

鳥取県

学校給食会だより



令和4年5月30日 文責:佐竹香寿代
HPアドレス:<http://www.togk.or.jp>

5月号 (No.247)

(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

今年度の「食と健康の伝言板」では、本会と取引のある学校給食関係先に学校給食用食材の製造から販売までの取り組みについてご執筆いただき、ご紹介させていただきたいと思っております。

早速、今月号では、学校給食でよくご使用いただいております、カットベーコンやウインナーなどの製造をされておられます兵庫県にある印南養鶏農業協同組合にご執筆いただきました。

食と健康の伝言板

印南養鶏農業協同組合

印南養鶏農業協同組合は昭和28年に設立され、今年で創立69年を迎えます。

弊組は大きく分けて2つの系統事業がございます。

1つ目は養鶏農家様への経営指導、鶏卵の出荷販売事業、食鳥処理事業、2つ目は食肉の販売、食肉加工品の販売事業を系統事業として行っております。

学校給食を通じて直接関わりのある食肉加工品の販売事業では、昭和47年に兵庫県健康教育公社の指定工場として学校給食用食材の製造販売を開始致しました。「一貫した農協システム」を基に鶏卵をはじめ親鶏加工品の「安心・安全」と「おいしさ」の追及に積極的に取り組んで参りました。食のリスクに対する社会的関心に応えるべく、鶏肉加工品、畜肉加工品ともに、トレーサビリティ管理や設備・運用の両面から衛生管理も徹底しております。また、消費者(児童・生徒)の皆様のため、アレルギーを極力排除した加工品の製造にも取り組んでおります。

また令和3年4月よりSDGsの取り組みを開始し、17個ある目標の中で当組合では

- 2番: 飢餓ゼロ
- 3番: すべての人に健康と福祉を
- 12番: つくる責任つかう責任
- 13番: 気候変動に各具体的対策を

の4個の目標に対して、印南養鶏の目標を策定し、達成に向けて組合一丸となって取り組んでおります。

これからも「我が子にも食べさせたい。安心・安全の食づくり」を念頭におき、高品質な加工品を皆様の食卓へお届けしたいと考えております。

今後とも皆様のご指導・ご鞭撻の程、宜しくお願い申し上げます。



今が旬！いんげん豆とスナップエンドウの美味しい茹で方のご紹介

春から夏にかけて、青い豆が最も美味しくなる時期です。スナップエンドウは4～5月頃、いんげん(さやいんげん)は6～9月ごろが旬とされています。

特にこの時期の豆はみずみずしく、歯ごたえがあります。しかし上手に茹でないと、せっかくの栄養や食感が活かされなくなってしまいます。

そこで、いんげんとスナップエンドウの茹で方をご紹介します。

おいしい茹で方

1. 沸騰したお湯に入れ、強火で2分ほど茹でる
 2. ざるに上げ、うちわなどで冷ます
(注意: 水にはさらさない)
 3. 豆の甘みを引き出すため、かるく塩をふる
- * 塩ゆですると豆が硬くなるため、あとから塩をふるのがおすすめ!!

* スナップエンドウの筋は、取ってから調理しましょう!!

1. スナップエンドウは、へたと反対側の先をつまんで折り、へたの方まで引いて筋を取る
2. 次に筋がついたままへたを折って下に向かって引き、反対側の筋を取る。

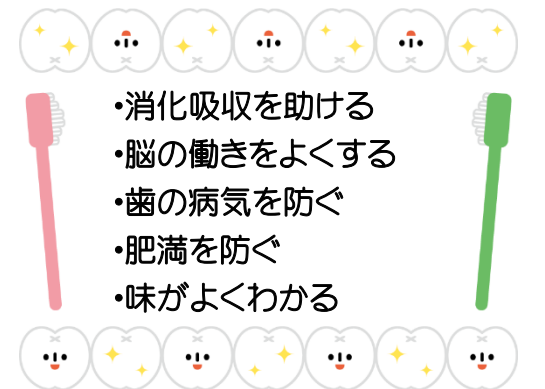


歯を大切にしよう!

来月、6月4～10日は「歯と口の健康週間」です。

歯は一生使い続けるものです。いつまでも自分の歯でおいしく食べ続けられるように、自分で歯と口の健康を守り、丈夫にする食生活を心掛けましょう。

よく噛んで食べると、口の中にだ液がたくさん出てきます。だ液は、消化を助けたり、歯を丈夫にする働きがあります。また、よく噛むことで次のような効果があります。



- 消化吸収を助ける
- 脳の働きをよくする
- 歯の病気を防ぐ
- 肥満を防ぐ
- 味がよくわかる

よく噛むための料理の工夫

○ 噛み応えのある食材を取り入れてみよう

かたい物、繊維質の多いもの、弾力のあるもの、乾燥したものなどを料理に使ってみましょう

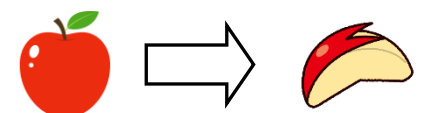


○ 食材は大きめに切りましょう

大きめに切ることで、噛む回数がふえます

○ 皮も一緒に使いましょう

皮と一緒に食べることで、噛み応えがアップします



○ 生で食べる料理、加熱する料理を組み合わせよう

野菜やいも類は加熱するとやわらかくなり、肉や魚は加熱するとかたくなります。