

おおいた給食ふあいと

2021.6月
NO. 36

ふりそそぐ あいじょういっぱい いつもげんきな とよのしょくいく — 広報紙スローガン —

おおいたの郷土料理を学校給食で！

大分県の学校給食では、県内各地の郷土料理を献立に取り入れています。

石垣もち

地獄鍋

とりめし

じりやき

ごまだしうどん

団子汁

県内各地には、地域の特徴や季節ごとに様々な食文化が受け継がれています。そのいわれとともに各地の郷土料理給食を紹介します。

レシピは7ページに掲載しています

もくじ

おおいたの郷土料理を学校給食で！	P1
新年度のご挨拶	P2
大分県学校栄養士研究会の取組を紹介します！ こんにちは！ 宇佐地区です	P3
自慢の調理場へおじゃましま～す！ 〈杵築市学校給食センター〉	P4・P5
ひみつのランチタイム ある日の給食をのぞいてみたら…	P6
おおいたの郷土料理レシピの紹介	P7
令和2年度 地場産物活用推進委員会活動報告・令和3年度（公財）大分県学校給食会 年間行事予定	P8

回覧をお願いします

新年度のご挨拶



大分県教育庁体育保健課
課長 加藤 寛章

皆様方には、平素から学校給食の充実・発展に御尽力いただいていることに、厚くお礼申し上げます。特に、依然として収束の見通しのたたないコロナ禍の中、安全・安心な学校給食の提供に向けて、衛生管理の徹底や食材の確保など、皆様方の多大なる御協力に、学校給食が提供されていますことに心より感謝申し上げます。

御案内のとおり、学校給食は「生きた教材」として、食育推進の大きな役割を担うものです。学校現場においては、栄養教諭が中核となり学級担任等と連携することで、子どもたちは食生活に対する正しい知識や望ましい食習慣など、さまざまな力を身につけることができます。そのため、県教育委員会では、今年新たに12名の栄養教諭を採用し、食育を一層推進しているところです。

今年も、食を通じてグローバルな価値観を身につけることを目的とした、「おおいた RWC 給食の日」や「おおいた RWC 給食ウィーク」、県庁内で毎年開催している「学校給食レストラン」などを通して、学校給食の充実・発展に向け、取り組んで参ります。

今後も、安全・安心で、安定した学校給食用物資の提供をはじめ、県内全域に細やかな対応をいただいている大分県学校給食会と連携し、子どもたちの笑顔が溢れる学校給食の提供に尽力して参りたいと考えています。引き続き、皆様方の御協力をよろしくお願いします。



大分県学校栄養士研究会
会長 松本 紀子
(大分市立明野西小学校 校長)

本年度、大分県学校栄養士研究会会長を務めさせていただきます明野西小学校の松本 紀子と申します。前任の田中会長同様、どうぞよろしくお願いいたします。

学校では、マスクの着用や三密を避ける等の新しい生活様式を取り入れ、新型コロナウイルス感染症の予防に努めているところです。その中で、免疫機能を高めるために必要な栄養素があることや、体調を整えるために栄養バランスの良い食事がいかに大切であるかについて、子どもたちや保護者に全校テレビ集会や給食だよりで発信してまいりました。

「生きることは食べること」とも言われていますが、子どもたちの健康の増進と「生きる力」を育むために、食育は重要な役割を果たしていると感じています。

大分県学校栄養士研究会においては、学校給食を通して食育の推進を図っており、栄養バランスの取れた食事の提供だけでなく、地域の伝統食や国際色豊かな献立等により食文化に触れる機会を与えてくれています。これからも、本会の取り組みが一層推進されますよう、微力ではありますが、尽力してまいりたいと思います。



(公財)大分県学校給食会
理事長 木津 博文

平素から、学校給食の充実にご尽力を賜りますとともに、(公財)大分県学校給食会の諸行事にご理解とご支援をいただき、誠にありがとうございます。

さて、昨年大会等の席上、大分県教育委員会工藤教育長は「海外で日本の学校給食制度への評価が高まっている。」同体育保健課加藤課長は「教育活動において学校給食が果していた役割の大きさを痛感している。」と、それぞれのご挨拶をお聞きする機会がありました。

その言葉どおり、昨年はコロナ禍の中で、改めて学校給食の意義や意味を再認識させられた1年間でした。学校や共同調理場等、最前線で学校給食を推進している皆様方、直接的・間接的にサポートしている学校給食調理・配送等の委託事業者や食材納入業者・生産者の皆様方の毎日のご努力に、敬意と感謝を表します。

令和3年度は新たな『長期経営計画2021』を定め、業務を推進してまいります。HACCPに添った衛生管理マニュアルの実運用や、子どもたちと生産者の交流を通じた体験型食育の研究も計画しました。本年度もどうぞよろしくお願いいたします。

大分県学校栄養士研究会の取組を紹介します！

こんにちは！ 宇佐地区です

宇佐市では、小学校24校、中学校7校、特別支援学校1校の給食を2つの共同調理場で作っています。
令和3年度は「早寝・早起き・朝ごはんの大切さを理解し、主体的に生活リズムを整えようとする児童生徒の育成」を食育年間指導目標とし、栄養教諭3名で食に関する指導に取り組んでいます。

食に関する授業の取り組み

教科等における食に関する指導

4
年生

朝ごはんのこん立を考えよう

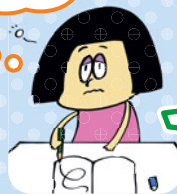
どんな朝ごはんを食べると元気が出るのか、献立を考える活動を通して学ぶ授業を行います。今年度からは iPad (ロイロノート) を活用し、料理カードを一人ひとり選択できるようにすることで、自分の普段食べている朝ごはんを振り返ることができるように工夫しています。



学校給食会の貸し出し教材「朝食バイキング用フードモデル」を利用して写真撮影し、教材を作成しました。



なんだか頭が
ぼーっとするなあ…



令和2年度の研究部の成果物を活用して、朝ごはんをしっかり食べなかったことで元気が出ない様子を動画にしました。導入でこの動画を流します。

1
年生

たべもののひみつをしよう

授業は紙芝居を動画にした、デジタル紙芝居から始まります。当日の給食の献立を利用し、赤・黄・緑の3つの色をそろえる大切さを学習します。



はな二ちゃん
と
げんきゴう

給食時間における食に関する指導

ふるさと給食指導

ふるさと給食の取組では学校へ給食指導に伺います。しかし、給食受配校が多くすべての学校にふるさと給食指導ができません。そこで令和2年度からふるさと食材を紹介する動画を作成し、市教委を通じて各学校に配布する給食指導を取り入れました。生産者の顔が見えることで、また違った指導効果が得られることを期待しています。



毎月ふるさと食材を紹介する「ふるさと給食だより」を配布しています。



子どもたちには「YouTube みたい！」と好評です！

自慢の調理場へ おじゃましま〜す！

杵築市学校給食センター



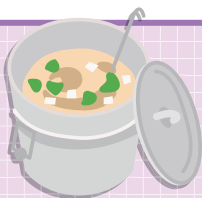
学校給食のキャラクター

茶カミン



杵築給食センターの概要

敷地面積	6,016.20㎡
建築面積	1,718.19㎡
構造	鉄骨造（1部2階建）
調理能力	2500食
厨房方式	フルドライ方式 ガス（ガスフライヤー・ガスボイラー）と 電気（蒸気釜 他）を使用
受配校	幼稚園6園／小学校10校／中学校3校
給食形態	米飯3回／週・パン2回／週
食器	ABS樹脂



杵築市では、杵築地域と山香地域にあった調理場が統合し、令和元年8月末より「杵築市学校給食センター」として稼動しています。

杵築市は、山と海に囲まれ自然豊かな市です。猪肉や鹿肉は、山香地域にあるジビエの加工施設で加工してもらっています。肉質もきれいで、臭みも気にならないため子ども達も抵抗なく食べています。野菜などは、使用量が多く手配が難しい食材もありますが、今後も農家の人の協力を得ながら杵築市の特色を生かし、魅力ある給食作りに取り組んでいきたいです。

地場産物の活用



杵築でとれた野菜をはじめ、みかん・お茶・猪肉・鹿肉・鰻などの地場産物を活用しています。自然の恵み、命をいただくことへの感謝の心にもつながっています。



茶カミンふりかけ

【材 料】（小学校1人分）

しらす	4g
★濃口しょうゆ	1.7g
★本みりん	1g
★三温糖	1g
★マーマレード	1g
粉 茶	0.7g
大豆の華	1.5g
いりごま	0.8g
食 塩	0.05g



※太字は杵築市でとれた食材です

【作り方】

- ①しらすは、スチームコンベクションオープンのスチームモード（または下ゆで）で加熱する。
- ②釜に★の材料を煮立て、しらすを入れ水分が飛ぶまで甘辛く煮る。
- ③火を止めて、ごま、大豆の華、粉茶の順にいれ塩で味を整える。

※粉茶は加熱しすぎると苦みがあるので仕上げに入れる。



しし肉の甘露煮

杵築のお茶豆

ハモの甘酢あんかけ

ジビエの
カレーミートスパゲティ

きつきみかん

しし肉カレー

調理場内の様子



真空冷却機でボイルした野菜などを約10分で冷却することができます。



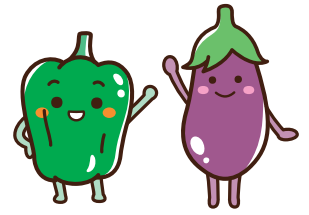
おいしくな〜れ

釜は全部で6基あります。
1つの釜で約650人分作ります。

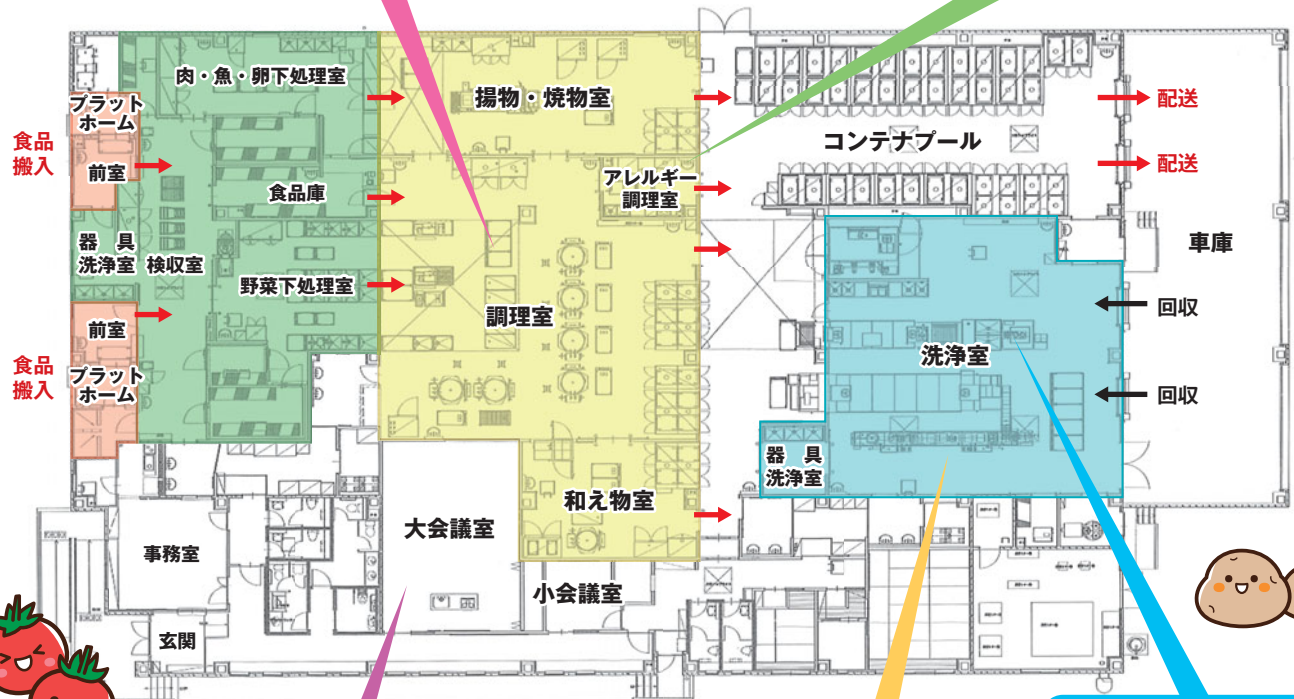


スチームコンベクションオーブンは3台あります。焼き物・蒸し物に利用する他、えび・いかなども、スチームにかけることで、釜でボイルしたときよりもふっくら仕上がり、うま味も抜けにくくなります。卵も袋ごと加熱でき、野菜の加熱もできるので調理の幅が広がりました。行事等で食数が少ない時は、手作りのハンバーグやグラタンなども提供しています。子ども達も大喜びでほとんどのクラスが完食でした。

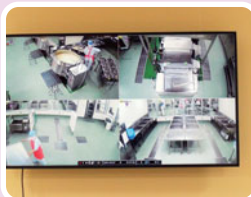
スチコンを使用すると、お肉の余分な油が落ちます



令和2年4月に食物アレルギー対応のマニュアルを見直し、学校・保護者との面談を重ねて安全を確保しながら、除去食・代替食の提供を行っています。



大会議室は、ガラス越しに調理の様子を見学することができます。ここから見えない部屋は、モニターでみることができます。モニターは録画機能もあり、調理の様子を見返すこともできます。



残菜計量機で学校・クラス別に計量し、データとして集積します。データはUSBでぬき出し各学校・クラスごとの残菜を確認することができます。



残菜処理機が水切りまでしてくれるので残菜がコンパクトになります。ある程度たまると自動でバケツが動きます。

ひみつのランチタイム

ある日の給食を
のぞいてみたら...

ごぼむしマン

「戸次のごぼマンを給食でも食べたい!」という
松岡小児童の要望から作られたレシピです。

大分市の学校では、戸次のごぼマンをアレンジした「ごぼむしマン」が給食に登場します。米粉が入ってもちもちとした生地とごぼマンの甘い具がとてもマッチしていて児童、職員にも好評です。



具は回転焼あんを入れる
道具を使い効率よく作業する
工夫をしています



40個ずつ蒸しています
生地も40個分ずつ混ぜます



給食開始時間に間に合うよう、
味つき飯などを組み合わせています

【材 料】(カップ1個分)

《具》

鶏肉	10g
糸こんにゃく	6g
ごぼう	10g
にんじん	3g
砂糖	1.2g
酒	0.8g
濃口醤油	2g
一味唐辛子	0.01g
くず粉	0.35g

《生地》

蒸しパンMIX	2.5g
米粉	2.5g
牛乳	10ml
水	14ml

アルミカップ(ひまわり小)



【作り方】

- ① 鶏肉は小さめの細切れ、糸こんにゃくは2cm程度の長さ、にんじんはさがきにします。
- ② フライパンに油をしき、鶏肉を炒め酒をふり、こんにゃく、ごぼう、にんじんを入れ炒め、調味する。汁が少なくなるまで炒める。
- ③ くず粉を同量の水でとき、②に入れ、具をまとめる。
- ④ 生地を材料をあわせる。
- ⑤ 蒸し器に並べたカップに③の具をのせ、その上から④の生地をかける。
- ⑥ 釜に蒸し器を入れ、14分程度強火で蒸す。

大分市の共同調理場

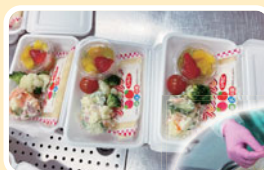
大分市には大規模共同調理場が2つあります。

【大分市学校給食東部共同調理場(平成20年9月～)】と【大分市学校給食西部共同調理場(平成22年9月～)】です。
大分県内でも1・2を争う大規模調理場ですが、小学校6年生には《卒業お楽しみ給食》を実施しています。
令和2年度はコロナ禍ということもあり、感染症対策を行ったうえでの実施となりました。

大分市学校給食西部共同調理場



調理食数	約7400食/日
受配校数	中学校17校 小学校3校
職員内訳	場長1名 事務1名 栄養教諭・学校栄養職員3名 調理員(委託)約55名 配送員(委託)約30名



大分市学校給食東部共同調理場



調理食数	約7200食/日
受配校数	中学校9校 小学校1校 小中一貫校2校
職員内訳	場長1名 事務1名 栄養教諭・学校栄養職員3名 調理員(委託)約50名 配送員(委託)約30名



おおいたの郷土料理レシピを紹介します！



別府地獄鍋

調理場名：別府市立上人小学校

栄養価

エネルギー	148kcal
たんぱく質	11.1g
脂 質	6.6g

材 料（1人分）

豚ミンチ	30g	豆腐	20g
酒	3g	干しいたけ	0.5g
塩	0.4g	キムチ	10g
こしょう	0.04g	にら	8.5g
おろし生姜	1.5g	パプリカパウダー	0.7g
卵	8g	だし昆布	1g
でん粉	3g	かつお節	1g
白菜	40g	酒	1g
にんじん	10g	濃口醤油	1.5g
		薄口醤油	3g
		水	100g

作 り 方

- ① だし昆布とかつお節でだしをとる。
- ② 豚ミンチにaの調味料を入れてよく練る。
- ③ 白菜・キムチはざく切り、にんじん・しいたけは千切り、豆腐はサイコロ切り、にらは2cm幅に切る。
- ④ パプリカパウダーはお湯でペースト状に練っておく。
- ⑤ 沸騰した①に②をだんご状に丸め入れていく。
- ⑥ 灰汁を取り、にんじん・しいたけを入れて少し煮る。
- ⑦ 白菜の白い部分とキムチを入れ、沸騰したら④を入れ、少し煮る。
- ⑧ 豆腐と白菜の葉を入れ味付けをし最後に、にらを入れて出来上がり。

一ロメモ

別府の血の池地獄をイメージした赤いスープと、坊主地獄をイメージした手作り肉だんごが入った鍋です。赤いスープとキムチが入っているので辛いイメージですが、あまり辛くしていません。

調理ポイント
パプリカパウダーをお湯でペースト状にする
ことで、スープが赤くなる
ことで、スープのま
まです。パウダーのまま
スープに入れないように
してください。



ごまだしうどん

調理場名：大分市立小佐井小学校

栄養価

エネルギー	125kcal
たんぱく質	4.5g
脂 質	5.3g

材 料（1人分）

(冷凍) うどん	60g	【ごまだし】	
油揚げ	3g	えそミンチ	5g
にんじん	10g	すりごま	5g
ねぎ	5g	三温糖	1.8g
干しいたけ	1g	濃口醤油	1g
薄口醤油	2g	薄口醤油	3.2g
塩	0.1g	酒	3g
かつお節	2g	サラダ油	1g
だし昆布	1g		
水	100g		

作 り 方

【ごまだしを作る】

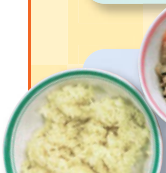
- ① 釜に油をしき、えそミンチに酒をふってよく炒める。
- ② aの調味料を入れ、すりごまを入れる。

【うどんを作る】

- ① にんじんはいちょう切り、ねぎは小口切り、しいたけはせん切り、油揚げは細切りにする。
- ② だし昆布とかつお節でだしをとる。
- ③ だし汁ににんじん、しいたけ、油揚げを入れる。
- ④ にんじんが煮えたら調味する。
- ⑤ 別釜でうどんを茹でる。
- ⑥ ごまだしを加えて味を調える。
- ⑦ うどんとねぎを加える。

一ロメモ

エソが大漁だった時に「ごまだし」を作
って保存しておき、うどんのにせて食す
という手軽な料理として佐伯で考案され
ました。現在ではエソの代わりにイワシ
やアジで作られることもあります。



黄飯とかがやく

調理場名：大分市立小佐井小学校

栄養価

エネルギー	322kcal
たんぱく質	13.9g
脂 質	3.2g

材 料（1人分）

【黄飯】		くちなしの実	0.1g
米	65g	水	適宜
【かがやく】		油揚げ	3.5g
えそミンチ	35g	ねぎ	4g
酒	0.8g	木綿豆腐	25g
大根	40g	濃口醤油	1g
干しいたけ	0.3g	薄口醤油	3g
ごぼう	15g	サラダ油	0.8g
にんじん	10g	水	10g

作 り 方

【黄飯】

- ① 炊飯用の水にクチナシの実をつけて色を出す。こして水と米を炊飯する。

【かがやく】

- ① 大根は拍子木切り、にんじん・しいたけはせん切り、ごぼうは半分に切って斜めにスライスする。
- ② 油揚げは油抜きをする。
- ③ 釜に油をしき、豆腐を炒め取り出しておく。
- ④ 釜に油をしき、えそミンチを炒める。
- ⑤ えそミンチに火が通ったら、にんじん・ごぼう・しいたけを加え炒める。
- ⑥ 水を入れ、沸騰したらアクをとる。
- ⑦ 大根を加え、火が通ったら油揚げを加える。
- ⑧ 豆腐を加え、調味する。
- ⑨ ねぎを加える。

一ロメモ

財政難だった臼杵藩の殿
様が赤飯の代わりに食べ
たのが始まりと言われて
います。黄飯にかがやくを
かけて食べます。



いしがきもち

調理場名：豊後大野市西部学校給食共同調理場

材 料（1人分）

中力粉	20g
三温糖	12g
さつまいも(1cm角カット)	20g
ベーキングパウダー	0.8g
卵	10g
水	12g
黒ごま	0.04g

栄養価

エネルギー	187kcal
たんぱく質	3.9g
脂 質	1.7g

作 り 方

- ① 深型ホテルパンにクッキングシートを敷いておく
- ② すべての材料を混ぜ合わせる。
- ③ ホテルパンに流し込む。上に黒ごまをふる。
- ④ スチームコンベクションオーブンのスチームで98℃に設定し45分焼く。
- ⑤ カットして配缶する。

※1枚の天ばんで45個完成。(1個84g程度)

一ロメモ

大分県の郷土料理「いしがきもち」です。
角切りに切ったさつまいもが石垣のよう
だったことから名前がついたという説も
あります。今日のさつまいもは豊後大野
市産の紅はがすです。

令和2年度 地場産物活用推進委員会活動報告

令和2年度の委員会では「水産」にスポットを当て、「魚体レプリカ・食育指導用教材の作成」に取り組みました。

魚体レプリカは実物に近い大きさで、大分県でもよく漁獲される「ブリ」「アジ」の2種類を作成しました。

食育指導用教材は、魚のクイズ集や画像・動画、食育指導案などを収録したデータ集が完成しました。給食時間の指導やおたよりなど学校現場の指導で使いやすいものになっておりますので是非ご活用ください。

食育指導教材データ集(県産魚)

クイズや画像・動画、食育指導案などが5枚のCD-Rに収録されています。



魚体レプリカ

ブリが約68cm、アジが約30cmの大きさになっています。専用の容器に収納しており、持ち運びも容易です。



ブリ



アジ

ブリ献立での給食時間の指導の様子

児童の皆さんも熱心に指導に耳を傾けていました。実物大のレプリカは実際の大きさを感じることができ、大人気でした。



(公財) 大分県学校給食会 令和3年度年間行事予定

月	日	行 事 名	会 場
4	5	学校給食用パン加工及び炊飯委託工場指定証交付式	大分県学校給食会
	15	令和3年度第2学期分学校給食用冷凍食品選定会予備審査会	福岡県学校給食会
	10	大分県学校給食会 会計監査	大分県学校給食会
	13	令和3年度第2学期分学校給食用冷凍食品選定会合同選定会【中止】	福岡県学校給食会
5	14	大分県学校給食会 監事監査	大分県学校給食会
	21	令和3年度第2学期分冷凍食品九州ブロック推奨品候補選定会	大分県学校給食会
	25	令和3年度学校給食九州ブロック研究協議会 【書面会議】	佐賀市ホテルグランデはぐくれ
	26	大分県学校給食会 第1回理事会	大分県学校給食会
	4	市町村健康教育主管課長及び学校給食共同調理場長会議 【延期】	埋蔵文化センター
	11	大分県学校給食会 役員等候補選出委員会	大分県学校給食会
	11	大分県学校給食会 定時評議委員会	大分県学校給食会
6	22	大分県学校給食衛生管理研修会	県庁舎本館 正庁ホール
	25	第1回全給連定例理事会	東京都 研究社英語センタービル
	25	第1回全給連定例総会	東京都 研究社英語センタービル
	26	第16回食育推進全国大会(27日まで)	岩手県 岩手産業文化センター
	6	大分県学校給食会物資選定会委員会	大分市学校給食西部共同調理場
	21	中国・九州地区物資共同購入会議	福岡県学校給食会
7	26	大分県学校給食調理従事者衛生管理研修会	県庁舎新館 大会議室
	29	九州各県学校給食会職員研修会(30日まで)	鹿児島県学校給食会
		大分県学校給食会物資展示会 【中止】	
7~10		学校給食に関する夏期講習会 【書面開催】	
	2	第19回九州地区健康教育研究大会(10日まで) 【リモート開催】	沖縄県
8	5	第62回全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会(6日まで) 【リモート開催】	群馬県 高崎Gメッセ
	19	夏期衛生管理講習会	大分県学校給食会
	19	令和3年度第3学期分学校給食用冷凍食品選定会予備審査会	佐賀県学校給食会
	16	令和3年度第3学期分学校給食用冷凍食品選定会合同選定会	福岡県学校給食会

月	日	行 事 名	会 場
	21	第72回全国学校給食研究協議大会(22日まで) 【リモート開催】	北海道 札幌市民交流センター
10	未定	大分県学校給食会物資選定会委員会	大分県学校給食会
	未定	中国・九州地区物資共同購入会議	福岡県学校給食会
	1	おおいた教育の日推進大会	くにさき総合文化センター
	13	第11回学校給食フェア 【中止】	大分県学校給食会
11	19	大分県食育指導者研修会	県庁舎本館 正庁ホール
	未定	九州各県学校給食会食品検査連絡会議	大分県学校給食会
	未定	令和4年度第1学期分学校給食用冷凍食品選定会予備審査会	長崎県学校給食会
	15	大分県学校栄養士研究発表会	県庁舎本館 正庁ホール
12	未定	大分県学校給食優良学校等表彰選考委員会	大 分 市
	未定	中国・九州地区物資共同購入会議	島 根 県
	未定	令和4年度第1学期分学校給食用冷凍食品選定会合同選定会	福岡県学校給食会
1	27	大分県学校給食振興大会・大分県食育実践研修会	県庁舎本館 正庁ホール
	未定	大分県学校給食会物資選定会委員会	大分県学校給食会
	18	第2回全給連定例理事会・総会	東京都 研究社英語センタービル
	下旬	大分県学校給食会 第2回理事会	大分県学校給食会
	下旬	大分県学校給食会 臨時評議委員会	大分県学校給食会
2	未定	九州各県学校給食会ブロック会議	鹿児島県
	未定	中国・九州地区学校給食会運営会議	沖縄県
	未定	中国・九州地区物資共同購入会議	福岡県学校給食会
	未定	九州地区物資共同購入会議	福岡県学校給食会
3	中旬	学校給食用パン加工・炊飯委託工場選定会委員会	大分県学校給食会
	未定	全給連管理職(事務局長・課長クラス)研修会	東京都学校給食会
	未定	全給連初任者研修会	東京都学校給食会
	未定	全給連実務(衛生管理)担当者研修会	東京都学校給食会



おおいた給食ふぁいと

編集委員



- 大分市立明野西小学校 校長 松本 紀子
- 大分市立小佐井小学校 栄養教諭 永野 智子
- 大分県立由布支援学校 主任学校栄養職員 阿部 和美
- 大分市立滝尾小学校 栄養教諭 島田 千津恵

- 宇佐市宇佐学校給食センター 栄養教諭 上野 恵美
- 国東市安岐学校給食共同調理場 栄養教諭 佐々木 愛実
- 公益財団法人大分県学校給食会 係長 濱本 真由美
- 公益財団法人大分県学校給食会 食育アドバイザー 佐藤 啓子

編集：広報紙「おおいた給食ふぁいと」編集委員会 〈大分県学校栄養士研究会・公益財団法人大分県学校給食会〉

発行：公益財団法人大分県学校給食会 〒870-0846 大分県大分市花園二丁目3番12号

TEL 097-543-5121 (代表) FAX 097-545-2264 (代表)