

今日のパワーと 健やかな未来を育む 学校給食



市では、安全・安心で、子供たちの成長に必要な栄養を満たした学校給食を提供しています。
今回の特集では、子供たちが学校給食を通じて地域の魅力を知り、浜松をもっと好きになることを目指した市の取り組みを紹介します。

学校給食の役割

子供たちが自ら配膳し、仲間たちと食べる学校給食。皆さんにも、給食にまつわる思い出がたくさんあるのではないのでしょうか。



栄養バランスの整った学校給食は、徹底した衛生管理のもとで調理され、児童生徒の成長を後押ししています。

近年では栄養摂取だけが目的ではなく、「食育」の役割も大きくなっています。

学校給食は「生きた教材」

学校給食は、食を通じて、地域の伝統的な食文化を感じ、食に関わる人への感謝の気持ちを育み、生産・流通・消費サイクルなどを学ぶ生きた教材です。

浜松市独自の取り組み

浜松は、全国でも有数の農産物の産地であり、産業のまち、文化のまちでもあります。給食を通じて地域を知ること、自分たちが暮らすまち浜松をもっと好きになってもらいたいという思いを込めて、市独自の取り組みを実施しています。

次ページからは、その特色溢れる学校給食を紹介します。

市の学校給食のテーマ

給食で人づくり、
給食から学ぼう
ふるさと浜松



ふるさと食材を使った
献立を紹介①

米飯
緑茶
さばのおろしかけ
五目豆
引佐手延べそうめん汁
ヨーグルト



ふるさと給食

浜松産の食材を積極的に使って、地元の産物や自然、産業などに関する理解を深めるとともに、市をはじめ静岡県内の食文化や伝統料理に親しむ給食です。

ふるさと食材として、「そうめん」「葉ネギ」「緑茶」を使用した献立です。引佐地区で昔ながらの手作業で作られている手延べそうめんを使ったそうめん汁。なめらかで舌触りがよく、コシが強く伸びにくい麺が特徴です。

学び

地域の食文化・歴史を感じる

給食を通じて、子供たちが食文化に触れ、普段目にするこ
とのできないメニューや、調理法に出会う機会になります。
日本の伝統料理はもちろん、外国料理を提供すること
もあります。多様な文化を感じたり、多くの食体験をしたり
することで、子供たちの価値観や感性を育てています。

ふるさと食材を使った
献立を紹介②

パン
牛乳
黒はんぺんお茶フライ
もやしとチンゲンサイのサラダ
三方原ばれいしょのポター
ジュ
三ヶ日みかんミニゼリー



焼津市の特産品である「黒はんぺん」のフライです。黒はんぺんは、駿河湾近海で取れるサバやイワシを骨ごとすりつぶして作っているため、カルシウムや鉄分、DHAが豊富に含まれています。

水はけの良い赤土と豊富な日照量で育った「三方原ばれいしょ」のポタージュは、コク深くまろやかな味わいです。

茶の産地を感じる …
緑茶の提供

1年に2回、緑茶(紙パック)を牛乳の代わりに提供しています。浜松産茶葉を100%使用し、無香料、無着色で学校給食用として製造したものです。茶の産地としての食文化を知ることができる取り組みです。



やら米かの生産者
鈴木 勝之さん、睦子さん (浜名区竜南)

「やら米か」は、静岡県内の慣行栽培における基準に比べ、化学農薬と化学肥料の使用を半分以下に抑えて栽培した特別栽培米で、見た目も味も優れていると認定されたお米です。冷めてもツヤツヤで粘りがあるのが特徴で、給食でもおいしく食べてもらえると自信を持っています。

子供たちには、自分が食べるものを選ぶ時に、価格や手軽さだけでなく、体に良い、環境にやさしい、味が良いなどといったことにも目を向けて、自分なりの基準を持って選ぶ力を養ってほしいです。給食で食べる「やら米か」が、そのきっかけになればいいと思います。

生産者に聞きました

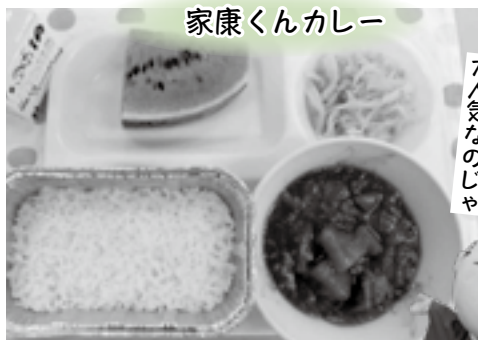
選択できる力を育てたい

浜松産の
まい
やら米か

年に2回、特別栽培米「やら米か」のご飯を提供しています。



家康くんカレー



子供たちに
大人気なのじゃ



家康公も好んだ、みそのようなコクがある発酵食品「浜納豆」を細かくして加え、地元産のジャガイモやサツマイモも入れた特製のカレー。

学び

自然環境と農産物の関係

市内では、多様な地質や地形を生かし、1年中数多くの特色ある農産物が生産されており、市町村別農産物産出額が全国7位となりました(令

浜松パワーフード 給食

浜松の豊かな自然が育んだ、旬の食材を使った献立です。



注目

浜名湖の特産物として有名な

「浜名湖うなぎ」が 給食に登場!

ウナギの蒲焼き^{かば}を提供します。甘辛のタレがご飯に合います。

～生産者に聞きました～



浜名湖養魚漁業協同組合
販売部長 伊藤 康公さん

「浜名湖うなぎ」を、給食用に白焼きにして、1人分に切り分け、学校や給食センターに届けます。
今年蒲焼きとして提供できるので、食べ応えもあり、ウナギそのものの味を十分感じてもらえると思います。肉厚で脂乗りが良く柔らかいウナギを、ぜひ味わってほしいです。
給食で子供たちに食べてもらうことで、浜名湖うなぎのファンをもっと増やしたいですね。

※浜名湖うなぎは「地理的表示(GI)」(地域の伝統ある食を守る農林水産省の制度)に、ウナギでは全国で初めて登録されました【農林水産大臣登録第177号】



和6年。徳川家康公の躍進を支えたのも、この地域の「豊かな食」だといわれています。
積極的に学校給食で浜松産の食材を使うことで、地域の自然環境や歴史など、いろいろな学びにつながっています。

地産地消に目を向けて
浜松産の旬の食材は、栄養価が高く、新鮮でおいしく食べることができ、季節の移り変わりを楽しむこともできます。また、誰がどこでどのように作ったかが分かりやすく安心感を得やすい、生産と消費で地域経済を発展させることができる、輸送距離が近いので環境への負荷を減らせるなどのメリットもあります。

給食委員さんへインタビュー

家族で 地産地消を 実践

地産地消は、鮮度が良く、生産者の応援にもなるので、スーパーでは産地を見て買う物をしています。給食を毎日作ってくれる人へ感謝の気持ちが伝わるように、給食室へ出入りする時には大きな声であいさつをすることや、配膳を早くしておいしくいただけるように、みんなにも呼び掛けています。



曳馬中学校3年
名倉 乙葉さん

給食委員として、校内放送や食器の片付けなどを担当しています。放送では、今日の献立や食材、栄養について放送しています。私も、原稿を読んで初めて知ることがありますが、みんなにも知ってもらいたいという気持ちで、心を込めて放送しています。
給食でウナギが食べられるのが楽しみです。



竜禅寺小学校6年
小長井 彩羽さん

給食大好き!

給食ができるまで ～栄養教諭・給食員の視点で紹介～

献立作成

栄養価・予算・アレルギー・味付けのバリエーションなどを考慮して決定します。食材は、地場産物や旬の食材を積極的に使います。苦手な子が多い野菜は、カレー味にするなど食べやすくする工夫をしています。

食材納品・チェック

毎朝8時頃に、当日分の食材が到着。食材の傷みや腐敗、外箱のつぶれ、重量、品温などをチェック。

食材洗浄・切裁

食材は水槽を変えて丁寧に洗います。表面から見えない内部の腐敗などにも注意しながらカット。



調理

大量調理は、食材の重みで焦げやすいので注意します。また煮崩れを防ぐため、釜に入れる順番を工夫したり、その日の食材の硬さによって加熱時間を微調整したりします。温度管理もこまめに。完成から2時間以内に食べられるよう調理工程を調整しています。



食べる

今日も時間通りに提供できたことに達成感！教室を回りながら献立の説明をします。「おいしかったよ！」の言葉が励みになります。

●今年度から「学校給食費の抜本的な負担軽減」を開始しました

子育て支援を目的として、公立小学校の児童の学校給食に必要な食材費について、国が地方自治体を支援する取り組みです。

国の基準額(令和8年度)：1人につき1月当たり5,200円
市では、物価高騰対応の交付金も併せて活用し、市立小学校の給食費を無償化しています。市立中学校および市立幼稚園についても、交付金を活用し、保護者の負担を軽減しています。

安心とおいしさで 子供の心と体を作る

学校給食を支える栄養教諭、給食員に話を聞きました



竜禅寺小学校

○栄養教諭 池谷 優実さん(左)
推しメニュー：家康くんカレー
(隠し味の浜納豆とサツマイモの味わい)

○給食員 高橋 千恵さん
得意メニュー：シチュー
(自校で手作りしているホワイトルウが自慢です)

給食の安全性・安心性

安心して食べてもらうことが大前提なので、異物混入や食中毒が発生しないよう、国の基準や市のマニュアルに基づいて細心の注意を払っています。使う食材も全て検品し、野菜などの洗浄は水槽を替えながら4回実施しています。その中で、おいしく仕上がるように、カットの仕方や火加減の調節にも気を配っています。

子供の成長と栄養

成長期には、たんぱく質とカルシウムが特に重要です。学校給食では1日に必要な栄養の3分の1を摂取できることが目安ですが、カルシウムだけは50%を摂取できるように、国の基準で設定されています。給食がない日の昼食では、栄養が不足

食育の取り組み

しがちというデータもあります。給食は栄養バランスがとても良いので、ぜひ残さず食べてほしいです。

家庭科などの授業で取り上げるほか、給食時間中に各クラスを回って、使っている食材やその栄養、産地などを説明しています。食事は日々の積み重ね。実際に目で見て味わいながら知識も身に付けられるよう取り組んでいます。

食に関する知識を得ることは、食べ残しや好き嫌いを減らすことにも効果的だと考えています。

家庭や地域でも、多くの食体験を

地域差はあるかもしれませんが、共働き家庭や核家族の増加に伴って、和食離

れが進んでいるように感じます。煮物や煮豆は、多種類の野菜を摂りやすいのが魅力です。給食では顆粒だしを使わずに、サバ節や昆布などの素材からだしを取っているの、ぜひ素材の味を感じてほしいです。

また、果物や納豆などは、子供たちの中には給食で初めて食べたという声も聞かれます。家庭でも、季節や行事などに合わせさまざまな食材や料理を取り入れて、数多くの食体験を積んでほしいと思います。

給食で感じたことを、子供たちが買い物や家庭での食事の時に話題にしたり、給食で食べた料理を家でも作ってみたりするなど、食に対して関心が高まればうれしいです。