

鳥取県

学校給食会だより



令和3年9月2日 文責:佐竹香寿代
HPアドレス:<http://www.togk.or.jp>

9月号 (No.239)

(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

食と健康の伝言板 NO.90

「学校給食を通して子どもたちに教えたこと」

鳥取市立第一学校給食センター 学校栄養職員 森村渚 氏

私は、未来を担う子どもたちが生涯にわたって健康に過ごせるよう、健全な食生活を営む力を育てたいと思い、学校栄養職員を志しました。私は以前、成人の方を対象に栄養指導を行う仕事をしていた。指導を行っている期間中は食生活や運動習慣を改善できる方が多いのですが、指導期間が終わってしばらくすると、もとの食生活や運動習慣に戻ってしまうということがよくありました。頭では分かっている、これまでの人生で身についた習慣を変えることは簡単ではありません。この経験から、子どものころから望ましい食習慣を身につけておくことの大切さを痛感しました。そこで私は、学校給食を通して、「バランスの良い食事とはどのようなものか、自分は何をどのくらい食べれば良いのか」など、自分自身で食事を選択できる力を養ってほしいと思っています。そのために、学校訪問の際や食育だより、掲示物を通して「この食材にはどのような栄養素が多くて、体のなかでどういった働きをするのか」ということを伝えるように心がけています。このように栄養について言葉で説明することも必要ですが、毎日の学校給食を通して自然と理想的な食事のかたちを覚えてもらえるといいのかなと思います。そうして子どもたちが大人になったとき、学校給食のことを思い出して、より良い食生活を営んでもらえるよう、日々の献立作成や食育活動を頑張っていきたいです。



そのために、学校訪問の際や食育だより、掲示物を通して「この食材にはどのような栄養素が多くて、体のなかでどういった働きをするのか」ということを伝えるように心がけています。このように栄養について言葉で説明することも必要ですが、毎日の学校給食を通して自然と理想的な食事のかたちを覚えてもらえるといいのかなと思います。そうして子どもたちが大人になったとき、学校給食のことを思い出して、より良い食生活を営んでもらえるよう、日々の献立作成や食育活動を頑張っていきたいです。

9月12日は「とっとり県民の日」です！

現在の鳥取県が誕生した明治14年9月12日にちなんで、平成10年に「とっとり県民の日」が制定されました。この「とっとり県民の日」を定めた条例では、県民がふるさとについての理解と関心を深めるとともに、ふるさとを愛する心を育て、もって自信と誇りの持てる鳥取県を力を合わせて築き上げることを期する日」とされています。この日をきっかけに、鳥取県や地域のことを考えてみてはどうでしょうか。



学校給食センター及び共同調理場、単独校等の学校給食現場では、このとっとり県民の日にちなんで、県産品や地元の食材を豊富に使用した給食献立になっております。次月の学校給食会だよりでは、学校給食献立とその取り組みを紹介させていただきます。

食と健康の伝言板 NO.89

今年度、新規採用の先生にご執筆いただきましたのでご紹介します。

「給食を通じて伝えたいこと」

境港市学校給食センター 学校栄養職員 山本千尋 氏

学校栄養職員として採用されてから約半年が経ち、とても恵まれた環境で働かせて頂いていると感じています。給食センター所長、教職員、調理員など、多くの方々に支えられていること、知識・経験豊富な尊敬する先輩方と働けていることに感謝しています。



昨年度10月のまぐろの日に提供した給食の献立

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・まぐろのカツレツ
- ・ブロッコリー
- ・コンソメスープ

私は小学生のとき、好き嫌いの多い子どもでした。片づける時間が早く来れば良いのにと感じていました。しかし、栄養士の先生が来られ、食べ物の働きや郷土料理、行事食についてなどの話を聞くと、少しずつ好き嫌いが減っていきました。そのうち、食や栄養について、もっと知りたいと興味を持ちました。さらに今後は、子どもたちに食の楽しさや大切さを伝えたいと思い、学校栄養職員として働く道を選びました。

現在勤務している境港市には、全国でも有数の漁港があり、一年を通して多くの魚が水揚げされ、いつでも新鮮な魚を食べることができます。地元でとれた魚をおいしく食べてくれているかなと給食時間の様子を見に行くと、魚の骨に対する抵抗感や味や匂いへの苦手意識が高く、なかなか食べられない姿を目にすることがあります。そこで、今年度の6月から毎月19日を「おさかな王国🐟さかいみなとの日」と名付け、地元業者や市水産課、総合技術高校などと協力して、境港市の子どもたちに、ふるさとの魅力を伝え、郷土を大切に作る心が育めるよう、魚食給食を実施しています。



給食センターの道路側の窓に、掲示物を作成し、「おさかな王国🐟さかいみなとの日」をPRしました。

その魚食給食を通して、子どもたちが小学校時代の私のように食に興味が高まり、今も将来も健康に生活ができるように、食の楽しさ、大切さを伝えていきたいです。

防災について考えよう！

9月1日は自然災害に備えることを考える大切な日です。1923年(大正12年)9月1日には、「関東大震災」が発生しました。このことから、毎年9月1日を防災の日と制定し、この日を含む1週間は「防災週間」とされています。特に日本は地震が多い国といわれ、ほぼ毎日、震度1以上の地震が日本のどこかで発生しています。しかしここ近年は、地震に限らず台風や大雨等による災害も発生しています。各家庭において今一度、防災に対する備えを見直しておきましょう。

また、9月9日は「9(きゅう)9(きゅう)」の語呂合わせから、「救急の日」としています。この日は「救急について知る日」とし、1982年(昭和57年)厚生労働省によって定められました。

自然災害はいつ起こるかわかりません。おうちの人と避難場所、災害時の連絡方法、救急箱の中身の確認などをしておきましょう。