- 味覚が発達する
- 食べすぎを防ぐ
- 消化を助ける
- むし歯を防ぐ
- 脳を活性化する
- がんの予防に役立つ
- 発音がはっきりする
- 力を発揮できる

よくかむ食べ方

- 一口15～30回ぐらいを目安にかむ
- 急がずゆっくり食べる
- 汁物や飲み物などで、流し込まない
- テレビを見ながらなど、ながら食べをしない

かみごたえのある料理

玄米ご飯

きんぴら

五目大豆

アーモンドいりこ

いかリング

※6月は『食育月間』です。体や心の健康は、毎日何をどう食べたかで決まるといっても過言ではありません。　ご家庭でも食べることの大切さ、楽しさや喜びをあらためて考えてみませんか。

オクラの花

恵庭市
学校給食センター

すっきりしない天気が続きましたが、７月に入りいよいよ本格的に夏がやってきます。暑くなると食欲も衰えがちですが、１日３回の食事をしっかりとって暑さに負けない体をつくりましょう。

夏バテ対策3つのポイント

毎日3食必ず食べる

暑いからとアイスやジュースの飲みすぎは胃に負担をかけます。**栄養は食事から！**まずは朝・昼・夕の食事をしっかりとりましょう。

食事の時間が不規則になると夏バテの原因にもなります。

こまめな水分補給を

普段の水分補給は、水かカフェインのない麦茶が適しています。**「のどがかわいたな」**と感じた時には体の水分は不足気味です。こまめに少しずつ飲むのがポイントです。

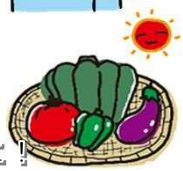
ただ、食事前にたくさん飲むと食欲がなくなります。飲み物だけでなく、食事（味噌汁、スープ）や夏が旬の野菜、果物もよい水分補給源です。

ビタミン・ミネラルをとる

トマト、ピーマン、かぼちゃなど夏の野菜や果物にはビタミン・ミネラルがたくさん含まれています。

そして牛乳やチーズなどの乳製品、のりやわかめなどの海藻、小魚から不足しがちなカルシウムをとりましょう。

◎ 汗がたくさん出た時には、スポーツドリンクも有効です。



夏を元気に！
夏野菜を食べよう！

夏になると、色とりどりのおいしい野菜がたくさん出回ります。太陽の光をいっぱいに浴びた野菜は私たちの健康を守ってくれます。

今月、給食の野菜は、地元恵庭や北海道産の野菜をたくさん使います。

トマト

ヨーロッパには「トマトが赤くなると、医者が青くなる」ということわざがあるほど、栄養たっぷりの野菜です。　トマトの赤い色は「リコピン」といって抗酸化作用という老化防止の働きがあります。

ビタミンAやCが多くうまみ成分もあるので、生で食べるだけでなく、煮込み料理にも大活躍します。

ピーマン

よく食べられるようになったのは戦後になってからです。唐辛子の仲間ですが、辛味がないように改良されて生まれた野菜です。

ビタミンAやCをとても多く含む野菜で夏バテ防止に役立ちます。香り成分のピラジンは血栓（血液が固まってつまること）を防ぎます。

かぼちゃ

冬に食べるイメージがありますが、収穫されるのは夏です。かたい皮で覆われているので冬までとっておくことができます。

かぼちゃの黄色は体の中でビタミンＡとなって働くカロテンの色です。皮ふや粘膜を丈夫にしたり、目がきにくくします。

おやつ、その前に…

◎ おやつは楽しみ程度に。
次の食事に影響しないようにしましょう

恵庭市
学校給食センター

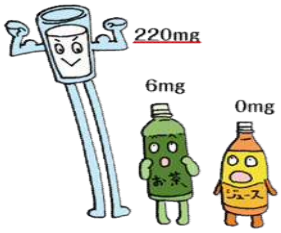
楽しい夏休みを過ごそう！！

夏休みになると、どうしても生活リズムが乱れがちです。でも睡眠不足は、心や体の様々な不調につながります。人間の体は、サーカディアンリズム（概日リズム）といわれる１日のリズムがあります。概日リズムは、本来25時間周期であるため、24時間ある１日の周期とだんだんずれてしまいます。しかし、太陽にあたったり規則正しい食生活をすることによって修正され、１日２４時間のリズムを保つことができます。朝は早く起きて太陽の光を浴び、朝ご飯を食べて日中は勉強や運動をして昼ご飯、活動、夜ご飯そして睡眠をしっかりとって、充実した夏休みを過ごしましょう。

カルシウム貯金、夏休みも続けてね！

成長期の子どもは、骨にカルシウムをたくさん貯金できる大切な時期です。この時期にカルシウムを十分とって骨を丈夫にし、おじいさんやおばあさんになった時に折れやすい骨にならないように気をつけましょう。給食のない夏休みは、下の資料を参考に自分で「カルシウム貯金」をコツコツ続けていきましょう。

飲み物のカルシウム量を調べてみると…



同じ200mlでも、牛乳からはたくさんカルシウムをとることができます。さらに牛乳のカルシウムには体に吸収されやすい特徴もあります。

成長期は牛乳・乳製品をいつも身近に！

成長期には、食事の後やおやつなどに、気軽に牛乳・乳製品がとれるよう、いつも冷蔵庫にあるようにしておくとよいでしょう。

カルシウムの多い食べ物も活用しよう！

牛乳が苦手な人はヨーグルトやチーズなどの乳製品で。牛乳アレルギーがある人は豆腐や納豆、小魚、海藻、色の濃い野菜などでカルシウムを補いましょう。

牛乳ドリンクレシピ

ベリー×２シェイク

187kcal

【材料】
・牛乳 150ml・ヨーグルト50g
・いちご 50g・ブルーベリー大さじ１・練乳 小さじ１

【つくり方】
①いちごとブルーベリーを冷凍しておく。
②①と材料すべてをミキサーに入れ、なめらかになるまで混ぜる。

和風ミルク

191kcal

【材料】
・牛乳 200ml・きな粉 大さじ１・つぶあん 小さじ１

【つくり方】
①小鍋に牛乳を入れて温まったら、きな粉を入れ、ダマにならないようによく混ぜる。
②①につぶあんを入れて、よく混ぜる。

恵庭市学校給食センター

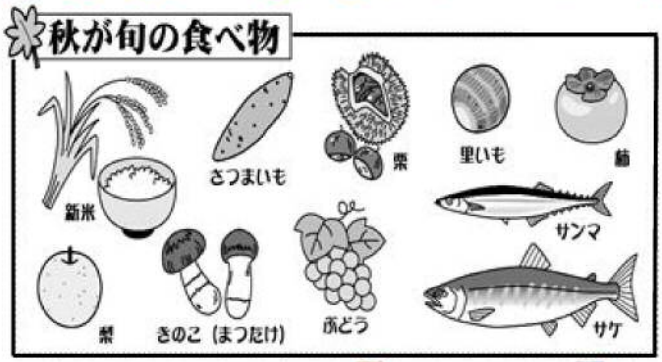
9月になると朝夕は気温が下がりますが、日中はまだまだ暑い日もあります。気温差に体調を崩さないように注意して過ごしていきたいですね。体調管理に大切なのは『早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち』です。しっかり食べて、毎日を元気に！恵庭産野菜も旬です。

旬の食べ物を味わいましょう

野菜や果物などの農作物、魚介類には、たくさんとれて、おいしく栄養豊富な『旬』の時期があります。

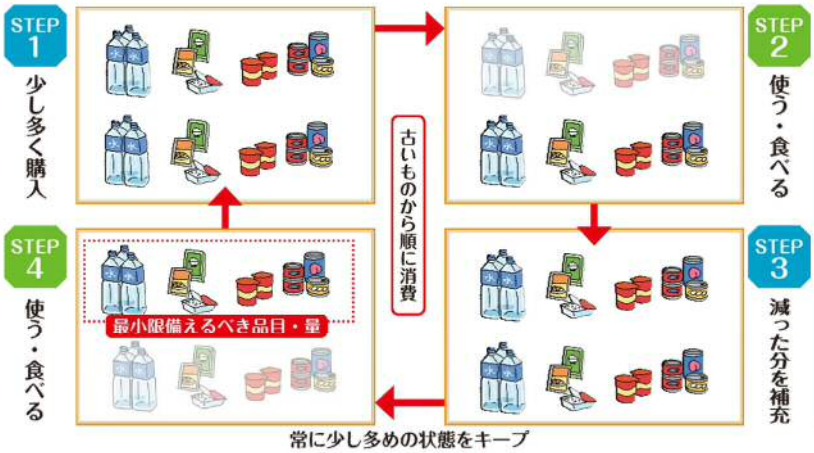
栽培や養殖、保存などの技術が向上するとともに、外国からの輸入によって、１年中お店に並ぶものが多くありますが、地域でとれた旬のものを食べることは、私たちの体によいだけでなく、地球環境を守ることにもつながります。

秋が旬の食べ物



災害時に備えて ～ローリングストック法のすすめ～

9月1日は「防災の日」です。災害はいつ起こるかわかりません。最近は、家庭での食料品や生活必需品の備蓄については、日常使用しているものを日頃から少し多めに備え、使用したら買い足すことで災害時に役立てようとする「ローリングストック法」の考え方（日常備蓄）が提唱されています。とくに食料品は、期限が切れる前にむだなく回転したいものです。



災害時に必要なもの

（被災地で重宝した品目）

- カセットコンロ
- 懐中電灯
- 簡易トイレ
- 充電式ラジオ

など

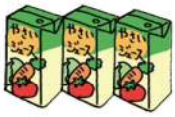
女性の場合は、生理用品、乳幼児・高齢者がいる家庭ではオムツなどを常備

お役立ち　備蓄食品ひとくちメモ

水

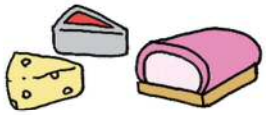
生命維持に必要な水分量は年齢や体重によって変わりますが、1kgあたり50mlとして計算すると、成人（50kg）で1日2．5ℓとなります。

野菜ジュース



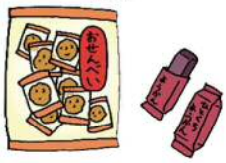
ジュースで野菜不足を補う。ビタミンやミネラルがとれます。冷凍保存しておくと保冷剤代わりにも使えます。

チーズ・かまぼこ

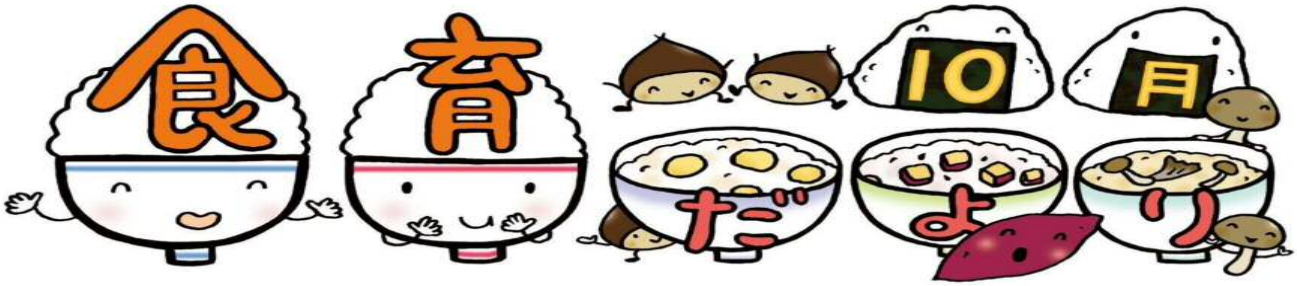


チーズはたんぱく質、ビタミンA、B群、鉄、カルシウムが豊富。かまぼこも良質なたんぱく源となります。いずれも加熱せずに食べられます。

菓子



個別包装がおすすめです。米菓子は栄養豊富です。ひと口ようかんはお年寄りにも好まれ、気軽に食べられます。乾燥させた野菜や果物のチップスも役立ちます。



恵庭市学校給食センター

日中は過ごしやすい気温となり木々の葉も色づき始めたことで、秋の気配を感じるようになりました。秋は「食欲の秋」というように、おいしいものがたくさん出回る季節です。旬のものを積極的に食事に取り入れてほしいと思います。ただし、食べ過ぎは禁物です。生活習慣病を予防するためにも、望ましい生活習慣を身につけましょう。

食習慣を見直して生活習慣病を予防しよう

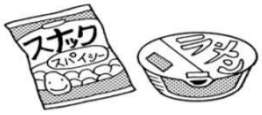
昔は「成人病」といわれ大人の病気だと思われてきた糖尿病や高血圧などの生活習慣病が、子どもたちの間に広がりはじめているといわれています。偏った食習慣や運動不足が原因と指摘されていますので、予防のために何をしたらよいか考えてみましょう。

～ あなたの 食習慣 をチェックしてみよう ～

①食べ過ぎることがよくある

②油っぽいものを好んで食べる

③味が濃い、塩気の多いものが好き



④甘い清涼飲料をよく飲んでいる

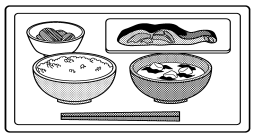
⑤野菜や果物はほとんど食べない

⑥夜遅くに食べることが多かったり、朝食をぬいたりする

○が１つでもあった人は、見直しが必要です。
このような食習慣が続くと、生活習慣病を招く恐れがあります。
どのように改善したらよいか、考えてみましょう。

予防するには・・・

バランスのよい食事



適度な運動

十分な睡眠

生活習慣病を予防するには、栄養バランスのよい食事を規則正しく食べることや、適度に運動をすること、十分な睡眠をとることが大切です。一度身についた生活習慣を変えるのは大変なことです。子どものうちから望ましい生活習慣を身につけましょう。

恵庭市
学校給食センター

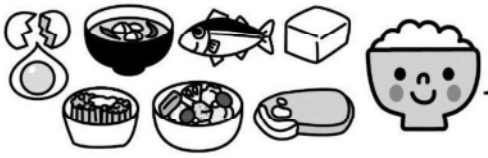
暦の上では冬に入り、日に日に秋の深まりを感じる頃となりました。
さて、１１月２４日は“いい日本食”で「和食の日」です。海、山、里と豊かな表情をもつ各地域の風土に育まれてきた日本の食文化は、栄養バランスに優れた健康的な食事として、今、世界から注目を集めています。日本の伝統的な和食文化の大切さについて考える日にしましょう。

守っていこう！ わたしたちの「和食」文化

2013年、ユネスコの無形文化遺産に登録された「和食　日本人の伝統的な食文化」の特徴は、①地域の豊かな自然が生み出す多様で新鮮な旬の食材を用いて素材の味わいを生かす調理技術・調理道具が発達してきたこと。②ご飯を中心とした「一汁三菜」を基本とする理想的な栄養バランスであること。③自然の美しさや四季の移り変わりを食事の場で表現すること。そして、④年中行事と密接にかかわっていることなどです。和食文化を知り、日々の食生活に取り入れて受け継いでいきましょう。

和食に欠かせない「ご飯」の魅力を見てみよう！

★栄養バランスが整いやすい

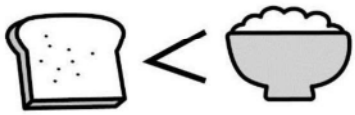


いろいろな食材や味つけの主菜・副菜と組み合わせることができるので、栄養バランスが整いやすくなります。ご飯自体にもいろいろな栄養成分が含まれています。

お茶わん1杯（150g）当たり

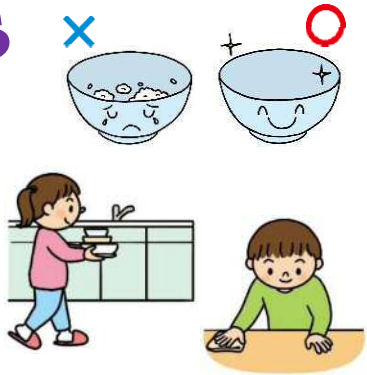
- **エネルギー 252kcal**
- **炭水化物 55.7g**
- **たんぱく質 3.8g**
- **脂質 0.5g**
- **カルシウム 5mg**
- **鉄 0.2mg**

★腹持ちがよい



お米を粉にせず粒のまま食べるご飯は、小麦粉が原料のパンや麺類に比べると、消化・吸収がゆっくりされるため、腹持ちがよく、おなかがすきにくくなります。

後片付けで伝える感謝の気持ち



食事への感謝の気持ちは、食事のあいさつやきちんと食べることだけでなく、後片付けの仕方によっても表すことができます。ご飯粒などの食べ残しが食器についていないようにしたり、食べ終わった食器を台所まで運んでいったり、食事のテーブルをきれいにふいたりするなど、いろいろな方法で感謝の気持ちを表すことができます。食べ終わったら、後片付けをきちんとし、感謝の気持ちを伝えましょう。

恵庭市
学校給食センター

注意したいね、年末・年始の食生活

今年もあとわずかとなりました。「師走」ともいわれる12月は、年末のあわただしさに加え、クリスマスや年越し、お正月など楽しい行事が続くため、食生活も乱れがちになります。もうすぐ冬休みです。休み中、食事面で注意してもらいたいポイントを紹介します。

外出後と食事前の手洗い

手にはかぜなどのウイルスが付着していることがあります。そのまま汚れた手で食べてしまうと、手から口、鼻や目などの粘膜を通し、ウイルスが体内に侵入してきます。そして症状を引き起こす原因になります。せっけんを使って、手をしっかり洗いましょう。

朝ごはんを抜かない

毎日決まった時間に食事をすることで、よい生活リズムが生まれます。ビタミンを多く含む野菜は、とくに毎食きちんと食べて量をしっかりとることが大切です。休みだからといって朝食を抜いたり、不規則な時間に食べていたりしていると、体調を崩しやすくなります。

油脂のとりすぎ注意

行事の続く年末年始は、どうしても肉料理や揚げ物などの油料理が続きがちになります。油脂の多い料理１品に野菜料理を2品を組み合わせたり、ひと口食べたら野菜のおかずを二口食べるなど、工夫をしてみるといいですよ。

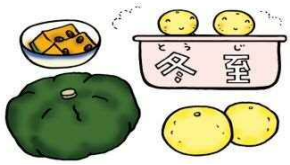
牛乳・乳製品をとる

給食がなくなると、牛乳・乳製品を食べる機会が極端に減る傾向があります。成長期は生涯の健康のために骨量を貯める大切な時期です。冷蔵庫にいつも牛乳・乳製品をキープしておき、おやつに食べるなど、カルシウムをしっかり補給しましょう。

冬至です！～一陽来復～

（いちようらいふく）

一年で最も夜が長く、昼が短くなる日です。この日を境にして日が再び長くなっていくため、昔の人は太陽の力がよみがえる神秘的な日としていました。中国など東アジアでも「一陽来復」といって陰と陽の力が交替し、陽の気が上がる節目の日とされ祝われてきました。日本ではこの日にかぼちゃを食べたり、ゆず湯に入ったりします。



12月のおしらせ

北海道防衛局の調整交付金を活用して、老朽化した中学校給食センターの厨房機器「コンベクションオーブン2台」、「フードスライサー1台」を更新しました。これにより、効率的で美味しい給食を提供でき

恵庭市学校給食センター

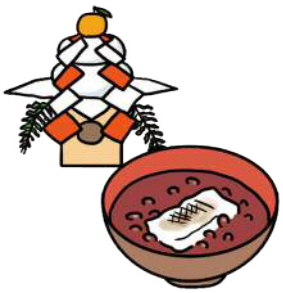
知っていますか？1月の食文化

1月は「睦月」といい、「みんなで仲睦まじくする月」ということから名づけられました。
新しい年の初めに、１年の幸せを願ったさまざまな行事食があります。

１月７日の七草がゆ

せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな（かぶ）、すずしろ（だいこん）の「春の七草」を刻んだ、おかゆを食べ、１年の無病息災を祈ります。

鏡開きのお汁粉



正月にお供えしたもちを下げ、木づちや手で割ってお汁粉や雑煮にします。また鏡もちを食べることは「歯固め」ともいわれ、じょうぶな歯で長生きできることを祈ります。

小正月の小豆がゆ

昔のこよみで１月１５日は、年の初めの満月の日。１年の健康と豊作を願い、悪い気を払うとされた赤い色のあずきを入れたおかゆやごはんを食べる習慣のある地域があります。

全国学校給食週間です！ 1月24日~30日

1月には全国学校給食週間があります。学校給食は「学校給食法」に基づいて実施されます。
その条文には学校給食の目標として、７つのことの育成や理解が掲げられています。

●健やかな体を育む

適切な栄養摂取で、子どもたちの健康の増進を図

●食生活のお手本になる

健全な食生活を営んでいくための判断力と食習慣を養

●力を合わせ、学校生活を心豊かに

お互いを思いやって助け合う心や、明るい社交性を養い、学校生活を豊かに

●自然と命の恵みへの感謝

生命や自然を尊重し、進んで環境を守る態度を養う。

●支え合いで成り立つ食生活

食生活がさまざまな人の力に支えられていることへの理解を

●伝統的な食文化

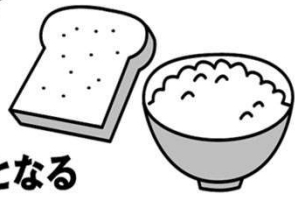
日本や各地域の伝統的な食文化への理解を深める。

●生産・流通・消費

食料の生産・流通・消費の正しい理解に導く。

恵庭市
学校給食センター

朝ごはんで、寒さに負けない体づくりを！



1年で最も寒い時期を迎えています。朝起きるのがつらいという人も多いと思いますが、寒さに負けない体をつくるためには、朝ごはんがとても大切です。なぜなら、脳は寝ている間も働いているため、朝目覚めたときはエネルギーが不足している状態で、体温も下がっているからです。朝ごはんを食べることで、脳にエネルギーが補給され、体温も上がり、1日を元気にスタートさせることができます。

朝ごはんには、脳のエネルギー源となる主食をしっかりとりましょう。

主食・主菜・副菜をそろえることで、栄養のバランスが整いやすくなります。

2月3日は 節分 です

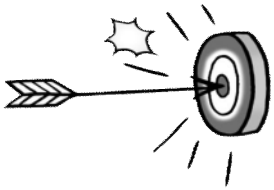
節分には「豆まき」をします。立春を1年のはじまりと考えると「節分」は、前年の一番最後の日となります。そこで古い年のけがれや悪を払い、新しい春に幸せを招くための儀式として「豆まき」を節分の行事として行うようになりました。豆まきの豆には炒った大豆を使いますが、北海道は殻つきの落花生をまく家庭も多いですね。

「魔が滅っする」のマメで鬼退治！

節分で豆をまくのは、豆が「魔滅」に通じ、鬼がおびやかす災難や病気を寄せ付けないとされたからです。

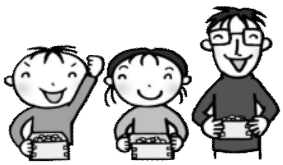
「炒る」は「射る」にかけて

炒った豆を使うのは、生豆のままだと落ちた豆から芽が出て不吉とされたからです。また「炒る」を「射る」にかけ、悪い鬼を退治します。



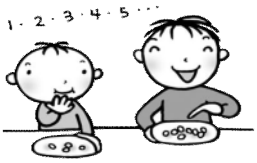
豆まきの主役「年男・年女」！

寺社などではその年の干支生まれの「年男・年女」がよく豆まきをします。小学校では5年生に当たることが多いですね。卒業する6年生からしっかりバトンタッチしてがんばっていきましょう。



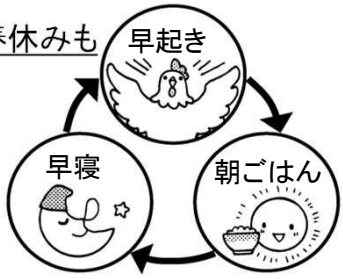
最後は年の数だけ食べる

豆まきの「福豆」を年の数だけ食べると1年を健康に過ごせるといわれます。余った福豆は水にもどさず料理にすぐ使えます。炊き込みご飯にするとおいしいですよ。



卒業・進級　おめでとう！

春休みも

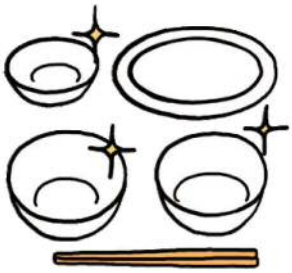


生活リズムを大切に！

恵庭市学校給食センター

「ありがとう」の気持ち、表れていますか？

給食はみんなのことを大切に思う多くの人の温かい気持ちや協力の上に成り立っています。この１年間を振り返り、みんなの「ありがとう」の気持ちが伝えられていたか、考えてみましょう。

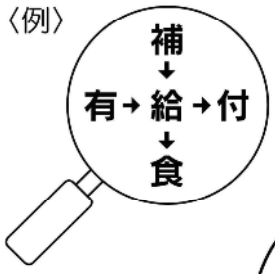
			
「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを毎日しっ （〇　△　×）	**よくかんで、味わって食べること** （〇　△　×）	**好ききらいしないで、残さず食べることができた。** （〇　△　×）	**後片付けやきまりを守ってしっかりできた。** （〇　△　×）
「食べ物の命をいただく」多くの人の努力に感謝の気持ちをこめて大きな声であいさつしましょう。	よくかんで味わい、美味しく食べてくれると、作った人は本当にうれし	みんなのことを考えて、一生懸命に作ったメニューです。きれいに食	ありがとう！みんなの協力があると給食センターでの後片付けはスムーズに気持ちよくできます。

♥１年間、ありがとうございました♥

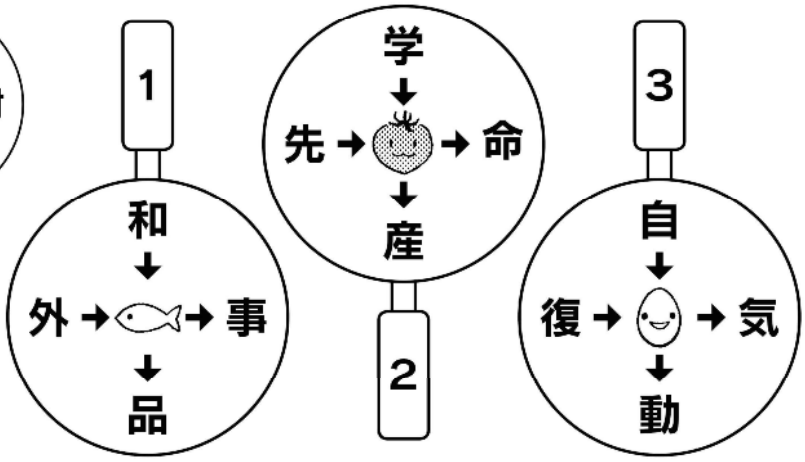
漢字熟語パズル

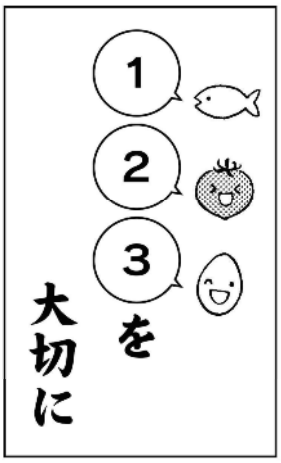
フライパンの真ん中に漢字を入れると４つの二字熟語ができます。１、２、３を並べると何という言葉になるでしょう。

〈例〉



「補給」「給食」「有給」「給付」の４つの熟語ができます。





答え①食 ②生 ③活

4. 給食試食会

① ねらい

保護者に学校給食の理解及び児童生徒の食生活を考える機会として、各学校の希望により実施する。

② 実施状況

各学校のＰＴＡ活動の一環として、学年・学級単位の保護者試食会や親子試食会、センター見学を含む試食会が行われ、食育全般をテーマとして学習会の場として有意義な機会となっていた。

今後も試食会を通して家庭での食育が進められるよう働きかけをしていきたい。

月日	学校名	対象者	人数
5/22	恵明中学校	台湾中の生徒	34
6/21	和光小学校	１年1組保護者	29
6/29	〃	1年3組保護者	32
〃	〃	2年1組保護者	30
〃	〃	1年2組保護者	26
7/3	若草小学校	4年保護者	57
〃	恵み野小学校	1年保護者	34
〃	〃	5年保護者	27
7/5	恵み野小学校	4年保護者	19
〃	恵み野旭小学校	1年1組保護者	25
〃	〃	1年2組保護者	26
7/6	若草小学校	1年1組保護者	27
〃	〃	1年2組保護者	16
〃	〃	1年3組保護者	9
7/9	松恵小学校	１年保護者	13
〃	〃	2年保護者	13
7/10	恵庭小学校	1年2組保護者	26
〃	〃	1年3組保護者	27
〃	〃	1年4組保護者	31
7/12	〃	5年3組保護者	24
〃	〃	5年2組保護者	24
7/13	〃	3年1組保護者	24
〃	〃	4年1組保護者	18
8/24	和光小学校	2年4組保護者	27
8/29	〃	1年4組保護者	29
〃	〃	3年3組保護者	33
8/30	〃	1年5組保護者	28
〃	〃	2年2組保護者	31
〃	若草小学校	3年3組保護者	25
8/31	和光小学校	3年2組保護者	31

月日	学校名	対象者	人数
9/13	若草小学校	あおぞら学級保護者	9
10/4	中学校センター	恵庭消費者協会	11
10/18	恵庭中学校	恵庭中学校PTA	11
11/8	島松小学校	1年1組保護者	28
〃	〃	1年2組保護者	21
11/19	和光小学校	2年5組保護者	32
12/11	柏小学校	2年1組保護者	29
12/14	〃	6年2組保護者	17
12/18	恵み野小学校	6年2組保護者	17
12/21	柏小学校	かしのみ学級保護者	11
12/22	若草小学校	町内会	23
合　計			1,004