

鳥取県

学校給食会だより



令和4年12月9日

HPアドレス: <http://www.togk.or.jp>

12月号 (No.254)

(公財)鳥取県学校給食会

鳥取市安長字前内387-1

(TEL) 0857-23-7084

(FAX) 0857-27-8040

E-mail: kenkyu@togk.or.jp

今年度 新規採用となられました学校栄養職員の先生にご執筆いただきましたので、ご紹介させていただきます。

米子市立第二学校給食センター 学校栄養職員 田中あすか 氏

私が勤務する米子市立第二学校給食センターでは、小学校5校、中学校4校へ約 4,500 食の給食を提供しています。給食時には各学校を訪問し、食に関する指導を行っています。給食を楽しみにしている姿や、綺麗になって返ってくる食器を見ること、「今日の給食おいしかったよ!」といった嬉しい声にいつもやりがいを感じています。

米子市は韓国の東草市と姉妹都市提携を行っており、今年度で3回目となる韓国国際交流給食を計画しています。献立を作成する際には韓国の食文化を取り入れた献立を提案し、国際交流員から本場の韓国料理について教えていただいたり、栄養教諭・学校栄養職員の先輩方からご意見をいただきながら、何度も試作を重ねてやっと形にすることができました。給食を通して他国の食文化を体験し、日本の食文化と比べることでふるさとへ関心をもつきっかけになることがわかり、私自身もとても勉強になりました。これからも魅力あふれる学校給食を提供できるよう努力したいと思います。

知識・経験豊富な先輩方にご指導いただき、学校給食に関わる方々に支えられ、とても恵まれた環境で学ばせていただいています。今後も感謝の気持ちを忘れず、給食を通して子どもたちに食の楽しさや大切さを伝えていきたいです。

米子市立弓ヶ浜共同調理場 学校栄養職員 太田奈緒 氏

私は、子どもたちに「食べる楽しさや大切さ」を伝えていきたいと思い学校栄養職員を志しました。私は小学生のとき、好き嫌いが多く、給食時間の最後まで残って食べる子どもでした。しかし、栄養士の先生との関わりの中で、少しずつ好き嫌いも減り、給食時間が楽しみになっていました。このような経験があり、食べる楽しさや大切さをということを念頭に置いて働いています。

私が勤務している米子市立弓ヶ浜共同調理場では、小学校5校、中学校2校へ給食を提供しています。給食時には各学校を訪問し、食事のマナーや栄養バランス、地産地消など食に関する指導を行っています。指導に初めて行った時は緊張しましたが、子どもたちの真剣に話を聞く姿やおいしそうに給食を食べている姿を見たり、「おいしかったよ」とうれしい言葉をもらったりと給食時間の訪問では私の方が子どもたちにパワーをもらっています。



学校栄養職員1年目は全ての仕事が初めてで、思うように進まず悩んだこともありましたが、知識や経験が豊富な栄養教諭・栄養職員の先輩方、給食に関わる多くの方々に支えられ、とても感謝しています。これからもっと多くのことを学び、給食を通して食べる楽しさや大切さを伝えていきたいです。



韓国国際交流給食

【12月7日(水)に実施予定】

- ◆米飯 ◆牛乳
- ◆キンパの具(玉子入り)
- ◆コンナムルムチム
- ◆スンドゥブ
- ◆キム(韓国のり)※手巻き用

学校給食レシピ紹介

今月は、江府町立学校給食センターの「さつまいもの元気汁」をご紹介します。

だしには「ちりめんじゃこ」を使い、野菜もたっぷり入ったみそ汁は栄養満点で、名前のとおり元気がわいてきそうですね。冬場に旬を迎える白菜や大根を使ったレシピで、これからの季節にぴったりの一品です。是非、お家でも作ってみてください。

次号では、鳥取市立国府学校給食センターのレシピを紹介予定ですのでお楽しみに!



NO.7

さつまいもの元気汁

【材料(4人分)】

- ちりめんじゃこ..... 8g
- にんじん..... 20g
- 油揚げ..... 20g
- さつまいも..... 80g
- 大根..... 40g
- 白菜..... 40g
- 白ねぎ..... 10g
- チンゲンサイ..... 40g
- みそ..... 28g(約大さじ1と1/2)



【ポイント】

ちりめんじゃこをだしの煮干しの代わりに使い、取り出さずにそのまま食べます。甘いさつまいもの入った元気汁は子ども達に好評です。

【作り方】

- ① にんじん・大根はうすめ、さつまいもは1cmのいちょう切りにする。油揚げは油抜きをし、短冊切りにする。はくさいは短冊切り、白ねぎは小口切り、チンゲンサイは2cmに切る。
- ② 鍋に水を入れ、にんじん・大根を煮る。
- ③ 煮立ったら、油揚げ・さつまいも・白菜を加えて更に煮る。
- ④ ちりめんじゃこを入れ、みそで味付けをし、白ねぎ・チンゲンサイを加えて仕上げる。

協力:鳥取県学校栄養士協議会
江府町立学校給食センター

地場産物を活用した学校給食調理講習会の開催について

去る11月10日(木)琴浦町まなびタウンとうはくにて、標記講習会を開催いたしました。今年も、コロナウイルス感染防止対策を十分にはかり参加者を11名に制限しての開催となりました。

今年は、栄養教諭・学校栄養職員が考案したレシピの中から、鳥取県を代表する梨やらっきょう、白ねぎ、豆腐ちくわなどを使用したレシピや、中部の郷土料理である「いぎすの白和え」など18品のレシピを選考し調理実習を行いました。

参加された先生方から、「すぐにでも学校給食に取り入れたいレシピがあった」「実際に調理することでわかることもあり、意見交換を通してポイントを共有できた」「品数があり達成感があった」などの大変うれしい感想をいただきました。



この度の講習会レシピを掲載した「鳥取県食材マップ」を作成し、学校給食センター及び共同調理場へ配布する予定ですので、是非ご活用いただきたいと思います。