



下野市では、「下野市食育・地産地消推進計画」の下、市内学校と健康増進課、農政課、教育総務課、学校教育課が連携しながら、様々な取組を実施しています。

「下野市食育だより29号」では、学校給食における地場産物活用の取組と各学校における食育の取組を紹介します。



学校給食への地場産物の活用

下野市では、毎月19日前後に設定する「しもつけいっぱいday」を中心に、県産・下野市産の食材を献立に活用しています。

19(木)	主菜	ご飯
しもつけ いっぱい day	主菜	豚肉のごまだれ焼き
	副菜	もやしとにらの酢じょうゆあえ
	副菜	かんぴょうのみそ汁
	その他	牛乳



なぜ、学校給食に地場産物を活用しているのですか？

学校給食は、食を学ぶ上での「生きた教材」です。地場産物の活用は、地域の自然、文化等への理解を深めたり、生産者や食への感謝の気持ちを育んだりする上で重要な役割を果たしています。



地場産物を活用した人気メニュー紹介

もやしとにらの酢じょうゆあえ

材料(4人分)



にら 3cmカット	60g (2/3束)
もやし	170g
えのきたけ 1/4カット	50g (1/4束)
酢	7g (大さじ1/2)
★しょうゆ	9g (大さじ1/2)
ごま油	2g (小さじ1/2)

つくりかた

- ①野菜を洗い、切る。
- ②野菜をゆでる。えのきたけは、しっかり火を通し、にらともやしはさっとゆでる。ゆでたら水で冷やして、しぼる。
- ③★を混ぜ合わせ、②の野菜とあえる。味見をして味の調整をする。

豚肉とごぼうのかりん揚げ

材料(4人分)



豚もも肉	250g
生姜	6g(1/3かけ)
しょうゆ	6g(小さじ1)
片栗粉	60g
ごぼう	120g(1/2本)
砂糖	15g(大さじ1)
★しょうゆ	18g(大さじ3)
水	6g(小さじ1強)
白いりごま	3g(小さじ1)

つくりかた

- ①豚肉を1×1×4cmの拍子切りに切る。切った豚肉にすりおろした生姜としょうゆで下味をつける。ごぼうは3mm幅のななめに切る。
- ②★を鍋に入れ、ひと煮立ちさせる。煮立ったらごまを入れ火を止める。タレは冷ましておく。(熱いと、揚げた豚肉の衣がはがれやすくなる。)
- ③①の豚肉に片栗粉をまぶす。この時、ポリ袋に豚肉と片栗粉を入れ空気を入れて振るとまぶしやすい。
- ④フライパンに2cmぐらいの多めの油を入れてパラパラと豚肉を入れる。ごぼうも揚げる。(一気にやるのではなく少しずつ入れていく。)
- ⑤豚肉とごぼうに②のタレをからめて完成。

各学校での食育の実践

「下野市食育・地産地消推進計画」では、外部講師による「食に関する指導」を奨励しています。

各学校では、栄養教諭・学校栄養職員による食育の授業のほか、外部講師による「食に関する指導」の機会を設け、食育の充実を図っています。



今回ご紹介するのは、取組の一部になります。各学校では、このほかにも様々な取組を行っています。

ユウガオ栽培・皮むき体験

【講師】地域の方々、下野市文化財課職員



地域の方にご協力いただき、苗植え、わらしき、花合わせ、摘心、皮むき等を体験しました。

文化財課職員の指導の下、「手かな」での皮むき体験をしました。

収穫した分を給食に使用した学校もありました。



県立博物館による出前授業

石臼を挽く体験や、昔の生活道具に関する学習を通して、現在と昔の食生活との違いについて学びました。

【講師】県立博物館職員



食品安全教室

【講師】栃木県保健福祉部生活衛生課職員



食品表示、食中毒の予防について学んだほか、普段の手洗いと、正しい方法での手洗いの後の細菌の数を測定し、違いを確認しました。

カルビー・スナックスクール

【講師】カルビー株式会社フードコミュニケーション事務局職員



1日のおやつを目分量や食べる時間、パッケージ表示の見方等について、ゲーム形式で楽しく学びました。



持続可能な食を支える食育の推進事業



食育の推進事業

【講師】農林水産省関東農政局職員



総合的な学習のゼミ活動の一環として、食料自給率の低下の現状を踏まえた持続可能な生産体制、つくる側とつかう側が取り組む食品ロス対策、持続可能な消費と生産に関する国の取組について学びました。

学校給食とコラボした「食育×農業」出前授業

学校教育課新事業



【講師】株式会社「誠和」職員

トマトの歴史や旬の時期、最新の栽培方法について、クイズ形式で考えたり、実際に資材を手にとったりしながら学びました。

学習後は、市内の「トマトパーク」で生産されたトマトを使用した地元のシェフ考案の給食メニューをおいしくいただきました。



地元シェフ考案「鶏肉のフレッシュトマトソースかけ」



シェフからのビデオメッセージを見ながらいただきました。

