

令和6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・・・・・・・・・・ | 7 |
| 3. 恵庭産野菜の使用状況・・・・・・・・・・ | 9 |
| 4. 食材に対する安全対策・・・・・・・・・・ | 11 |
| II. 学校給食に関する調査・・・・・・・・・・ | 12 |
| III. その他の調査研究・・・・・・・・・・ | 22 |
| IV. 食生活に関する普及奨励活動・・・・・・・・ | 23 |
| 1. 料理教室・・・・・・・・・・・・・・・・ | 23 |
| 2. 食育推進展示・・・・・・・・・・ | 30 |
| 3. 食育情報の発信・・・・・・・・・・ | 31 |
| 4. 給食試食会・・・・・・・・・・ | 44 |

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)保健科学研究所]に依頼し、食品・調理品・調理器具等の細菌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 | 前日洗米・当日炊飯 → 弁当箱盛りつけ 8:05~9:15 → 保温箱入れ学校配送 |
| 麺 | 2日前 製麺 → 冷蔵庫保管 前日 茹で上げ袋詰め・検品 → 冷蔵庫保管 当日 加熱殺菌(90℃20分を確認) → 保温箱入れ学校配送 |

② 検査結果

| 単位: /g | | | | | | | 調査月 |
|--------|-------|------|---------|----------------|----------------|--------------|------|
| 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 | |
| 白飯 | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 58℃ (10:15) | 37℃ (11:35) | 50℃ (保温箱) | 7 月 |
| 白飯 | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 56℃ (10:15) | 31℃ (13:10) | 52℃ (保温箱) | 8 月 |
| ラーメン | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 48℃ (10:14) | 33℃ (13:10) | 45℃ (保温箱) | |
| 白飯 | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 51℃ (10:25) | 45℃ (11:34) | 48℃ (保温箱) | 9 月 |
| うどん | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 49℃ (10:44) | 41℃ (11:30) | 48℃ (保温箱) | |
| ラーメン | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 47℃ (10:18) | 35℃ (11:37) | 45℃ (保温箱) | |
| わかめご飯 | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 50℃ (10:42) | 38℃ (11:35) | 47℃ (保温箱) | 10 月 |
| うどん | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 43℃ (9:55) | 38℃ (11:30) | 40℃ (保温箱) | |

③ 考 察

白飯と混ぜ込みご飯としてわかめご飯を検査したが、全て問題のない結果であった。

今年度から一社に委託している麺類は、全て問題のない結果であった。

センターに納品される麺は数が少なく麺箱に隙間ができるため納品温度が若干低い、各学校では配膳員が計測している温度に問題はなかった。

(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 |
|----------------|-------------------|------|--------|----------------|----------------|--------------|-------|-----|
| さば (調理前) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | -18℃ (8:40) | -1℃ (11:32) | 3℃ (冷蔵庫) | ノルウェー | 6月 |
| ほっけ (調理前) | 1.7×10^4 | 陽性 | 陰性 | -5℃ (8:15) | 6℃ (11:30) | 5℃ (冷蔵庫) | 国産 | 7月 |
| さつま揚げ (調理前) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 10℃ (8:10) | 12℃ (13:00) | 5℃ (冷蔵庫) | — | 9月 |

② 考 察

切り身魚と加工品の調理前の衛生状態を確認するため細菌検査を実施した。

さばとさつま揚げは、一般生菌・大腸菌群・腸炎ビブリオ全て問題のない結果であった。

ほっけは、前日冷凍納品後に冷蔵庫で保管し、当日に下味をつけて調理をする。

採取時の温度は-5℃と半解凍状態であったが、一般生菌と大腸菌群が検出された。

加熱前の魚介類は汚染度が高い食品と再認識し、ドリップの取り扱いや作業後の手洗い等二次汚染防止と保管温度や加熱温度の確認を徹底していく事とする。

(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 |
|---------------|-------------------|------|-------|--------------|---------------|----------------|--------------|----|-----|
| 豚肉 (納品時) | 6.3×10^3 | 陰性 | 陰性 | 陰性 | 0℃ (8:07) | 9℃ (11:30) | 5℃ (冷蔵庫) | 道産 | 6月 |
| 鶏肉 (調理前) | 1.1×10^4 | 陽性 | 陰性 | 陰性 | 2℃ (8:05) | 7℃ (11:40) | 3℃ (冷蔵庫) | 道産 | |
| 豚肉 (納品時) | 5.6×10^4 | 陽性 | 陰性 | 陰性 | -2℃ (8:10) | 7℃ (11:35) | 3℃ (冷蔵庫) | 道産 | 7月 |
| ベーコン (調理前) | 5.5×10^3 | 陰性 | 陰性 | 陰性 | 11℃ (8:38) | 11℃ (11:35) | 6℃ (冷蔵庫) | 国産 | |
| 豚ひき肉 (納品時) | 3.7×10^4 | 陽性 | 陰性 | 陰性 | -2℃ (8:05) | 9℃ (11:35) | 3℃ (冷蔵庫) | 八雲 | 9月 |
| 鶏肉 (調理前) | 9.1×10^5 | 陰性 | 陰性 | 陰性 | 4℃ (8:05) | 11℃ (11:30) | 4℃ (冷蔵庫) | 道産 | |

② 考 察

肉類と加工品の衛生状態を確認するため細菌検査を実施した。

使用当日朝納品の肉類は、納品時・調理前に関わらず全ての検体から一般生菌が検出され、大腸菌群が検出された肉もあった。

加工品のベーコンは、使用前日納品で冷蔵保管されるが、調理前から一般生菌が検出された。

肉類は納品時すでに一般生菌・大腸菌群が検出される現状がある。

加熱前の肉やドリップは汚染度が高い食品と再認識し、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保管温度や加熱温度の確認を徹底していく事とする。

(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 | 実施施設 | 使用献立 | 調査月 |
|------------------|-------------------|------|---------------|----------------|--------------|-------------|-----------------|---------------|
| 厚揚げ (納品時) | 9.6×10^4 | 陽性 | 8℃ (8:23) | 12℃ (11:30) | 5℃ (冷蔵庫) | 中学校 センター | ピリ辛丼の具 | 6 月 |
| 木綿豆腐 (納品時) | 5.8×10^4 | 陽性 | 9℃ (8:15) | 9℃ (11:35) | 3℃ (冷蔵庫) | 小学校 センター | 豚汁 | 7 月 |
| 木綿豆腐 (納品時) | 4.6×10^3 | 陽性 | 14℃ (8:08) | 18℃ (11:35) | 6℃ (冷蔵庫) | 中学校 センター | 春雨スープ | |
| おから (納品時) | 4.4×10^6 | 陽性 | 11℃ (8:07) | 14℃ (13:10) | 5℃ (冷蔵庫) | 中学校 センター | うの花炒り煮 | 9 月 |
| 焼き豆腐 (納品時) | 1.7×10^4 | 陰性 | 10℃ (8:20) | 11℃ (11:35) | 5℃ (冷蔵庫) | 中学校 センター | すき焼き煮 | 1 1 月 (追跡) |
| 木綿豆腐 (納品時) | 300未満 | 陰性 | 10℃ (8:10) | 7℃ (11:31) | 3℃ (冷蔵庫) | 小学校 センター | 豆腐とわかめ のみそ汁 | |
| 厚揚げ (納品時) | 1.4×10^4 | 陰性 | 9℃ (8:15) | 10℃ (11:30) | 5℃ (冷蔵庫) | 中学校 センター | ピリ辛丼の具 | |
| つきこんにゃく (納品時) | 300未満 | 陰性 | 10℃ (8:03) | 13℃ (11:39) | 3℃ (冷蔵庫) | 小学校 センター | 肉じゃが | |
| 木綿豆腐 (納品時) | 3.1×10^2 | 陰性 | 10℃ (8:10) | 11℃ (11:31) | 4℃ (冷蔵庫) | 小学校 センター | もやしと油揚げ のみそ汁 | |
| おから (納品時) | 300未満 | 陰性 | 12℃ (8:17) | 12℃ (11:35) | 5℃ (冷蔵庫) | 中学校 センター | うの花炒り煮 | |

② 考 察

豆腐類の納品時の衛生状態を確認するため細菌検査を実施した。

豆腐類は、使用当日朝納品である。

身崩れ防止のため浸水状態の木綿豆腐は、以前より菌類が検出されている。

今回は、浸水のない厚揚げ・おからの衛生状態も確認したが、いずれも一般生菌・大腸菌群が検出された。

豆腐類は給食では加熱調理をするが、生食食品であることから業者へ文書指導を行い、追跡として11月に豆腐類の細菌検査を実施した。

追跡では一般生菌が検出された検体もあったが、大腸菌群は全て陰性となった。

豆腐は二次汚染の可能性が高い食品である事を再認識し、取り扱い後の手洗い・加熱温度の確認等衛生管理を徹底していく事とする。

(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 | 実施施設 | 調査月 |
|---------------|-------|------|----------------|----------------|-------------------|---------|-----|
| すいか (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 23℃ (11:18) | 27℃ (11:35) | 室温33℃ (アルミバット) | 小学校センター | 7 月 |
| すいか (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 24℃ (11:13) | 24℃ (11:35) | 室温23℃ (アルミバット) | 中学校センター | |
| パイン缶 (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 17℃ (11:25) | 21℃ (11:37) | 室温21℃ (保冷バット) | 中学校センター | 9 月 |

② 考 察

非加熱献立のすいかとパイン缶喫食時の衛生状態を確認するため細菌検査を実施した。

すいかは3槽流水洗浄後に手切りをして配食し、半数を配食後に手袋の取替え・エプロンの消毒を行っており、全て問題のない結果であった。

パイン缶は、開缶し汁を切ってから配食を行うが、全て問題のない結果であった。

果物の提供にあたっては、衛生面に十分留意し今後も慎重に提供していく事とする。

(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 | 使用献立 | 実施月 |
|-------------------|---------------------|------|----------------|----------------|-------------------|-------------|--------------------|------|
| きゅうり (洗浄前) | 1.8×10 ⁵ | 陽性 | 10℃ (8:00) | 10℃ (11:38) | 5℃ (冷蔵庫) | 中学校 センター | きゅうりの 生姜和え | 6 月 |
| きゅうり (洗浄後) | 1.9×10 ⁴ | 陽性 | 26℃ (8:08) | 9℃ (11:38) | 5℃ (冷蔵庫) | | | |
| ミニトマト (洗浄前) | 1.0×10 ³ | 陰性 | 15℃ (9:10) | 9℃ (13:07) | 3℃ (冷蔵庫) | 小学校 センター | ミニトマト | |
| ミニトマト (洗浄後) | 300未満 | 陰性 | 20℃ (9:15) | 8℃ (13:07) | 3℃ (冷蔵庫) | | | |
| ミニトマト (洗浄前) | 6.0×10 ² | 陰性 | 13℃ (8:10) | 12℃ (11:30) | 5℃ (冷蔵庫) | 中学校 センター | ミニトマト | 7 月 |
| ミニトマト (洗浄後) | 300未満 | 陰性 | 18℃ (8:45) | 13℃ (11:35) | 5℃ (冷蔵庫) | | | |
| キャベツ (洗浄前) | 4.2×10 ³ | 陽性 | 12℃ (8:15) | 13℃ (11:45) | 3℃ (冷蔵庫) | 小学校 センター | ブロッコリーと コーンのサラダ | |
| キャベツ (洗浄後) | 2.7×10 ³ | 陰性 | 17℃ (8:18) | 13℃ (11:45) | 3℃ (冷蔵庫) | | | |
| ミニトマト (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 18℃ (11:18) | 22℃ (11:34) | 室温28℃ (アルミバット) | 小学校 センター | ミニトマト | 9 月 |
| ミニトマト (洗浄前) 追跡 | 300未満 | 陰性 | 5℃ (8:00) | 12℃ (11:28) | 3℃ (冷蔵庫) | 小学校 センター | ミニトマト | 10 月 |
| ミニトマト (洗浄後) 追跡 | 300未満 | 陰性 | 13℃ (9:15) | 10℃ (11:18) | 3℃ (冷蔵庫) | | | |
| カットごぼう (洗浄前) | 300未満 | 陰性 | 8℃ (8:00) | 10℃ (11:35) | 3℃ (冷蔵庫) | 小学校 センター | 五目きんぴら | |
| カットごぼう (洗浄後) | 300未満 | 陰性 | 16℃ (8:20) | 10℃ (11:35) | 3℃ (冷蔵庫) | | | |

② 考 察

野菜類の衛生状態を確認するため洗浄前後と喫食時の細菌検査を実施した。

きゅうりは、洗浄前から一般生菌と大腸菌群が検出され洗浄後もそれ程減少が見られなかった。

キャベツは、洗浄前に一般生菌と大腸菌群が検出されたが、洗浄後に大腸菌群が陰性となった。

以前よりカットごぼうは汚染度が高いが、今回採取した検体は衛生状態がよく洗浄前後共に問題のない結果であった。

非加熱献立のミニトマトは、6～7月は洗浄前に一般生菌が検出されたが、洗浄後には問題のない結果であった。

9月は、洗浄するシンクの拭き取り細菌検査に付随した喫食時を検査したが、問題のない結果であった。

10月は、追跡としてミニトマト洗浄前後の検査を実施したが、衛生状態がよく共に問題のない結果であった。

野菜類の洗浄にあたっては、今後も効果が出るよう洗浄量や水温等にも留意して行う事とする。

(7) 調理済献立

① 検査結果

《サラダ・和え物》

単位： /g

| 項 目 | 一般生菌 | 大腸菌群 | ブドウ球菌 | 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 |
|--------------------------|-------------------|------|-------|----------------|----------------|-------------------|-------------|-----|
| マカロニサラダ (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 9℃ (11:10) | 15℃ (11:33) | 室温27℃ (保冷バット) | 小学校 センター | 6月 |
| ポテトサラダ (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 15℃ (11:15) | 18℃ (11:35) | 室温20℃ (保冷バット) | 中学校 センター | |
| きゅうりの生姜和え (喫食時) | 1.2×10^3 | 陰性 | 陰性 | 16℃ (11:10) | 19℃ (11:38) | 室温20℃ (保冷バット) | 中学校 センター | |
| きな粉団子 (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 12℃ (11:15) | 18℃ (11:40) | 室温20℃ (アルミバット) | 中学校 センター | |
| ブロッコリーとコーンのサラダ (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 15℃ (11:08) | 20℃ (11:45) | 室温33℃ (保冷バット) | 小学校 センター | 7月 |
| 茎わかめのサラダ (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 19℃ (11:15) | 21℃ (11:47) | 室温22℃ (保冷バット) | 中学校 センター | |
| 梅おかか和え (喫食時) | 1.5×10^3 | 陰性 | 陰性 | 18℃ (11:12) | 20℃ (11:30) | 室温21℃ (保冷バット) | 中学校 センター | |
| きゅうりの和え物 (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 17℃ (11:10) | 23℃ (11:35) | 室温36℃ (保冷バット) | 小学校 センター | |
| 小松菜とキャベツのごま和え (喫食時) | 8.2×10^2 | 陰性 | 陰性 | 19℃ (11:20) | 22℃ (11:33) | 室温22℃ (保冷バット) | 中学校 センター | 9月 |
| 白菜のおひたし (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 12℃ (11:16) | 18℃ (11:25) | 室温30℃ (保冷バット) | 小学校 センター | |
| きゅうりの梅おかか和え (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 20℃ (11:20) | 20℃ (11:30) | 室温20℃ (保冷バット) | 中学校 センター | |
| パインゼリー和え (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 10℃ (11:10) | 13℃ (11:30) | 室温27℃ (保冷バット) | 小学校 センター | 10月 |
| きゅうりのピリ辛昆布和え (喫食時) 追跡 | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 14℃ (11:15) | 16℃ (11:23) | 室温19℃ (保冷バット) | 中学校 センター | |
| ナムル (喫食時) 追跡 | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 15℃ (11:15) | 15℃ (11:30) | 室温17℃ (保冷バット) | 中学校 センター | 11月 |
| 海藻サラダ (喫食時) 追跡 | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 14℃ (11:15) | 15℃ (11:37) | 室温17℃ (保冷バット) | 中学校 センター | |

《煮物》

単位： /g

| 項 目 | 一般生菌 | 大腸菌群 | ブドウ球菌 | 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 |
|----------------------|-------------------|------|-------|------------------|----------------|------------------|-------------|-------------|
| ピリ辛丼の具 (調理後) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 85.5℃ (10:40) | 40℃ (11:30) | 室温22℃ (検収室) | 中学校 センター | 6月 |
| 豚汁 (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 62℃ (11:15) | 44℃ (11:35) | 室温34℃ (食缶) | 小学校 センター | 7月 |
| 春雨スープ (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 72℃ (11:15) | 47℃ (11:35) | 室温23℃ (食缶) | 中学校 センター | |
| うの花炒り煮 (喫食時) | 6.2×10^4 | 陰性 | 陰性 | 46℃ (11:20) | 25℃ (13:10) | 室温21℃ (保温バット) | 中学校 センター | 9月 |
| 五目きんぴら (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 38℃ (11:15) | 36℃ (11:35) | 室温26℃ (保温バット) | 小学校 センター | 10月 |
| すき焼き煮 (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 73℃ (11:10) | 40℃ (11:35) | 室温17℃ (食缶) | 中学校 センター | 11月 (追跡) |
| 豆腐とわかめのみそ汁 (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 71℃ (11:05) | 44℃ (11:31) | 室温23℃ (食缶) | 小学校 センター | |
| ピリ辛丼の具 (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 60℃ (11:20) | 54℃ (11:30) | 室温16℃ (食缶) | 中学校 センター | |
| 肉じゃが (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 60℃ (11:03) | 43℃ (11:39) | 室温24℃ (保温バット) | 小学校 センター | |
| もやしと油揚げのみそ汁 (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 67℃ (11:10) | 44℃ (11:31) | 室温24℃ (食缶) | 小学校 センター | |
| うの花炒り煮 (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | 58℃ (11:17) | 34℃ (11:35) | 室温16℃ (保温バット) | 中学校 センター | |

《揚げ物・焼き物・煮物》

単位：／g

| 項 目 | 一般生菌 | 大腸菌群 | 腸炎 ビブリオ | サルモ ネラ菌 | 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 | 場 所 | 調査月 |
|--------------------|-------|------|------------|------------|--------------|----------------|----------------|-------------------|-------------|-----|
| ザンギ (喫食時) | 300未満 | 陰性 | － | 陰性 | 陰性 | 32℃ (11:18) | 27℃ (11:40) | 室温30℃ (アルミバット) | 小学校 センター | 6月 |
| さばの蒲焼き風 (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | － | － | 40℃ (11:13) | 30℃ (11:32) | 室温30℃ (アルミバット) | 小学校 センター | |
| 鶏肉の照り焼き (喫食時) | 300未満 | 陰性 | － | 陰性 | 陰性 | 41℃ (11:15) | 30℃ (11:35) | 室温34℃ (アルミバット) | 小学校 センター | 7月 |
| ほっけ塩焼き (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | － | － | 32℃ (11:12) | 28℃ (11:30) | 室温21℃ (保温バット) | 中学校 センター | |
| ほっけフライ (喫食時) | 300未満 | 陰性 | 陰性 | － | － | 47℃ (11:16) | 41℃ (11:25) | 室温30℃ (アルミバット) | 小学校 センター | 9月 |
| ペネボロネーゼ (喫食時) | 300未満 | 陰性 | － | 陰性 | 陰性 | 54℃ (11:15) | 37℃ (11:35) | 室温32℃ (保温バット) | 小学校 センター | |
| 鶏唐揚げのごまだれ (喫食時) | 300未満 | 陰性 | － | 陰性 | 陰性 | 37℃ (11:20) | 30℃ (11:30) | 室温20℃ (アルミバット) | 中学校 センター | |

②考 察

一般生菌基準は、未加熱処理惣菜基準＝10⁶/g以下、加熱処理惣菜基準10⁵/g以下（食品衛生法規範）である。

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。

《サラダ・和え物》

6～11月に検査したサラダ・和え物喫食時は、全て問題のない結果であった。

6月に検査したきゅうりの生姜和えから基準値内ではあるが一般生菌が検出された。

使用したきゅうりは洗浄前後から一般生菌・大腸菌群が検出されており、加熱調理時に死滅しきれなかった菌類が増殖した可能性があると考えた。

7月もきゅうりを使用した梅おかか和えを検査したが、基準値内ではあるが一般生菌が検出された。

この結果から、菌類が減少するよう意識して洗浄をする事、調理時は菌類が死滅するよう十分に加熱する事を調理員に周知した。

9月に再度きゅうりを使用した梅おかか和えを検査したが、全て問題のない結果であった。

しかし、9月に検査した小松菜とキャベツのごま和えから一般生菌が検出されており、きゅうりに関わらず、野菜類は洗浄時から菌類が減少・調理時には死滅するよう意識し、二次汚染に留意して作業する事とする。

追跡として10・11月に和え物・サラダの検査をしたが、全て問題のない結果であった。

センターで提供するサラダ・和え物は、袋開け・缶開け・加熱・冷却・材料合わせ・調味と作業工程が複雑であり、二次汚染の可能性も考えられることから作業毎の手洗い・温度管理記録の徹底・衛生的な調理と配食を継続して提供していく事とする。

《煮物・揚げ物・焼き物》

6～11月に検査した煮物・揚げ物・焼き物喫食時は、全て問題のない結果であった。

9月に検査したうの花炒り煮から、基準値内とは言え高い数値の一般生菌が検出された。

今回使用したおからは納品時より高い数値の一般生菌と大腸菌群が検出されており、調理時に死滅しきれなかったと推測できる。

菌類が死滅するよう十分に加熱する事を調理員に周知し、追跡として11月に検査したところ、全て問題のない結果であった。

6～9月の豆腐類は納品時から一般生菌や大腸菌群が検出されていたため、業者へ文書指導を行った。

11月に追跡として納品時の豆腐類を検査したため、それらを使用した調理済喫食時を検査した。

全て問題のない結果であった。

今後も衛生管理に留意した作業、十分な加熱と中心温度の確認・記録等継続して行う事とする。

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 | 実施献立 | 調査月 |
|-------------------------|------|---------------------|---------------------|---------------------------|----------|-----|
| たれひしゃく 持ち手 | 配食前 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | さばのかば焼き風 | 6月 |
| | 配食後 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | | |
| カート持ち手 | 配食前 | 10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | | |
| | 配食後 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | | |
| 配食者手 | 配食前 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | すいか | 7月 |
| | 配食後 | 2.7×10 ³ | 3.6×10 ² | 検査範囲 : 100cm ² | | |
| 配食者手 | 配食前 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | きゅうりの和え物 | |
| | 配食後 | 10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | | |
| ひしゃく 持ち手 | 配食前 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | | |
| | 配食後 | 10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | | |
| G釜後ろシンク (消毒後) | 1 槽目 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | ミニトマト | 9月 |
| | 3 槽目 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | | |
| フライヤー後ろ シンク (消毒後) | 1 槽目 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | | |
| | 3 槽目 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | | |
| 配食者手 | 配食前 | 10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | パインゼリー和え | 10月 |
| | 配食後 | 10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | | |
| ひしゃく 持ち手 | 配食前 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | | |
| | 配食後 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | | |

② 考 察

6～10月に実施した拭き取り細菌検査は、7月のすいか配食者手を除いては一般生菌・大腸菌群は基準値内の結果であった。

非加熱献立のすいかは、過去の検査から配食の際半数を終えた時点で手袋の取替・エプロンの消毒をし効果を確認している。

今回も配食者の手の衛生状態を確認するため、配食前後の拭き取り細菌検査を実施した。

配食後の手から一般生菌と大腸菌群が検出された。

拭き取り検査を実施した調理員はすいかの切裁も行っており、すいかを触ったりすいかの水分に触れる機会も多く、配食だけを行った調理員よりも汚染されたと推測できる。

この結果より、切裁者は切裁に専念し、配食する際は手洗い・消毒をしてから携わる事とする。

拭き取り検査に付随した喫食時は、問題のない結果であった。

平成元年に建設された小学校センターは専用の果物シンクがなく、移動シンクを設置するスペースもないため、ミニトマト献立時は当日使用しないシンクを塩素消毒し使用している。

保健所からミニトマト洗浄シンクの指摘があったが、センターの現状では現行の使用方法を継続するしかないと思われる。

そこで洗浄に使用するG釜後ろとフライヤー後ろの3槽シンク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。

フライヤー後ろのシンクは、作業スペース不足等により肉類や魚介類が入った番重を置く事がある。

かねてより細菌検査を実施しているが、肉類や魚介類から一般生菌や大腸菌群が検出される事があっても、サルモネラ・カンピロバクター・腸炎ビブリオは検出された事がないため、シンクからその菌類が検出される確率は低いと思われる。

検査項目は、一般生菌と大腸菌群とし、3槽流水洗浄を行うので、1槽目と3槽目の消毒後の拭き取り検査を実施したが、全て問題のない結果であった。

付随した喫食時も問題のない結果であった。

今後も、ミニトマト献立時には慎重に提供する事とする。

(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 | 実施献立 | 調査月 |
|---------------|-----|------|------|---------------------------|-------|-----|
| お玉持ち手 | 配食前 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | きな粉団子 | 6月 |
| | 配食後 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | | |
| カート持ち手 | 配食前 | 10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | | |
| | 配食後 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | | |
| 配食者手 | 配食前 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | ミニトマト | 7月 |
| | 配食後 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | | |
| 配食者手 | 配食前 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | すいか | |
| | 配食後 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | | |
| 配食者手 | 配食前 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | パイン缶 | 9月 |
| | 配食後 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | | |
| サラダ室扉取手 内側 | 使用前 | <10 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | | |
| | 使用后 | 40 | 陰性 | 検査範囲 : 100cm ² | | |

② 考 察

6～9月に実施した非加熱献立に付随する拭き取り細菌検査は、サラダ室扉取手を除いては一般生菌・大腸菌群は基準値内の結果であった。

9月に実施したパイン缶は、サラダ室で配食を行うため、サラダ室側の扉取手使用前後の拭き取り細菌検査を実施した。

使用後に一般生菌が検出された事から、配食されたバットを乗せたカートを運ぶ際に汚染されたと推測できる。

扉取手は、汚染を避けるため肘で開閉を行っているが、動線を含め再度確認し衛生的な配食を行う事とする。

拭き取り検査に付随した喫食時は問題のない結果であった。

非加熱献立時は、二次汚染に留意し衛生的に提供する事とする。

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に取り組んでいる。

今年度は、地元ＪＡより恵庭産のじゃが芋・大根・キャベツ・南瓜・なすを使用し、新鮮で美味しい地元野菜を通して体に大切な事や感謝の心を育むなど、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

令和６年度は、じゃが芋・人参・大根など１４品目の地元産野菜を使用した。

恵庭産野菜使用量（冷凍野菜を除く）は、全体野菜使用量の１０％であり、札幌市を除く石狩管内の野菜使用量になると２６％であった。

旬の時期には地元産の大根・じゃが芋などを使用し、地元産品の使用拡大に努めている。

○地元産野菜の使用実績と年間数量からの割合(札幌市を除く石狩管内)

| 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 | 12,157 | 69 | 白菜 | 354 | 5 |
| 人参 | 6,292 | 27 | ピーマン | 271 | 15 |
| 大根 | 5,137 | 51 | ほうれん草 | 229 | 15 |
| キャベツ | 3,753 | 39 | なす | 144 | 46 |
| 玉葱 | 2,226 | 8 | ブロッコリー | 140 | 100 |
| 南瓜 | 495 | 100 | ミニトマト | 105 | 11 |
| 小松菜 | 388 | 16 | ごぼう | 89 | 89 |

② 今後の課題

学校給食用食材については、地元産を意識して購入しているが、猛暑や天候不良による不作など近年では思いもよらない事態が起こる事が増えてきた。

衛生管理に細かい配慮が求められる中、天候不良による品質の低下・品薄による規格のばらつきがあるが、極力鮮度のよいものを購入している。

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が、「野菜を身近に感じてもらいたい」という観点から、今後も地元農産物の学校給食利用を勧める事が望ましい。

(2) 学校給食での使用状況

・単位：Kg

〔令和6年度月別野菜等使用実績〕

・主な産地

| 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 | 地元産 使用量 | 地元産使用 割合(%) |
|---------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|------------|----------------|
| じゃが芋 | 1,455 北広島 | 2,310 北広島 | 1,721 羊蹄 | 1,279 茨城 | 785 石狩 | 1,335 恵庭 | 1,809 恵庭 | 1,530 恵庭 | 1,305 石狩 | 1,452 十勝 | 1,628 石狩 | 1,250 倶知安 | 17,859 | 12,157 | 69 |
| キャベツ | 552 愛知 | 1,149 茨城 | 931 伊達 | 830 恵庭 | 354 恵庭 | 769 恵庭 | 1,027 北広島 | 719 和寒 | 1,111 釧路 | 544 愛知 | 1,313 江別 | 544 和寒 | 9,843 | 3,753 | 39 |
| 長葱 | 739 埼玉 | 937 茨城 | 925 茨城 | 760 函館 | 194 函館 | 1,005 函館 | 923 士幌 | 929 函館 | 753 秋田 | 676 茨城 | 766 茨城 | 569 千葉 | 9,176 | 0 | 0 |
| 人参 | 1,422 羊蹄 | 2,253 徳島 | 1,943 茨城 | 5,591 七飯 | 626 石狩 | 1,940 知床 | 2,016 北広島 | 1,977 恵庭 | 1,564 千歳 | 1,453 千歳 | 1,770 愛知 | 1,187 愛知 | 23,742 | 6,292 | 27 |
| ほうれん草 | 107 茨城 | 205 鶴川 | 117 恵庭 | 112 恵庭 | 42 札幌 | 77 札幌 | 180 札幌 | 154 新ひだか | 153 茨城 | 119 群馬 | 128 群馬 | 134 茨城 | 1,528 | 229 | 15 |
| 白菜 | 528 長崎 | 630 茨城 | 570 千歳 | 426 伊達 | 193 知床 | 580 知床 | 748 長沼 | 710 長沼 | 626 茨城 | 760 愛知 | 632 茨城 | 377 茨城 | 6,780 | 354 | 5 |
| きゅうり | 452 埼玉 | 371 千葉 | 501 深川 | 591 深川 | 163 北空知 | 415 岩見沢 | 734 深川 | 321 宮崎 | 386 愛知 | 423 宮崎 | 283 宮崎 | 164 千葉 | 4,804 | 0 | 0 |
| 玉葱 | 1,894 岩見沢 | 3,011 砂川 | 2,591 砂川 | 2,168 岡山 | 1,175 名寄 | 2,644 岩見沢 | 2,396 南幌 | 3,389 栗山 | 1,696 岩見沢 | 2,229 岩見沢 | 2,226 千歳 | 1,527 岩見沢 | 26,946 | 2,226 | 8 |
| 南瓜 | 0 | 0 | 0 | 0 | 130 恵庭 | 365 恵庭 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 495 | 495 | 100 |
| アスパラガス | 0 | 93 函館 | 106 道内 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 199 | 0 | 0 |
| 大根 | 684 千葉 | 1,086 千葉 | 720 恵庭 | 1,177 恵庭 | 368 恵庭 | 807 恵庭 | 1,256 恵庭 | 1,031 北広島 | 772 神奈川 | 741 茨城 | 1,143 神奈川 | 335 神奈川 | 10,120 | 5,137 | 51 |
| ピーマン | 121 宮崎 | 226 宮崎 | 92 長沼 | 129 新冠 | 147 伊達 | 233 伊達 | 155 千歳 | 196 千歳 | 169 宮崎 | 112 宮崎 | 153 宮崎 | 59 宮崎 | 1,792 | 271 | 15 |
| 小松菜 | 211 茨城 | 339 札幌 | 236 茨城 | 147 札幌 | 42 札幌 | 267 札幌 | 270 千歳 | 202 千歳 | 242 茨城 | 128 埼玉 | 224 埼玉 | 71 茨城 | 2,379 | 388 | 16 |
| ごぼう | 209 十勝 | 298 十勝 | 212 十勝 | 258 群馬 | 0 | 284 芽室 | 244 十勝 | 54 穂別 | 256 十勝 | 343 十勝 | 89 千歳 | 190 十勝 | 2,437 | 89 | 4 |
| しょうが | 2 高知 | 5 高知 | 5 高知 | 3 高知 | 0 | 3 高知 | 9 高知 | 3 高知 | 3 高知 | 0 | 0 | 0 | 33 | 0 | 0 |
| ミニトマト | 125 熊本 | 90 熊本 | 125 熊本 | 60 余市 | 0 | 143 余市 | 105 千歳 | 135 熊本 | 0 | 0 | 99 熊本 | 102 熊本 | 985 | 105 | 11 |
| チンゲンツァイ | 145 東川 | 176 札幌 | 59 函館 | 117 札幌 | 0 | 166 札幌 | 165 札幌 | 118 月形 | 132 茨城 | 124 茨城 | 138 茨城 | 50 茨城 | 1,390 | 0 | 0 |
| なす | 0 | 0 | 0 | 59 茨城 | 60 恵庭 | 0 | 126 恵庭 | 0 | 66 熊本 | 0 | 0 | 0 | 311 | 144 | 46 |

・単位：Kg

・主な産地

〔令和6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 | 地元産 使用量 | 地元産使用 割合(%) |
|------------|------------|------------|-------------|-------------|--------------|-------------|--------------|--------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|----------------|
| しめじ | 101 苫小牧 | 193 苫小牧 | 273 苫小牧 | 240 苫小牧 | 64 苫小牧 | 356 苫小牧 | 256 苫小牧 | 218 苫小牧 | 230 苫小牧 | 277 苫小牧 | 242 苫小牧 | 137 苫小牧 | 2,587 | 0 | 0 |
| ブロッコリー | 0 | 0 | 0 | 140 恵庭 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 140 | 140 | 100 |
| えのきたけ | 0 | 24 愛別 | 29 愛別 | 0 | 0 | 0 | 0 | 29 愛別 | 0 | 0 | 0 | 10 愛別 | 92 | 0 | 0 |
| まいたけ | 0 | 36 苫小牧 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 36 | 0 | 0 |
| もやし | 824 苫小牧 | 795 苫小牧 | 906 苫小牧 | 753 苫小牧 | 255 苫小牧 | 570 苫小牧 | 1,057 苫小牧 | 1,030 苫小牧 | 788 苫小牧 | 576 苫小牧 | 860 苫小牧 | 758 苫小牧 | 9,172 | 0 | 0 |
| ズッキーニ | 0 | 0 | 0 | 21 富良野 | 71 美唄 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 92 | 0 | 0 |
| むき枝豆（冷凍） | 64 中札内 | 50 中札内 | 40 中札内 | 31 中札内 | 0 | 82 中札内 | 71 中札内 | 47 中札内 | 92 中札内 | 60 中札内 | 75 中札内 | 20 中札内 | 632 | 0 | 0 |
| 南瓜（冷凍） | 0 | 0 | 0 | 67 道産 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 39 道産 | 0 | 0 | 106 | 0 | 0 |
| 南瓜ペースト（冷凍） | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 177 道産 | 0 | 0 | 177 | 0 | 0 |
| さやいんげん（冷凍） | 70 十勝 | 91 道産 | 183 十勝 | 112 十勝 | 21 十勝 | 119 十勝 | 69 十勝 | 111 十勝 | 130 中札内 | 81 中札内 | 96 十勝 | 102 十勝 | 1,185 | 0 | 0 |
| たもぎ茸（水煮） | 36 南幌 | 0 | 0 | 0 | 0 | 60 南幌 | 0 | 45 南幌 | 0 | 15 道産 | 48 南幌 | 0 | 204 | 0 | 0 |
| 冷凍コーン | 279 道産 | 305 道産 | 387 アメリカ | 227 アメリカ | 223 ポーランド | 53 ポーランド | 266 道産 | 320 道産 | 315 美瑛 | 214 道産 | 318 道産 | 173 道産 | 3,080 | 0 | 0 |
| クリームコーン | 144 道産 | 0 | 177 道産 | 0 | 69 道産 | 0 | 96 道産 | 177 道産 | 0 | 69 道産 | 222 道産 | 0 | 954 | 0 | 0 |
| ふき（水煮） | 0 | 120 道産 | 70 道産 | 0 | 0 | 0 | 0 | 73 道産 | 0 | 0 | 0 | 0 | 263 | 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。

※地元産は石狩管内（札幌市を除く恵庭・北広島・千歳・江別・当別・石狩・新篠津の7市町村）を示す。

4. 食材に対する安全対策

恵庭市では、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。

しかし、近年は天候不良による不作等でやむを得ず外国産を使用する事も増えてきた。また、豚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物のみ使用しており、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

令和5年度 学校給食・食生活に関するアンケート調査結果

1.調査実施期間

令和6年1月16日から1月31日までのいずれか1日間

2.調査対象

市内全小学校の5・6年生

| 学校名 | 恵庭 | 島松 | 柏 | 和光 | 松恵 | 若草 | 恵み野 | 恵み野旭 | 合計 |
|-----|-----|-----|-----|-----|----|-----|-----|------|-------|
| 人数 | 191 | 109 | 120 | 205 | 30 | 168 | 99 | 137 | 1,059 |

市内全中学校の1・2年生

| 学校名 | 恵庭 | 恵北 | 恵明 | 柏陽 | 恵み野 | 合計 |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------|
| 人数 | 213 | 103 | 351 | 157 | 212 | 1,036 |

3.調査方法

Chrome bookを活用したGoogleformsによる調査

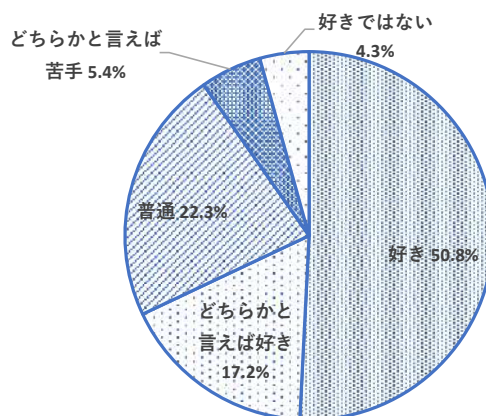
4.調査内容及び結果・考察

次ページ以降に掲載

Q1 給食は好きですか。

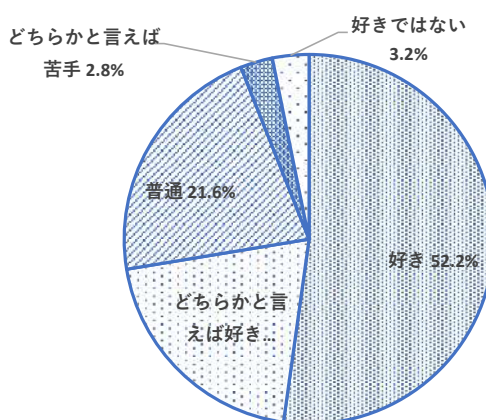
○小学校／回答数1,059件

| | |
|------------|-------|
| 好き | 50.8% |
| どちらかといえば好き | 17.2% |
| 普通 | 22.3% |
| どちらかといえば苦手 | 5.4% |
| 好きではない | 4.3% |
| | 1.00 |



○中学校／回答数1,036件

| | |
|------------|-------|
| 好き | 52.2% |
| どちらかといえば好き | 20.2% |
| 普通 | 21.6% |
| どちらかといえば苦手 | 2.8% |
| 好きではない | 3.2% |
| | 1.00 |



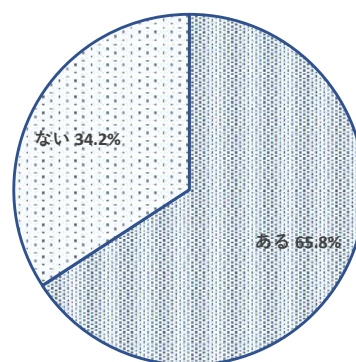
小学校、中学校ともに「好き」「どちらかといえば好き」と答えている児童・生徒が多く小学生で74%、中学生で72.4%という結果であった。また「どちらかといえば苦手」「好きではない」と答えている小学生は9.7%、中学生は6%と低い数値ではあるが、何らかの理由で苦手意識を持っている児童・生徒がいることがわかった。

Q2 給食は残すことはありますか。

○小学校／回答数1,059件

| | |
|--|-------|
|  ある | 65.8% |
|  ない | 34.2% |

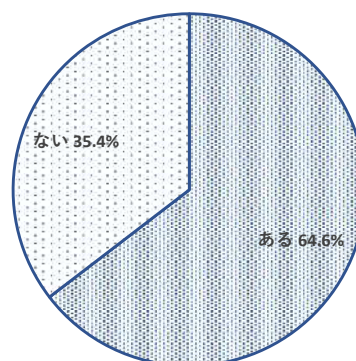
1.00



○中学校／回答数1,036件

| | |
|--|-------|
|  ある | 64.6% |
|  ない | 35.4% |

1.00

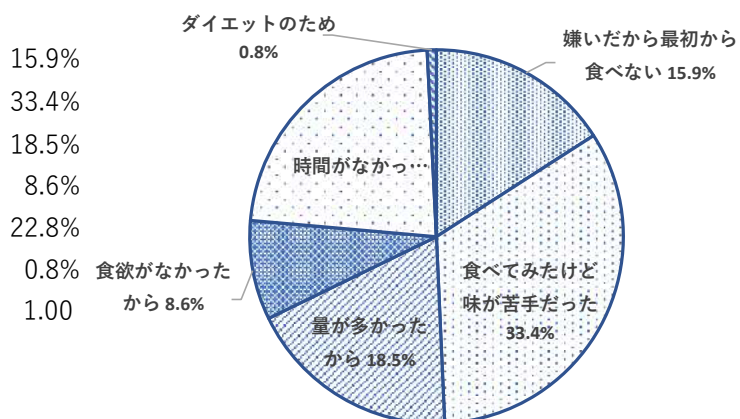


給食を残すことが「ある」と回答した小学生は65.8%、中学生は64.6%と同じくらいの値であった。
その背景にはいろいろな要因が考えられるが、その日の気候や自身の体調・気分時間的な要因があると考えられる。

Q3 給食を残すことが「ある」と答えたひとは、その理由を教えてください。

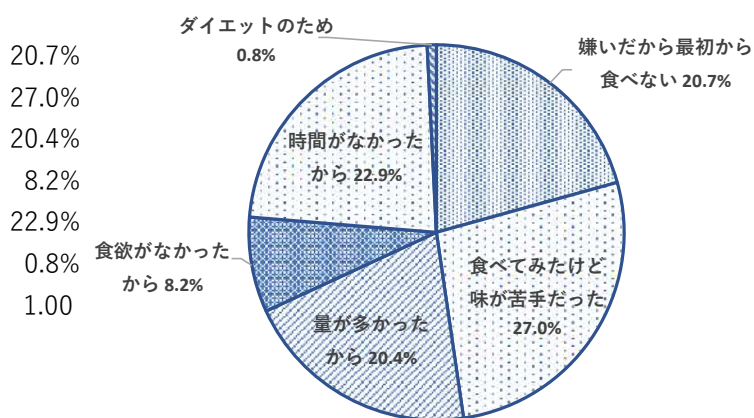
○小学校／回答数698件

| | |
|----------------|-------|
| 嫌いだから最初から食べない | 15.9% |
| 食べてみたけど味が苦手だった | 33.4% |
| 量が多かったから | 18.5% |
| 食欲がなかったから | 8.6% |
| 時間がなかったから | 22.8% |
| ダイエットのため | 0.8% |



○中学校／回答数667件

| | |
|----------------|-------|
| 嫌いだから最初から食べない | 20.7% |
| 食べてみたけど味が苦手だった | 27.0% |
| 量が多かったから | 20.4% |
| 食欲がなかったから | 8.2% |
| 時間がなかったから | 22.9% |
| ダイエットのため | 0.8% |








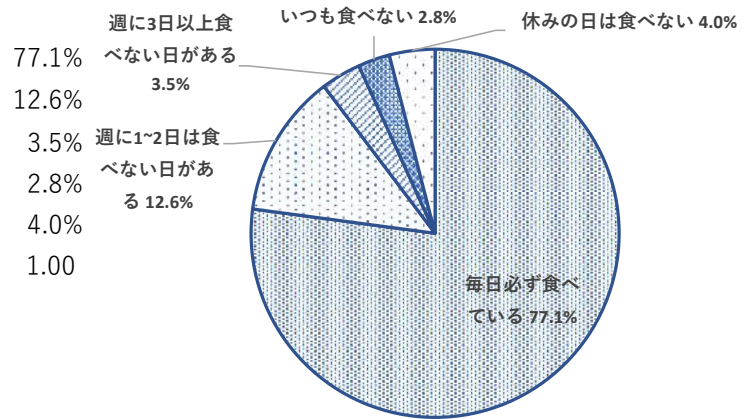
小学校、中学校ともに「食べてみたけど味が苦手だった」と答えが最も多く、小学生で33.4%、中学生で27%であった。小中学生は味覚の形成が行われる大切な時期であり、特に小学生期は味覚も発達途中であるといわれている。今後成長するに伴って味覚の幅が広がることを踏まえ苦手なものでも一口は食べるように指導していきたい。また次に多いのが小・中ともに時間がないことを理由に挙げている。喫食時間を確保することを目標に配膳などの指導を行っているが限界を感じることもあり、給食時間そのものの時間の設定を検討する必要性を感じている。

第3位に小学生は「量が多かったから18.5%、中学生は「嫌いだから最初から食べない」20.7%、第4位に小学生は「嫌いだから最初から食べない」15.9%、中学生は「量が多かったから」20.4%という結果であった。3位4位については小・中前後するが、今後食に関する指導において体のことを考えた食べ方や体に必要な量などについても指導を継続していきたいと考える。また気になる点として中学生のみならず小学生においてもダイエットを意識した食べ方をしている状況も見えるため、成長期におけるダイエットの危険性についても指導していくこととする。






Q4 朝ごはんを食べていますか。

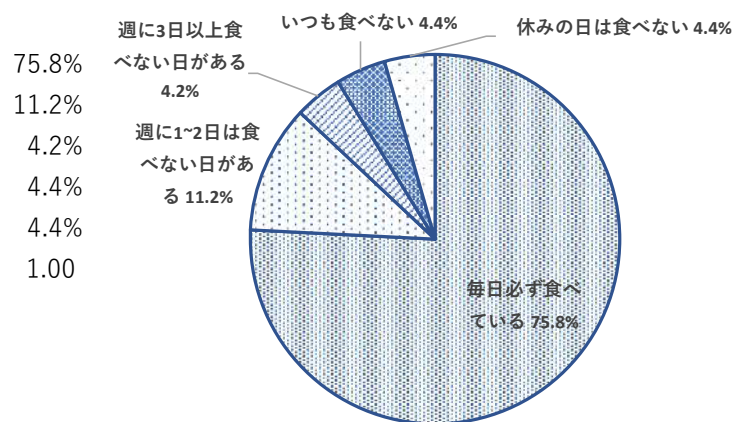
○小学校／回答数1,059件

-  毎日必ず食べている
-  週に1~2日は食べない日がある
-  週に3日以上食べない日がある
-  いつも食べない
-  休みの日は食べない



○中学校／回答数1,036件

-  毎日必ず食べている
-  週に1~2日は食べない日がある
-  週に3日以上食べない日がある
-  いつも食べない
-  休みの日は食べない



「毎日必ず食べている」と回答した児童は77.1%、生徒は75.8%であった。これは全国学力・学習状況調査の結果と比べても低い傾向にある。

（全国学力・学習状況調査：小学校84%、中学校78.8%）また「いつも食べない」と回答した児童は2.8%、生徒は4.4%であった。この結果から、食べないことが習慣化していることが懸念される。

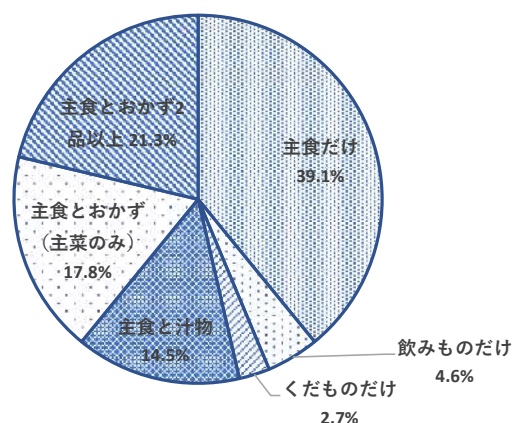
また休みの日において朝ごはんを食べない児童4.0%、生徒で4.4%であり生活リズムが乱れていることがうかがえる。

朝食の大切さについては、食に関する指導の中でも触れてきているが、家庭の協力が必要不可欠であるため、家庭への啓発が重要と考える。

Q5 今日の朝ごはんには、何を食べてきましたか。

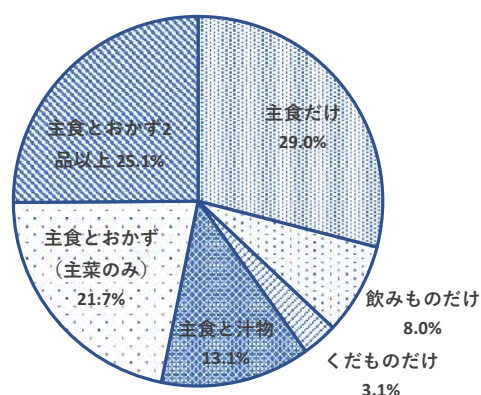
○小学校／回答数1,059件

| | |
|---------------------------------|-------|
| 主食だけ | 39.1% |
| 飲みものだけ | 4.6% |
| くだものだけ | 2.7% |
| 主食と汁物 | 14.5% |
| 主食とおかず（主菜のみ） | 17.8% |
| 主食とおかず2品以上 （主菜と副菜、汁物、デザートなど） | 21.3% |
| | 1.00 |



○中学校／回答数1,036件

| | |
|---------------------------------|-------|
| 主食だけ | 29.0% |
| 飲みものだけ | 8.0% |
| くだものだけ | 3.1% |
| 主食と汁物 | 13.1% |
| 主食とおかず（主菜のみ） | 21.7% |
| 主食とおかず2品以上 （主菜と副菜、汁物、デザートなど） | 25.1% |
| | 1.00 |








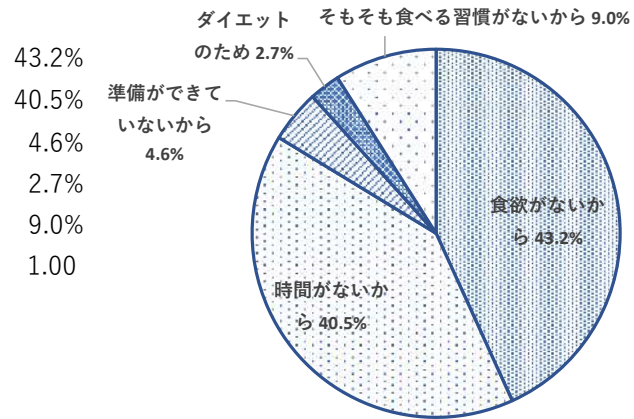
「主食だけ」と回答した児童は39.1%、生徒は29%であった。昨年度の調査では児童33.4%、生徒29.9%であり、児童の割合が若干増えていることが懸念される。

また、「主食とおかず2品以上」を食べている児童は21.3%、生徒は25.1%であった。小学5年生を対象とした食に関する指導では、「朝ご飯の大切さを知ろう」をテーマに、また中学3年生においても、「受験期の食事の大切さ」をテーマに朝食についてもふれており、児童・生徒自らが考え、そして実生活に結び付けていけるように指導を行っていきたい。






Q6 朝ごはんをたべないことがあるひとは、その理由を教えてください。

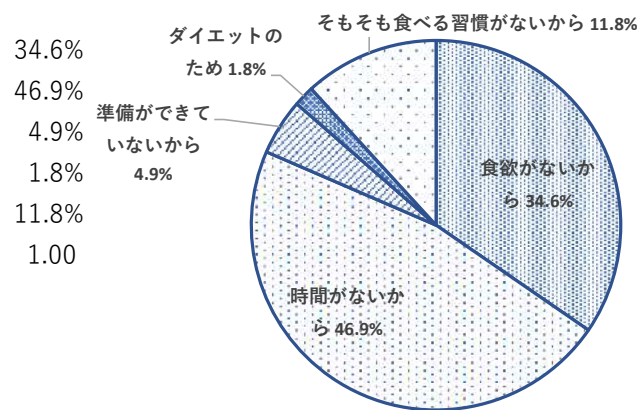
○小学校／回答数222件

-  食欲がないから
-  時間がないから
-  準備ができていないから
-  ダイエットのため
-  そもそも食べる習慣がないから



○中学校／回答数228件

-  食欲がないから
-  時間がないから
-  準備ができていないから
-  ダイエットのため
-  そもそも食べる習慣がないから



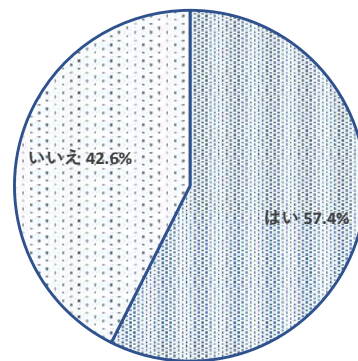
食べない理由として小学校、中学校ともに「時間がないから」という回答が最も多く児童で40.5%、生徒で46.9%であった。起床時間が遅くなり時間がないことが推測されるが背後に就寝時間との関連性もあることが懸念される。また次いで多かった「食欲がないから」と回答した児童は43.2%、生徒は34.6%であった。夕食の時間が遅いことや、また寝るまでの間に間食や夜食をとっていることが推測される。次に「準備ができていない」「そもそも食べる習慣がない」という回答も児童9%、生徒11.8%と決して少ない値とはなっておらず家庭への食の啓発もあわせて実施する必要性を感じた。

Q7 夜は22時までに寝ていますか。

○小学校／回答数1,059件

| | |
|-----|-------|
| はい | 57.4% |
| いいえ | 42.6% |

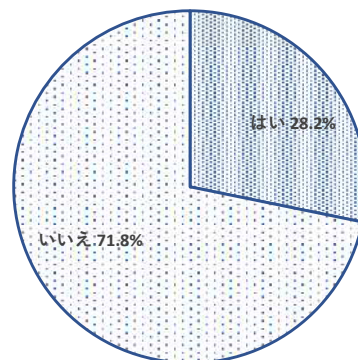
1.00



○中学校／回答数1,036件

| | |
|-----|-------|
| はい | 28.2% |
| いいえ | 71.8% |

1.00

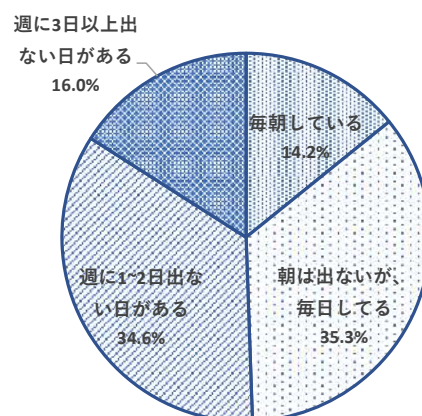


夜22時までに寝ている児童は57.4%、生徒は28.2%であった。小・中学生に必要な睡眠時間を考えると22時までに就寝することが必要であるが、朝ご飯を食べない理由に「時間がないから」と回答していたことの関連性も考えられることから、生活リズムの重要性などを含め総合的な生活バランスの指導が必要であると考え。

Q8 朝、排便はありますか。

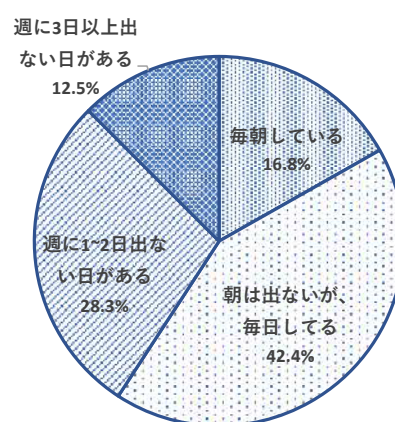
○小学校／回答数1,059件

| | |
|---------------|-------|
| 毎朝している | 14.2% |
| 朝は出ないが、毎日してる | 35.3% |
| 週に1~2日出ない日がある | 34.6% |
| 週に3日以上出ない日がある | 16.0% |
| | 1.00 |



○中学校／回答数1,036件

| | |
|---------------|-------|
| 毎朝している | 16.8% |
| 朝は出ないが、毎日してる | 42.4% |
| 週に1~2日出ない日がある | 28.3% |
| 週に3日以上出ない日がある | 12.5% |
| | 1.00 |



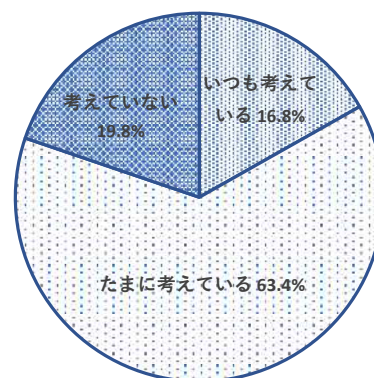
「毎朝している」と回答した児童は14.2%、生徒が16.8%であった。「朝は出ないが毎日している」と回答した児童35.3%、生徒で42.4%という結果であった。

一方で「週に3日以上でない日がある」と回答した児童が16%、生徒で12.5%と排便障害を抱えている児童生徒の割合は少なくない。生活リズムを整えることの重要性を伝え、少しでも改善できるよう指導していきたい。

Q9 自分のからだや健康のことを考えて食事をしていますか。

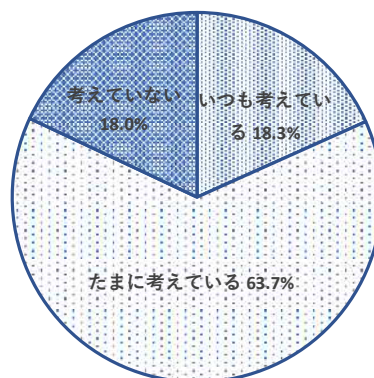
○小学校／回答数1,059件

| | |
|----------|-------|
| いつも考えている | 16.8% |
| たまに考えている | 63.4% |
| 考えていない | 19.8% |
| | 1.00 |



○中学校／回答数1,036件

| | |
|----------|-------|
| いつも考えている | 18.3% |
| たまに考えている | 63.7% |
| 考えていない | 18.0% |
| | 1.00 |



「いつも考えている」と回答した児童が16.8%、生徒は18.3%であった。また「たまに考えている」児童が63.4%、生徒は63.7%であった。食育の授業を通じて体のことを考えた食べ方の重要性について指導しているため、何かしら意識した食べ方が定着しつつあるものの、その一方で考えていないと回答する児童19.8%、生徒18%であったため、意識した食べ方を常に心がけることができるように、今後も継続した指導を行っていききたい。

最後に・・・

今回の調査においていろいろな面で課題があることがわかり、課題解決のための取り組みなど目指すところが明らかとなった。また家庭での連携については難しい面も多いが、発信していくことが重要と考える。将来自分の健康を維持するために必要な知識を伝え、またそれを自分の中でどのように活用していくのかという部分において気づき、考え、実行する力となるよう指導していききたい。

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 |
| 4/10 | 0.15 | 0.16 |
| 4/22 | 0.17 | 0.14 |
| 5/2 | 0.17 | 0.17 |
| 5/16 | 0.19 | 0.16 |
| 6/4 | 0.20 | 0.22 |
| 6/17 | 0.16 | 0.15 |
| 7/1 | 0.21 | 0.19 |
| 7/19 | 0.19 | 0.20 |
| 8/26 | 0.15 | 0.17 |
| 9/12 | 0.17 | 0.16 |
| 9/25 | 0.18 | 0.19 |
| 10/4 | 0.17 | 0.15 |
| 10/17 | 0.15 | 0.17 |
| 11/1 | 0.15 | 0.17 |
| 11/15 | 0.15 | 0.15 |
| 12/2 | 0.15 | 0.17 |
| 12/16 | 0.12 | 0.16 |
| 1/15 | 0.15 | 0.17 |
| 1/22 | 0.15 | 0.16 |
| 2/3 | 0.15 | 0.14 |
| 2/17 | 0.15 | 0.17 |
| 3/3 | 0.15 | 0.17 |
| 3/21 | 0.15 | 0.17 |

＜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 |
| 4/10 | 0.19 | 0.18 |
| 4/22 | 0.19 | 0.16 |
| 5/2 | 0.16 | 0.17 |
| 5/16 | 0.19 | 0.20 |
| 6/4 | 0.24 | 0.19 |
| 6/17 | 0.19 | 0.21 |
| 7/1 | 0.21 | 0.22 |
| 7/19 | 0.22 | 0.21 |
| 8/26 | 0.20 | 0.22 |
| 9/12 | 0.24 | 0.19 |
| 9/25 | 0.23 | 0.20 |
| 10/4 | 0.21 | 0.22 |
| 10/17 | 0.21 | 0.23 |
| 11/1 | 0.22 | 0.19 |
| 11/15 | 0.24 | 0.21 |
| 12/2 | 0.21 | 0.23 |
| 12/16 | 0.19 | 0.21 |
| 1/15 | 0.21 | 0.20 |
| 1/22 | 0.22 | 0.21 |
| 2/3 | 0.20 | 0.19 |
| 2/17 | 0.22 | 0.20 |
| 3/3 | 0.19 | 0.21 |
| 3/21 | 0.20 | 0.18 |

◎厚生労働省基準 ・ 残留塩素（遊離塩素量）0.1mg/l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。

平成20年度より北海道文教大学と共催で定期的実施しており、今回で13回目の開催となる（令和2年度は新型コロナウイルス感染症感染拡大のため未実施）。

② 実施概要

| | |
|------|---|
| 開催日時 | 令和6年12月21日（土）10:00～（受付9:30～） |
| 会場 | 北海道文教大学 1号館 第2調理実習室、実習食堂 |
| 募集対象 | 市内小学1～3年生・保護者 |
| 募集定員 | 32人（16組） |
| 参加人数 | 児童16人・保護者16人 |
| テーマ | 「クリスマス料理に挑戦しよう！」 |
| 実施献立 | パン格拉タン・コーンドレッシングのサラダ・クリスマスオムレット・カルピス（ソーダ） |

| | | |
|------|-------------|----------------------|
| 実施日程 | 10月30日 | 北海道文教大学と日程調整・開催要項等作成 |
| | 11月28日 | 開催（申込）案内文配布 |
| | 12月2日～12月4日 | 参加申込受付 |
| | 12月5日 | 抽選実施・当選者メール通知 |
| | 12月21日 | 料理教室当日 |

| | | |
|------|-------|-----------------------------|
| 当日進行 | 9:30 | 受付 |
| | 10:00 | 開会式・挨拶・実習前説明 |
| | 10:10 | 調理実習開始 |
| | 12:00 | 調理終了・食堂配膳準備 |
| | 12:10 | 喫食・食育ボランティア愛好会によるクリスマス料理クイズ |
| | 13:00 | 閉会式・挨拶・後片付け |
| | 13:30 | アンケート回収・解散 |

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 共催

『食育教室2024第5回』

クリスマス料理に挑戦しよう!



〈日 時〉 **12月21日(土)** 10:00~13:30

〈参加費〉 無料

〈会 場〉 北海道文教大学(恵庭市黄金中央5丁目196番地1)

〈対 象〉 小学1~3年生とその保護者1名

〈定 員〉 16組32人 ※応募者多数の場合は抽選します。

〈申込受付期間〉

12月2日(月) 8:30 ~ 12月4日(水) 16:00

〈申込方法〉 QRコードまたはURLから、お申し込みください。

URL: <https://www.harp.lg.jp/d20Ka008>

※電話・郵送での申し込みは受け付けできません。

〈問い合わせ先〉 恵庭市学校給食センター

電話 0123-32-6620

詳しくは裏面をご覧ください。



※QRコードは、チラシ・ポスターの裏面に貼付します。

北海道文教大学『食育教室 2024』第 5 回 開催要項

| | |
|--------|--|
| 目 的 | <p>恵庭市では、平成 17 年に施行した食育基本法に基づく第 3 次食育推進計画を平成 30 年度に策定し、食育を積極的に推進しています。また北海道文教大学においても、高等教育機関として、地域の方々へ食育を推進していくために、子どもたちに向けた『食育教室』を開催しています。</p> <p>『食育教室 2024』は、児童・生徒への食育推進を目的として、北海道文教大学、恵庭市学校給食センターと一般財団法人恵庭市学校給食協会が共催で開催します。</p> |
| 主 催 | 北海道文教大学 人間科学部健康栄養学科 |
| 共 催 | 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 |
| 日 時 | 令和 6 年 12 月 21 日 (土) 10:00~13:30 (受付 9:30~) |
| 会 場 | 北海道文教大学 1 号館 第 2 調理実習室、実習食堂 |
| 募集対象 | 市内小学 1・2・3 年生及びその保護者 1 名 |
| 募集人数 | <p>16 組 32 人</p> <p>※応募者多数の場合は、恵庭市学校給食センターにて抽選を行い、参加者を決定させていただきます。</p> <p>※抽選結果にご兄弟、ご友人関係等は考慮できませんのでご了承ください。</p> |
| 参 加 費 | 無 料 |
| 持 ち 物 | マスク・エプロン・三角巾・上履き・手ふきタオル・筆記用具 |
| 内 容 | <p>テーマ/クリスマス料理に挑戦しよう！</p> <p>メニュー/パングラタン・コーンドレッシングのサラダ・クリスマスオムレット・カルピス（ソーダ） ※メニューには、乳・小麦・卵を使用します。</p> |
| 申込方法 | <p>表面の QR コードをスマホ等で読み取るか、直接 URL から申込ページにアクセスし、必要情報を入力・送信することで申し込みとなります。</p> <p>申込受付期間：12 月 2 日 (月) 8:30 ~ 12 月 4 日 (水) 16:00</p> <p>※電話・郵送での申し込みは受け付けておりません。</p> <p>※当日は、施設の都合上、参加する児童・保護者以外の見学等はできませんのでご了承ください。</p> |
| 問い合わせ先 | <p>恵庭市学校給食センター 電話 0123-32-6620</p> <p>【問い合わせ時間（電話）8:00~16:30 土・日・祝日除く】</p> |

【パングラタン】

<6人分>

- 食パン(6枚切り) 2枚
- 鶏肉 120g
- たまねぎ 1個
- ブロッコリー 100g
(ひとり2~3房)
- バター 48g
- 薄力粉 36g(大さじ4)
- 牛乳 400ml
- 塩コショウ 適量
- ピザ用チーズ 10g



<作り方>

1. 食パンは一口大に切る。
2. 鶏肉は一口大、玉ねぎは薄切りにする。
3. ブロッコリーは、小房に分けて茹でる。
4. フライパンにバターを入れて少し溶けたら、たまねぎと鶏肉を炒める。
5. たまねぎが透明になり、水気がなくなるまで炒めたら、薄力粉を粉ふるいなどで濾しながら振り入れて、焦げないように弱火で3分程度炒める。
6. 牛乳を3回に分けて加えて、その都度木べらで混ぜ合わせて塩コショウで味を整える。
7. グラタン皿にパンとブロッコリーをいれ、6のホワイトソースをいれる。
8. 余熱をした200℃のオーブンで15分加熱する。

【カルピスソーダ】

<1人分> 当日は班の人数分作ります

- カルピス 30ml
- ソーダ 150ml

<作り方>

1. コップにカルピス原液を30ml入れる。
 2. ソーダを注いで完成。
- ※フルーツジャムなどを加えるのもよいです。



【サラダ～コーンドレッシング～】

<6人分>

- レタス 200g
- ベビーリーフ 160g
- パプリカ(赤・黄) 各 1/8 個
- ミニトマト 4 個
- ピアソーセージ 3 枚
- スライスチーズ 3 枚
- (ドレッシング)
- コーンスープの素 一袋◎
- お湯 大さじ2◎
- 牛乳 大さじ1
- オレンジジュース 大さじ1
- 酢 小さじ 1/2

- オリーブオイル 大さじ1
- 塩 少々

<作り方>

1. レタスは一口大にちぎり、パプリカは薄切りにして、ベビーリーフと共にボウルに合わせておく。
2. ミニトマトを4当分に切る。
3. ソーセージとスライスチーズを好きな形に抜く。
4. コーンスープをお湯で溶かす(◎の材料)
5. 4にその他の調味料を混ぜ合わせ、塩で味をととのえる。
6. 5で作った合わせ調味料を1の野菜と和えて、皿に盛り付ける。
7. 型を抜いたソーセージ、スライスチーズ、ミニトマトを飾って完成。



【おむれっと】

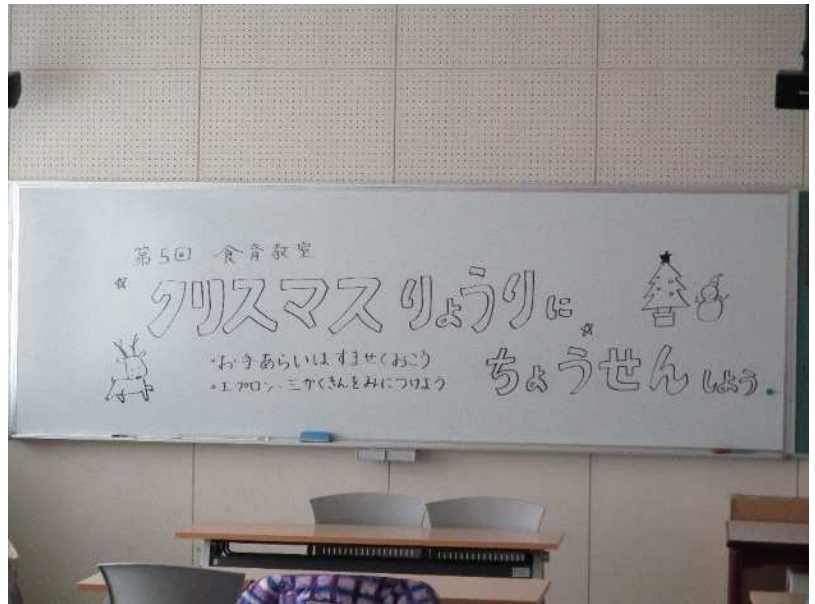
<6 個分>

- ホットケーキミックス 100g
- 牛乳 100ml
- 卵 M1 個
- サラダ油 大さじ 1
- 苺 18粒(1人3粒)
- ホイップクリーム 適量
- 苺ジャム 適量(デコレーション用)
- 星形シュガー、チョコチップ 適量(デコレーション用)

<作り方>

1. ボウルに卵を割り入れ、よく溶きほぐす。
2. 1にホットケーキミックス、牛乳を入れてよく混ぜる。
3. フライパンにサラダ油を入れて馴染ませたあと、2の生地を少量ずつとって丸く伸ばす。
生地が焼けたらフライパンから取り出し、少し冷ます。
4. いちごサンタを作る。
5. 3の上にいちごジャムとホイップクリームを絞り、いちごやいちごサンタをサンドする。
6. 最後に星形シュガーやチョコチップ等でデコレーションして完成。







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

令和6年5月31日（金）～6月13日（木） えにあす 1階図書館前廊下

令和6年6月18日（火）～7月12日（金） 図書館本館1階

令和6年7月20日（土）口腔衛生キャンペーン 市民会館 2階

令和6年11月18日（金）恵庭市食育講演会 えにあす 2階会議室8

③ 展示内容

パネル展示 「恵庭の食育」



(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 実施概要

令和6年11月18日（金）に保健センターが主催し開催した「@恵庭市食育講演会」の会場にて、給食のパネル展示を実施。

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・中学校の家庭に配布

| | |
|-------------|--------------|
| ・食育だより（４月） | 令和６年　４月　８日発行 |
| ・食育だより（５月） | 令和６年　４月２６日発行 |
| ・食育だより（６月） | 令和６年　５月２９日発行 |
| ・食育だより（７月） | 令和６年　６月２８日発行 |
| ・食育だより（８月） | 令和６年　８月１８日発行 |
| ・食育だより（９月） | 令和６年　８月２９日発行 |
| ・食育だより（１０月） | 令和６年　９月２７日発行 |
| ・食育だより（１１月） | 令和６年１０月２７日発行 |
| ・食育だより（１２月） | 令和６年１１月２８日発行 |
| ・食育だより（１月） | 令和６年１２月２０日発行 |
| ・食育だより（２月） | 令和７年　１月２９日発行 |
| ・食育だより（３月） | 令和７年　２月２７日発行 |



4月 食育だより



きゅうしよく

給食はじまりまーす!



恵庭市学校給食センター

入学・進級おめでとう



うららかな春の日差しのもと、ピカピカの新入生を迎え、新年度が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。4月は、新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て、朝食をしっかりと食べてから登校することが大切です。

今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう職員・丸となって取り組んでまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願い致します。



「学校給食」は **生きた教材** です!



● 学校給食の目標 (「学校給食法」第2条より) ●

- 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。



● 給食には、たくさんの学びが詰まっています ●





5月食育だより



生活リズムを見直そう



新緑が目に見え、鮮やかな季節となりました。子どもたちは新しい環境にも慣れてきたようで、給食の準備や後片付けを協力してスムーズに進めている様子が見られます。

新年度が始まって1か月がたちましたが、心や体に疲れが出ていないでしょうか？ 朝なかなか起きられなかったり、日中ボーッとしたり、食欲がないなど、気になる症状がある場合は、生活リズムを見直してみましょう。

生活リズムを整えるためのポイント



| | | | | |
|--------------------|---|-------------------|----------------------|--|
| <p>起きたら、朝日を浴びる</p> | <p>朝食をよくかんで食べる</p> <p>朝食後に、トイレへ行く習慣をつけましょう。</p> | <p>昼間は外で体を動かす</p> | <p>食事は決まった時間に食べる</p> | <p>早めに布団に入る</p> <p>寝る前に、ゲーム機やスマホを見るのはやめましょう。</p> |
|--------------------|---|-------------------|----------------------|--|

学校給食の食事内容について



給食は残さず
食べなくちゃ
いけないの？



学校給食の献立は、文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づき、栄養士が作成しています。1日に必要な栄養量の1/3程度を基本に、不足しがちなカルシウムやビタミン類は多めにとれるよう考慮し、食材や調理方法を工夫して提供します。残さず食べることで、必要な栄養をしっかりとることができますので、食べられる人は、盛り付けられた量を食べ切るよう心がけましょう。

苦手な食べ物があったり、食べられる量が少なかったり、給食を食べることに不安を感じている人は、無理をしなくて大丈夫です。成長するにつれて、だんだんと食べられるようになりますので、少しずつ慣れていきましょう。

★協力して準備をし、食べる時間を長くとれるようにすることが大切です。

★楽しい雰囲気で食べると、よりおいしく感じます。





6月食育だより



恵庭市学校
給食センター

安全に楽しく給食を食べるために

食べることはごく当たり前のことで、「かんで飲み込む」という動作を意識しながら食べている人はあまりいないかもしれません。ですが、食べ物の形状によっては、よくかまずに飲み込んでしまうと窒息する危険性があります。給食を安全に楽しく食べるために、以下のことに気をつけましょう。



食べるときに注意が必要な食品



球形のもの・つるつるしたもの



粘着性が高いもの・だ液を吸うもの



★よくかめない人は、箸やスプーンで小さくする、パンは一口大にちぎる、口に詰め込み過ぎないなど、特に気をつけて食べましょう。





7月食育だより

恵庭市学校給食センター

熱中症予防に「水分補給」と「朝ごはん」!



ジリジリと照りつける強い日差しに、本格的な夏の到来を感じます。この時期、特に気をつけなくてはいけないのが熱中症です。“いつでも・どこでも・誰でも”発症する可能性があり、重症化すると命を落とすこともあります。熱中症予防のために、日ごろから体調を整え、こまめな水分補給を心がけることが大切です。また、睡眠不足や朝ごはん抜きの方は、熱中症のリスクが高まります。早寝・早起きをし、必ず朝ごはんを食べましょう。



水分補給のポイント

水分補給の基本は水や麦茶で、汗をかいたときにはスポーツドリンクなども利用しましょう。



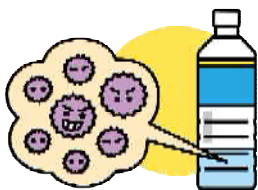
のどが渇いた
と感じる前に
飲む



コップ1杯程度を
こまめに
飲む



汗をたくさん
かいたときには
塩分も一緒に
とる



ペットボトルは、飲みかけのまま放置すると細菌が増えて、食中毒を起こす危険性があります。口をつけたら早めに飲み切るようにしましょう。



水筒は、持ち帰ったらパッキン類を取り外して、それぞれ洗剤でよく洗い、しっかり乾かしましょう。



今月の恵庭産野菜使用予定

大根⇒小学校：2,16日、中学校：2,16日
キャベツ⇒小学校：10,25日、中学校：25日
ブロッコリー⇒小学校：25日、中学校：17日

月
日
()
日直



のっぽろぐりーんなくらぶ
野幌緑菜倶楽部より



旬のブロッコリーが寄贈されます

恵庭の子どもたちに自分たちの住んでいるところで「おいしいブロッコリーがたくさんとれる」ことを知ってほしいと、今年も野幌緑菜倶楽部(のっぽろぐりーんなくらぶ)から恵庭産の旬のブロッコリーが寄贈されることになりました。

おいしく調理して子どもたちに届けたいと思っていますので、楽しみにしてください。

8 月食育だより



8月31日は、「8（や）・3（さ）・1（い）」の語呂合わせから制定された「野菜の日」です。厚生労働省が提唱する「健康日本21（第二次）」では、成人で1日350g以上の野菜を食べることが勧められていますが、全年代で不足している現状があります。今より一品多く野菜料理をとることを意識しましょう。



忙しい時には、カット野菜や冷凍野菜を利用すると、手軽に野菜をとることができます。



| 今月の恵庭産野菜使用予定 | | 月 |
|----------------------|--|-----|
| 大根⇒小学校：29日 | | 日 |
| じゃがいも⇒小学校：26.27.29日 | | () |
| かぼちゃ⇒小学校：30日、中学校：28日 | | 日直 |
| キャベツ⇒小学校：28日、30日 | | |



9月食育だより

恵庭市学校給食センター



「ローリングストック」で無理のない備蓄を！

9月1日は「防災の日」です。みなさん、日頃から災害への備えはできていますか。夏から秋にかけては、台風が特に多く発生する時期です。停電や断水を想定して、水や食料品を準備しておきましょう。日常的に、食料品を少し多めに買い置きし、使ったら買い足す「ローリングストック」を実践することで、無理なく備えることができます。



ローリングストックのポイント

備える

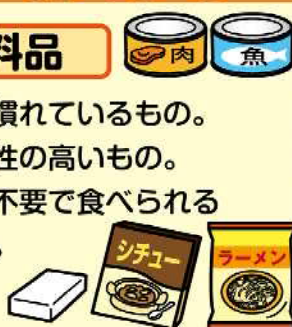
水

- 1人1日3リットル × 3日分以上必要。



食料品

- 食べ慣れているもの。
- 保存性の高いもの。
- 調理不要で食べられるもの。



その他

- ポリ袋、ラップ、アルミホイル、ウェットティッシュ、使い捨て容器など。
- カセットコンロ・ボンベ。



買う・買い足す

- 家族の人数や好み、栄養バランスを考える。
- 使った分を買い足す。



食べる・使う

- 賞味期限が切れる前に消費する。
- 古いものから使う。



おしらせ

地産地消

今月の恵庭産野菜使用予定

大根⇒小学校：20日
キャベツ⇒中学校：27日
かぼちゃ（えびす）⇒中学校：6日、20日
じゃが芋⇒小学校：13、20日



10月食育だより



恵庭市学校
給食センター

目の健康に役立つ食べ物とは？



10月10日は「目の愛護デー」です。目の健康に関わる栄養素や機能性成分には、「ビタミンA」のほか、緑黄色野菜に多く含まれる色素成分「カロテノイド」の一種、「β-カロテン」「ルテイン」「ゼアキサンチン」などがあります。

β-カロテンは、体内で効率よくビタミンAに変換され、目の健康維持に役立ちます。ルテインとゼアキサンチンは、目を構成する成分で、光による刺激から目を保護する網膜色素を増加させると考えられています。

ビタミンA を多く含む



レバー



うなぎ



ぎんだら



卵(卵黄)

ルテイン を多く含む



ほうれん草



ブロッコリー

β-カロテン を多く含む



にんじん



ほうれん草



かぼちゃ



しゅんぎく

ゼアキサンチン を多く含む



トウモロコシ



パプリカ



お知らせ

地産地消



今月の恵庭産野菜使用予定

大根⇒小学校：4日 中学校：4日

ナス⇒中学校：4日

じゃがいも⇒小学校：21日 中学校：21日

月

日

()

日直

11月食育だより



11月8日は「いい歯の日」



「い（1）い（1）歯（8）」の語呂合わせから、日本歯科医師会が定める記念日です。健康な歯を保つには、食事やおやつは時間を決めてとるようにし、食べたら歯をみがくことが大切です。また、食べるときによくかむようにすると、だ液がたくさん出て、むし歯や歯周病を防ぐだけでなく、以下の効果が期待できます。

よくかんで食べると、こんな効果が期待できます！

| | | | |
|------------------------|-------------------------|-------------------------------------|-----------------------|
| <p>食べ過ぎを防ぎ、肥満を予防する</p> | <p>消化を助け、栄養の吸収がよくなる</p> | <p>味がよくわかり、味覚が発達する</p> <p>かむ かむ</p> | <p>脳が活性化し、集中力が高まる</p> |
|------------------------|-------------------------|-------------------------------------|-----------------------|

「いただきます」「ごちそうさま」に込める感謝の気持ち

日本では、食事の前に「いただきます」、食べ終わったら「ごちそうさま」のあいさつをする習慣があります。それぞれ、どのような意味があるのでしょうか。

いただきます

「いただく（頂く／戴く）」は、頭にのせるという意味があり、身分の高い人から物をもらう際、頭上に捧げて敬意を表した動作にちなむ言葉です。自然の恵み、生き物の命をもらうことへの感謝を表します。



ごちそうさまでした

「ちそう（馳走）」は、食事を用意するために走り回ることを意味しており、この食事が出来上がるまでに関わった人びとへの感謝の気持ちが込められています。



食べることは、生き物の命をいただき、命をつないでいくことです。また、食事が出来るまでに、料理を作る人をはじめ、農作物や家畜を育てる人、魚をとる人、食材を運ぶ人、販売する人など、たくさんの人が関わっています。感謝の気持ちを忘れずに、心を込めてあいさつし、食事を大切にいただきます。



今月の恵庭産野菜使用予定

じゃがいも
小学校：21日
中学校：15日

月
日
()
日曜



12月 食育だより

恵庭市学校給食センター



今年も、JA道央さんが「う米蔵」560kgを

今年度も道央農業協同組合様からJA道央管内で収穫された「う米蔵（うまいぞ）」の新米をいただきました。

「う米蔵」は食べて美味しい「ななつぼし」に、粘り強い「あやひめ」をブレンドして誕生したお米です。いつも食べている「ゆめぴりか」との違いを是非見つけてみましょう。食感や甘み、粘りなど・・・。

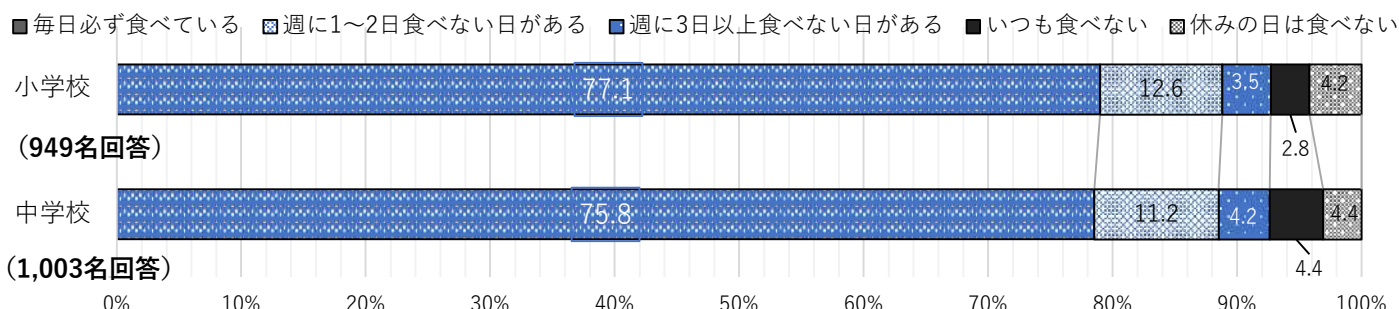
小学校、中学校ともに、12月3日（火）の給食で提供いたしますので、楽しみにしてください。



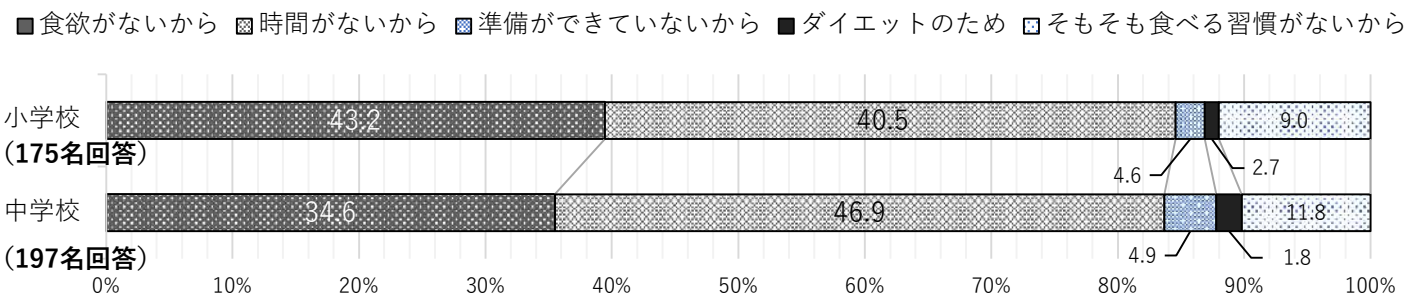
「学校給食・食生活に関する

今年1月に市内小学校5・6年生と中学校1・2年生を対象にアンケート調査を実施しました。結果について一部抜粋します。

1.朝ごはんを食べていますか (%)



2.朝ごはんを食べないことがある人の理由



●朝ごはんの喫食について●

1.「毎日必ず食べている」と回答した児童は77.1%、生徒は75.8%でした。これは令和5年度全国学力学習状況調査（小学5年生、中学3年生対象）の結果と比較すると低い傾向でした。【小学校84%、中学校78.8%】また、「いつも食べない」と回答した児童は2.8%、生徒は4.4%で食べないことが習慣化していることが懸念されます。2.朝ごはんを食べないことがある人の理由としては、小学校では「食欲がないから」が最も多く43.2%、「時間がないから」は40.5%でしたが、中学校で最も多い回答は「時間がないから」で46.9%、「食欲がないから」は34.6%でした。夕食の時間が遅いことや、寝る時間が遅く間食や夜食をとっていることが原因と推測されますが、気になる点は「そもそも食べる習慣がない」と回答している児童・生徒も見受けられることです。朝ごはんの大切さについては、食に関する指導の中でも触れてきています。

「早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち」習慣は、生活リズムを整える上でとても重要です。朝ごはんをしっかり食べて、学校で元気に勉強や活動ができるようにご家庭でのサポートもよろしくお願いします。



1月食育だより



恵庭市
学校給食センター

新年あけましておめでとうございます。

今年度も、残すところあと3か月となりました。

引き続き、毎日の給食時間が待ち遠しくなるような、
魅力ある給食作りに努めていきたいと思ひます。

本年もよろしくお願い致します。



今年は巳(へび)年！

へびは、食べるときに獲物を丸のみしますが、皆さんは、よくかむことを意識して味わって食べましょう。



お正月の
食べもの

言葉パズル



下の絵は、お正月に関係する食べものです。絵の名前の文字を消したあと、
残った言葉をならびかえて、〇〇〇に入る名前を書きましょう。

消し方のルール

- タテは上から下へ ↓
- ヨコは左から右へ →
- ナナメは ↘ ↙ ↗ ↖ どの方向へも



例

| | | | |
|---|---|---|---|
| お | し | る | こ |
| く | ら | た | こ |
| に | に | に | に |

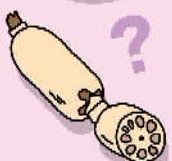
かがみびら
鏡開き



かがみ た
鏡もちをおいしく食べて
ことし ねん げんき
今年1年、元気にすごしましょう！



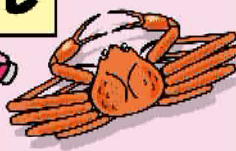
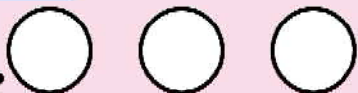
?



| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| る | か | ず | の | こ |
| こ | に | く | た | れ |
| ぞ | ぶ | ろ | か | ん |
| う | か | ま | ぼ | こ |
| に | し | め | き | ん |



ヒント：お正月のあそび



こたえ：かるた

2月食育だより

恵庭市

学校給食センター



年中行事に
欠かせない

大豆と小豆のおはなし

2月といえば、豆をまいて鬼を追い払う節分の行事があります。節分は季節を分ける日という意味で、立春・立夏・立秋・立冬の前日のことを指します。年に4回ありますが、昔の人は立春を1年の始まりと考えていたため、その前日の節分が特別な行事として現代に伝わっています。



なぜ、節分に豆をまくの？



鬼は外、
福は内！

季節の変わり日は体調を崩しやすくなる人も多いと思いますが、昔の人は、これを「鬼（邪気）」の仕業と考えていました。災いや疫病をもたらす鬼を追い払い、幸福を招くための風習が「鬼は外、福は内」の掛け声で行われる豆まきです。豆が使われるのは、「魔滅（鬼をほろぼす）」につながるという説や、いったん大豆が「豆をいる＝魔日（鬼の日）を射る」につながるなどの説があります。豆まきの後には、自分の年齢の数、または年齢+1個の豆を食べて健康を願う風習もあります。豆まきには大豆のほか、落花生を使う地域もあります。

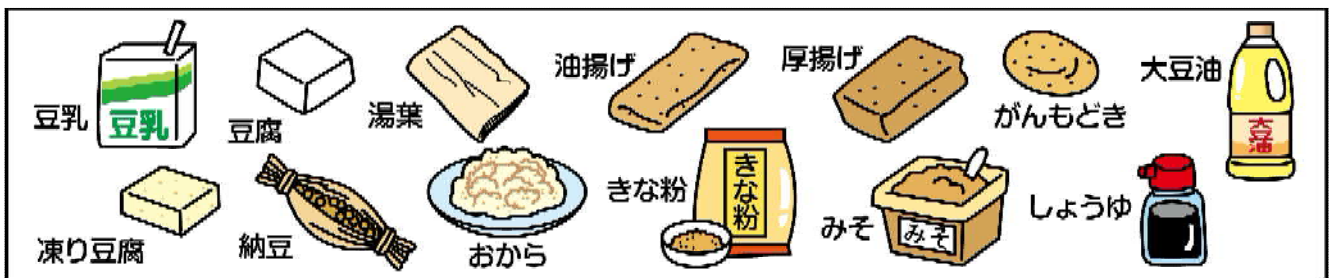
※いり大豆やナッツ類は、5歳以下の子どもでは窒息の危険性があるので食べさせないようにしてください。

大豆の“豆”知識



大豆は、体をつくるタンパク質を多く含むことから「畑の肉」と呼ばれます。煮豆など料理に使われるほか、さまざまな食品に加工され、日本人の食卓に欠かせない食べ物です。

大豆からできるもの



小豆の“豆”知識



和菓子などに使われる小豆も、大豆同様に古くから重要な食べ物でした。昔の人は、小豆の赤い色が「太陽＝生命力」を象徴すると考え、魔除けの意味を込めて行事やお祝いのときに取り入れてきました。

年中行事と小豆料理

| 鏡開き | 小正月 | お彼岸 | 七五三 | 事八日 | 冬至 |
|----------|-------|----------|-----|------|------|
| | | | | | |
| お汁粉・ぜんざい | あずきがゆ | おはぎ・ぼたもち | 赤飯 | おこと汁 | いとこ煮 |

3月食育だより

恵庭市学校給食センター



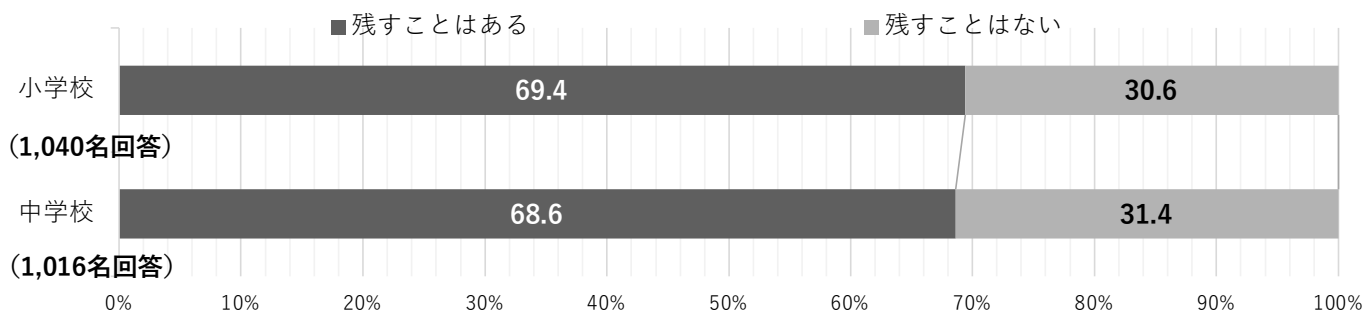
まだ寒さの残る日はあるものの、吹く風に春の到来を感じる季節となりました。この1年で、どの子ども心身ともに大きく成長し、一段とたくましくなった様子がうかがえます。日々の給食や食育を通して、そのサポートができていたらうれしいです。今月は、卒業や進級を控えた皆さんへ、応援やお祝いの気持ちを込めた給食を提供しますので、楽しみにしてください。



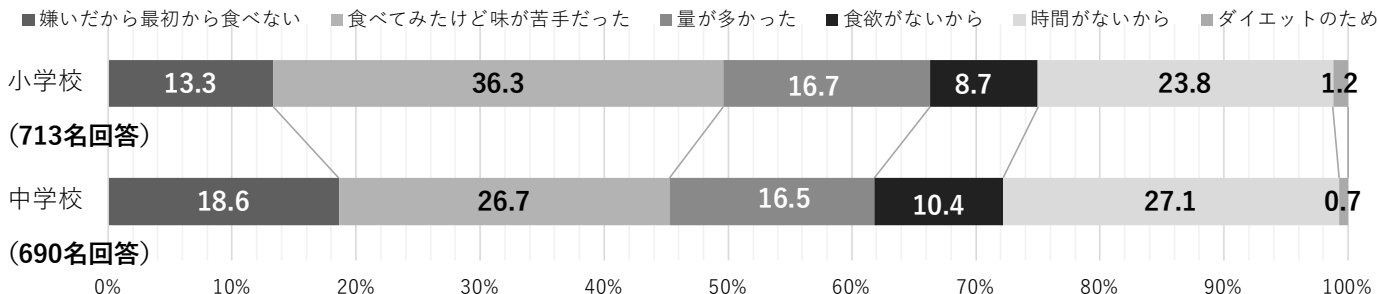
「学校給食・食生活に関する

昨年12月に市内小学校5・6年生と中学校1・2年生を対象にアンケート調査を実施しました。結果について一部抜粋します。

1.給食を残すことはありますか (%)



2.給食を残すことが「ある」と答えた人の理由 (%)



●給食の食べ残しとその理由について●

1.給食を残すことが「ある」と回答した児童は69.4%、生徒は68.6%と同じくらいの値でした。その背景にはいろいろな要因が考えられますが、その日の気候や自身の体調、気分、時間的なことも関係があるかもしれません。2.給食を残す理由では、小学生では「食べてみたけど味が苦手だった」と回答した児童が36.3%と一番多い結果です。小学生は、まだ味覚も発達途中で、これから成長し食べられるようになることもあるため、味覚の幅が広がることを踏まえ苦手なものでも一口は食べるように指導を続けることが大切です。また、中学生では「時間がなかったから」と回答した生徒が27.1%と一番多い結果となりました。小学校でも2番目に多い結果です。給食時間そのものが短く、限られた時間の中で、準備、喫食、後片付けを行わなくてはなりません。

●アンケート結果については、給食センターのHPに掲載しています。

恵庭市学校給食センター



新年度に向けて準備をする機会に



新年度が始まると、環境が変わり、心と体に負担がかかりやすくなります。春休み中も早寝・早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べて体調を整えておきましょう。

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 | 月日 | 学校名 | 対象者 | 人数 |
|--------|-----------|------------|----|--------|-----------|--------|-----|
| 6月27日 | 恵み野小学校 | 1年生保護者 | 14 | 11月27日 | 松恵小学校 | 2年生保護者 | 12 |
| 6月27日 | 和光小学校 | 2年生保護者 | 44 | 12月3日 | 恵み野小学校 | 1年生保護者 | 34 |
| 7月3日 | 和光小学校 | 3年生保護者 | 20 | 12月5日 | 恵庭小学校 | 4年生保護者 | 9 |
| 7月5日 | 和光小学校 | 3年生保護者 | 25 | 12月5日 | 恵み野小学校 | 2年生保護者 | 41 |
| 7月9日 | 和光小学校 | 1年生保護者 | 25 | 12月10日 | 和光小学校 | 4年生保護者 | 37 |
| 7月10日 | 和光小学校 | 1年生保護者 | 26 | 12月11日 | 島松小学校 | ペガサス | 16 |
| 7月11日 | 和光小学校 | 1年生保護者 | 20 | 12月12日 | 和光小学校 | 2年生保護者 | 30 |
| 7月11日 | 松恵小学校 | 1年生保護者 | 14 | 12月19日 | 献立物資選定委員会 | | 11 |
| 7月12日 | 恵庭小学校 | 1年生つくし保護者 | 19 | 2月6日 | 恵み野小学校 | ひまわり2 | 12 |
| 7月18日 | 和光小学校 | あおぞら | 9 | 2月21日 | 恵庭市職員 | | 8 |
| 7月23日 | 和光小学校 | 1年生保護者 | 27 | 2月26日 | 恵み野旭小学校 | 6年生保護者 | 34 |
| 7月25日 | 和光小学校 | 4年生保護者 | 25 | 合計 | | | 824 |
| 8月27日 | 総務文教常任委員会 | | 11 | | | | |
| 9月9日 | 島松小学校 | 2年生保護者 | 60 | | | | |
| 9月11日 | 和光小学校 | 4年生保護者 | 28 | | | | |
| 9月19日 | 恵み野中学校 | コミュニティスクール | 11 | | | | |
| 9月20日 | 和光小学校 | 3年生保護者 | 22 | | | | |
| 10月2日 | 和光小学校 | 6年生保護者 | 24 | | | | |
| 10月4日 | 柏陽中学校 | PTA | 8 | | | | |
| 10月17日 | 献立物資選定委員会 | | 9 | | | | |
| 11月6日 | 和光小学校 | 3年生保護者 | 28 | | | | |
| 11月7日 | 消費者協会 | | 15 | | | | |
| 11月12日 | 和光小学校 | 4年生保護者 | 25 | | | | |
| 11月13日 | 和光小学校 | 6年生保護者 | 29 | | | | |
| 11月18日 | 恵明中学校 | 2年生保護者 | 21 | | | | |
| 11月25日 | 和光小学校 | 6年生保護者 | 21 | | | | |