



子どもたちにも笑顔いっぱい
 の給食時間をお届けします

倉敷市立川辺小学校・箭田小学校

OGK 岡山県学校給食会会報

県学給だより

index

- プレハブ校舎で学校給食再開・・・・・・・・・・ 2
- 豪雨被災で思ったこと・・・・・・・・・・ 3
- 非常食『備えあれば・・・・・・・・』・・・・・・・・ 4
- 学校給食用パンの用途外使用での有効活用について・・ 4
- 学校給食（米飯）調理講習会・・・・・・・・・・ 5
- 行事食のご案内・・・・・・・・・・ 6



ゲーム 食育クイズカード ※詳細は6ページ

No. 217
 平成30年11月1日
 編集発行

公益財団法人 岡山県学校給食会 岡山市南区浦安本町 59 番地の 4
 TEL 086-263-6465(代) URL : <http://www.ogk.or.jp/>

プレハブ校舎で学校給食再開

岡山豪雨で被災した倉敷市真備町の川辺小学校、
箭田小学校の子どもたちは、2学期から地区外の小
学校に通学していましたが、真備町内の別の小学校
の敷地に、プレハブ校舎が完成し、10月9日、被
災から約3ヶ月ぶりに、真備町内での授業が始まり
ました。

登下校には、1時間以上かかっている子どももい
るが、「真備町に戻ってくることができてうれしい。」
と子どもたちの歓声が戻りました。

「地区全体が被災しており、一歩ずつ進んでいくし
かない。2020年3月までこの状態が続くが、学

校が元通りになることが、地区全体の力になり、地
区全体に安心を与えることができると思う。」

「子どもたちには、今回の災害を経験したことをも
とに、多くの人の助けがあったことを伝え、みんな
の力になれる子どもになってほしい。」と校長先生は
話されました。

子どもたちにとっては、プレハブ校舎での学校給食
も「真備の給食はやっぱりおいしい。みんなで食べる
給食は楽しい。」と笑顔いっぱいの給食時間でした。

給食会としては、今後も子どもたちの笑顔いっ
ぱいの給食時間を支援していきます。

川辺小学校



箭田小学校



豪雨被災で思ったこと

7月の西日本豪雨で被災された皆様方に、心からお見舞い申し上げます。

7月7日（土）朝、玉野市に住む私は、岡山県下各地が大きな被害にあっているとは夢にも思いませんでした。しかし9時過ぎ、知人から浸水しつつある岡山市東区の写真が送られてきて驚きました。

とたんに岡山市内の8か所の給食センターが心配になりました。4か所は、すぐに無事が確認できました。2か所は、実際に車を走らせ、変わりのないことを確かめました。途中の通行止めで行くことを断念した1か所は、近くに住む調理員さんから無事の連絡を受けました。

残るは、東区にある上道給食センターです。上道給食センターは、状況が全くわからないうえ、周辺道路が通行止めとなり近づくことができません。そうこうしているうちに、近くの郵便局や保育園、団地が浸水しているというニュースが流れてきました。

「上道給食センターも浸水しているかもしれない？給食が作れるだろうか？」その時私の頭に浮かんだのは、毎年の事業計画に「緊急事態発生時の対応」をあげておられる（公財）岡山県学校給食会です。休日ではありましたが、すぐに能登原理事長さんに連

絡をさせていただきました。「現在、上道給食センターの状況がわかりません。近くの砂川が破堤しました。もしも被害があるようなら、緊急物資等、お世話になるかもしれません。」理事長さんは「できるだけのことをします。」とおっしゃってくださり、担当課長さんにもすぐに連絡をしてくださいました。不安な時に、本当に心強くありがたかったです。

翌8日（日）上道給食センターの建物、2台の配達車も無事であることが確認できました。しかし同じ中学校区の平島小学校は床上浸水し、休校のまま夏休みとなりました。休み中の給食室の復旧工事は特に早くしていただいたと聞いています。2学期は、県給・市給の協力のもと、8月30日からの給食開始となりましたが、もし工事期間がもっと伸びていたら、近くの給食センターがどう関わるべきだったか想定しておくことも必要でした。

また給食センター自体が被災した時、給食センターで給食が作れても配達車が使えなくなった時等にすぐにどう対処するべきか、たくさんの課題が目の前にあります。多くの方にご指導いただきながら考えておく必要があると痛感しています。

岡山市立学校給食センター 所長 平元 薫

非常食『備えあれば・・・』！

日本は、本当に災害の多い国で、今年度に入ってから、6月の大阪北部地震、7月の西日本豪雨、9月には、関西での台風21号災害、北海道胆振東部地震と、相次いで日本を襲う災害が発生しました。

特に、西日本豪雨では、今まで災害の少なかった岡山県でも、県内各地で多くの人的被害、住宅被害など、甚大な被害を受け、今なお、多くの被災者が避難所生活を強いられています。

よく「衣・食・住」と言われるが、災害の緊急時には、「食」が一番で、毎日しかも3回のことで、この毎日3回、何十日、何百日と続く食事をどうするかが、とても重要で、食事を注意すれば、避難所生活でも自分の体を守ることができると思います。

非常食は、常温でも長期保存にたえるもの、調理に手間のかからないもの、持ち運びに便利なもの、必要最低限のエネルギーや栄養素が確保できるもの

であると思います。

岡山県学校給食会では、従前から海苔や豆などの乾物、缶詰、レトルトなど、長期保存が可能な食材を多く取り扱っており、県内栄養教諭・学校栄養職員に、そうした給食会取扱物資を使用した「災害時に役立つ学校給食献立」を作成していただき、情報発信したところです。

また、東日本大震災による被災後、公益社団法人全国学校栄養士協議会において、栄養教諭・学校栄養職員の考案による、アレルギー特定原材料等27品目不使用の「救給カレー」が開発され、給食会の取扱物資として、非常時の備蓄食品として、また、防災教育における食育授業にも活用されています。

「全学栄救給シリーズ」も、「救給カレー2規格150g・250g」「根菜汁150g」「コーンポタージュ 130g」の3品目4規格まで選択できるようになりました。



全学栄開発の災害時学校給食用非常食の
マスコットキャラクター



被災後は、非常にストレスがたまり、一度も口に
したことの無い物を食べるのは、抵抗が出る場合が
ありますので、一度食べて、食べなれているものを
備蓄していただきたいと思います。

子どもたちには、緊急事態にも対応できるよう、
防災の日、防災訓練の日等の機会を利用して、学校
給食に災害時を想定した献立で、防災意識の醸成を
図っていただければと思っています。

災害発生当日から数日間、流通や交通が復旧する
までの食事が必要で、それを備蓄で賄わなければな
りません。

備蓄するための費用、賞味期限、保管場所の確保
等々の問題も多くありますが、日頃からどのように
備蓄していくかを検討し、本当に「いのちをつなぐ」
ための備蓄をしておくことを強く勧めたいと思っ
ています。

学校給食用パンの用途外使用での有効活用について

これまで、中止となった学校給食用パンは基本的に焼却処分としておりましたが、このたび、用途外使用として、自治体が開設した避難所への特別支援物資として有効に活用していただけることが確認できました。

用途外使用できる基本的な条件は、次のとおりとなっております。

◎基本的な条件

- ①対象は自治体が開設した避難所であること。
- ②税関の了承が得られること。
- ③納品の際は、内容のわかる受領書を準備すること。
- ④受領書のサインは自治体の責任者または、担当者（勤務先、役職、氏名）が記入すること。

**※ 避難所への特別支援物資として、用途外使用する場合は、
必ず事前に給食会へ御連絡ください。**

学校給食(米飯)調理講習会

10月5日(金)栄養教諭・学校栄養職員の先生方43名に参加していただき、本会取扱いの地場産物を中心に使用した米飯給食の実施に役立つ調理講習会を開催しました。

岡山県栄養士会前会長の森先生の講義と地域活動事業部の松下先生のご指導をいただき実際に調理をし、会食をしました。当日のレシピを掲載しますので、学校での献立づくりにお役立てください。

また公益財団法人日本食肉総合センターから「食肉が食卓に届くまで」と題し、麻布大学の押田名誉教授からお話しをいただきました。



★は県学給取扱い地場産物、☆は県学給取扱い物資

牛肉と黄ニラのスタミナ混ぜごはん

材料(1人分)

★学校給食用精白米	60g	みつば	5g
★岡山県産もち麦	10g	☆オイスターソース	3g
水	90ml	☆料理用清酒味	2g
水=米+麦の重量×1.3倍		☆濃口しょうゆ	3g
★岡山県産牛肉スライス	30g	☆砂糖	0.5g
しょうがすりおろし	1g	水	5g
酒	2g	★岡山県産にんにく	0.5g
黄ニラ	10g	☆白いりごま	0.5g
★連島ごぼう	10g	☆こしょう	0.02g
☆油	2g		

【下準備】

- ①牛肉にしょうがのすりおろし、酒で下味をつける。
- ②黄ニラ(1.5cm長さ)
- ③ごぼう(太さに合わせて縦に4つに割り、斜め薄切りにし、水にさらす)
- ④みつば(2cm長さにし、ゆでて水切りをする)
- ⑤調味料Aを合わせておく。

【作業手順】

- ①米を洗いもち麦、水を入れて浸漬し、炊飯をする。
- ②フライパンに油を熱し、下味をつけた牛肉、ごぼうを炒め、Aを加えて炒め煮にする。最後に黄ニラを加えてさっと加熱する。
- ③炊きあがった①に②とみつばと白いりごまを加えて混ぜる。こしょうで味を整える。

はもの米粉フライ マリネ添え

材料(1人分)

★岡山県産ハモ切身	40(20×2)g	★岡山県産米粉	6g
☆こしょう	0.01g	水	6g
		★米パン粉	6g
		☆揚げ油	4g

【下準備】

- ①はもは解凍し、こしょうで下味をつける。
- ②揚げ油を熱しておく。

【作業手順】

- ①Bのバター液を合わせ、はもにバター液、パン粉をつける。
- ②170℃の油で揚げる。

ジンジャー風味マリネ

材料(1人分)

☆なす	20g	★岡山県産米酢	4g
★ホワイトマッシュルーム	5g	☆砂糖	2g
☆パプリカ(赤)	10g	★岡山県産塩こうじ	1g
☆パプリカ(黄)	10g	しょうがすりおろし	2g
☆サラダ油	3g	フリルレタス	8g(1枚)

【下準備】

- ①なす(小さめの乱切りにし、水にさらす)
- ②マッシュルーム(3mmにスライスし、水にとしておく)
- ③パプリカ(赤)(黄)(解凍しておく)
- ④合わせ酢Cを作っておく。

【作業手順】

- ①合わせ酢Cの材料を鍋に入れて加熱し、冷ましておく。
- ②フライパンに油を熱し、なす、マッシュルーム、パプリカを炒める。合わせ酢に浸し、冷ます。
- ③レタスを敷き、はもとと一緒に盛り付ける。

切り干し大根とツナの炒め煮

材料(1人分)

☆千切大根	6g	☆コンソメ	0.5g
☆にんじん	5g	(ノンアレルギー)	
☆ノンドリップ・ツナ	20g	黒こしょう	0.01g
☆ごま油	1g		

【下準備】

- ①切り干し大根は洗って水で戻し、水気をよく絞っておく。(戻し汁を少し残しておく)
- ②にんじん(4cm長させん切り)

【作業手順】

- ①フライパンにごま油を熱し、千切大根とにんじんを炒める。(戻し汁を水分として少し入れると火が早く通る)
- ②ツナ水煮とコンソメを入れて炒める。汁気が少なくなったら火を止めて黒こしょうをふりかける。

トマト風味のみそ汁

材料(1人分)

★藤田産たまねぎ	15g	☆だし汁	150g
☆冷凍ぶなしめじ	15g	(合わせだし+しいたけ戻し汁)	
★岡山県産乾椎茸スライス	1g	☆中みそ	5g
☆カットベーコン	5g	★桃太郎トマトピューレ	5g
☆さざみ青ねぎ	2g		

【下準備】

- ①合わせだし汁を作る。
- ②たまねぎ(繊維に沿って3mm薄切り)
- ③ぶなしめじ(石づきを取り、ほぐしておく)
- ④干しいたけを水またはぬるま湯で戻しておく。(戻し汁はだし汁として一部使う)
- ⑤ベーコン(7mmに短冊切り)

【作業手順】

- ①鍋にベーコンを入れて軽く炒め、脂がでてきたらたまねぎ、ぶなしめじ、しいたけを炒める。
- ②だし汁を加え、野菜がやわらかくなったらみそとトマトピューレを混ぜたものを溶き入れる。
- ③青ねぎを入れて火を止める。

かぼちゃのういろ

材料(1人分)

★岡山県産米粉	10g
☆砂糖	8g
☆国産かぼちゃペースト	20g
水	20g

【下準備】

- ①かぼちゃペーストは、解凍しておく。
- ②型にラップを敷いておく。
- ③蒸し器を準備しておく。

【作業手順】

- ①ボウルに砂糖、かぼちゃを入れ、すり混ぜる。これに米粉と水を加えてよく混ぜる。
- ②型の中に入れ、敷いたラップで表面も包み込む。
- ③蒸気上がった蒸し器に入れて、15~20分蒸す。完全に冷ましてから切り分ける。

行事食のご案内

12月

楽しいクリスマスを!!



ペコちゃんクリスマスケーキ
(チョコ)30g・(ホワイト)30g



チョコロールケーキ 30g
ホワイトロールケーキ 30g



オムレットケーキ 25g

1月

年のはじめに!!



味付乾燥くろ豆(大粒)1kg

2月

福はうち!!

福豆



ミニ節分豆 5g

大豆 10g

3月

ひなまつりのお祝いに!!

ひなあられ



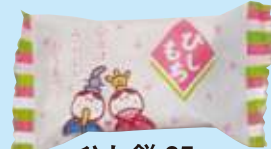
ざらめ付き 10g



塩味 13g



醤油味 10g



ひし餅 35g



ひなゼリーミニ
(もも味)22g

春

卒業・入学おめでとう!!



桜餅 45g



ミニさくら餅 30g



祝大福 40g



紅白大福 20g



5月

端午の節句のお祝いに!!



ミニ柏餅 30g



かしわ餅 40g



笹団子 27g

ゲーム 食育クイズカード (表紙の写真)

内容 食品の知識・健康・食文化・環境などの80のクイズがカードに! (カード80枚、指導解説書 大きさ:A4判)