

南三陸町と福井市における学校給食の献立考案について

家政学部食物栄養学科 給食経営管理研究室 木下伊規子 食物栄養学科管理栄養士専攻4年 青木優実・新井千夏・永田友紀

【概要】

本学は2017年に福井市と地域振興や人材の育成および教育・学術研究の推進に寄与することを目的とし、連携協力に関する協定を締結した。これを機に本研究室では2018年度に福井市の伝統食材である打ち豆、2019年には福井市産の大麦に注目し、学校給食の献立を考案するとともに、給食の時間を利用して児童・生徒に食育活動を行ってきた。

2020年は福井市のみならず、同じく2019年に本学と連携協力に関する協定を締結した南三陸町を加え、福井市は生豆粉、煎り挽割大豆、南三陸町はタコ、秋鮭、小松菜などを利用した学校給食の献立を検討した。2月に福井市ならびに南三陸町で現地視察を行い、その後、本学にて試作を繰り返し、献立を考案した。さらには、食育活動として福井市は「大豆の栄養と加工食品」をテーマにポスターを作成し、市内小中学校に掲示をした。南三陸町では「南三陸町と海産物について」をテーマに栄養教育を給食提供時に行う予定であったが、新型コロナウイルス蔓延防止対策のため現地には出向かず、事前に録画したDVDを視聴してもらい、その後に南三陸町立入谷小学校6年生の児童の方々と交流を行った。

本プロジェクトを遂行することにより、福井市ならびに南三陸町ともに、児童・生徒に地産地消の大切さをより深く理解してもらい、地域活性化の一助となった。また、それぞれ地元メディアに取り上げてもらい、本学の知名度向上に少なからず貢献したのではないかと考える。

【プロジェクト実施内容】

これまでの取り組み

◇2018年度
福井市教育委員会と連携し、2018年2月に市内小中学校の給食に卒業生が考案した「打ち豆入り春巻き」が提供された。それと同時に事前に栄養指導をDVDに収録し、給食時間に各教室に放映した。また、夜の福井館(東京館)、福井館(福井市)にて打ち豆春巻きが販売された。学内では、管理栄養士専攻3年生の給食経営管理実習Ⅱにて、2018年11月に「打ち豆入りご飯」を学生ならびに教職員に提供した。卒業生が考案した打ち豆入りキーマカレーが2号館2階のロハスカフェにて販売された。

◇2019年度
2019年度と同様に福井市教育委員会と連携し、2019年2月に市内小中学校の給食に卒業生が考案した「鮭と大麦入りコロッケ」が提供された。当日は福井市立南生津小学校6年生のクラスで「大麥」をテーマに栄養指導を行った。その他の学校では、事前に栄養指導をDVDに収録したものを給食時間に各教室に放映した。学内では、管理栄養士専攻3年生の給食経営管理実習Ⅱにて、2019年7月に「小松菜と油揚げ(福井産)の煮びたし」、「金福・銀福スイカ(福井産)」を学生ならびに教職員に提供した。



2020年度 プロジェクト実施内容

日付	実施内容
2月	福井市、南三陸町にて現地視察を行う。それぞれに管理栄養士、栄養教諭の方から給食についての講義を受ける。テーマである食材の生産者様からの講義・実習を受ける。
3月~4月	福井市は2月に実施予定である「生豆粉」「煎り挽割大豆」を使用した学校給食献立の検討ならびに試作。南三陸町は10月に実施予定である「タコ」「秋鮭」「小松菜」を使用した学校給食献立の検討ならびに試作。
7月~9月	試作後の献立を福井市、南三陸町ともに管理栄養士、栄養教諭の方に提出する。その後、ご指摘をいただいた箇所を修正し、決定稿とする。
10月~11月	福井市は栄養教育の指導媒体としてポスターを作成し、南三陸町は栄養教育のDVDに収録する。学内の実習である「給食経営管理実習Ⅱ」の給食で南三陸産を提供する。
11月27日	南三陸町にて学生が考案した給食献立が提供され、給食後にオンラインにて児童からの質疑に回答し、交流を行う。
12月~1月	卒業論文発表会に向けての準備(その後、新型コロナウイルス感染防止対策のため中止が決定)。
2月22日	福井市にて学生が考案した給食献立が提供される。
3月~	地域連携プロジェクト報告会の準備。
3月18日	2020年度地域連携プロジェクト報告会が開催される。

【成果報告】

2020年度 テーマ

<福井市>
「生豆粉」と「煎り挽割大豆」
生豆粉とは加熱していない生の大豆を粉末加工したもの
煎り挽割大豆とは大豆を煎って挽割りにしたもの

<南三陸町>
海産物の「タコ」と「秋鮭」、野菜の「小松菜」

実施踏査 <福井市>

煎り挽割大豆についての講義
福井市教育委員会 保健給食課の栄養士の方と献立についてのミーティング

「魚汁」
越前海岸地域の伝統料理
魚汁の実習と試食

実施踏査 <南三陸町>

海産物が多い理由
①植物プランクトンや海藻が多い
②リアス式海岸に多く生息する微生物が
水質を高めている

鮭に関する取り組み
①孵化放流
②養殖

南三陸町学校給食センターにて
栄養教諭の高橋佳子先生の講義

南三陸町自然環境活用センターの方からの
講義内容(ZOOM利用)

福井市では地元で獲れた大豆から作られた生豆粉と煎り挽割大豆を、南三陸町では海産物のタコと秋鮭、野菜の小松菜をテーマ食材として献立考案をした。

福井市へ現地視察に行き、生産者様からテーマ食材についての講義ならびに実習をしていただいた。また、福井市教育委員会保健給食課の栄養士の方と、給食提供の時期や献立内容についてのミーティングを行った。

南三陸町へ現地視察に行き、栄養教諭の高橋先生から南三陸町の学校給食についてご講義をいただいた。その後、自然環境活用センターの方から南三陸町の海産資源についてオンラインによるご講義をいただいた。

試作および献立検討 <福井市>

検討内容
主菜: 鮭の2種の大豆衣揚げ
衣の小麦粉・生豆粉・水の分量の検討
小麦粉を米粉に変更し
再度分量の検討
衣に挽き割り大豆を加え
分量の検討

試作時の献立写真

給食提供 <福井市>

主食 ご飯
主菜 鮭の2種の大豆衣揚げ
副菜 小松菜ときのこの炒め物
汁物 具沢山味噌汁
飲み物 牛乳

実際に提供された給食写真

栄養教育 <福井市>

媒体: ポスター
テーマ「大豆の栄養と加工食品」
1月中旬から市内の小中学校に作成したポスターを掲示

作成したポスター(B2サイズ)

食育活動では、テーマ「大豆の栄養と加工食品」としポスターを作成、市内の小中学校に掲示した。上記の写真にあるように、当日は学生の作成したポスターが掲示される横に、小学校で作成したポスターが掲示されていた。

福井市の過去の学校給食献立の分析を行い、献立検討を行った。その結果、主菜を鮭の2種の大豆衣揚げに決め、試作を繰り返した。検討内容は食感を高めるために小麦粉を米粉に変更し、煎り挽割大豆の使用割合を増やした。

上記の写真が実際に提供された給食写真である。主菜は調理をする上で、作業工程の効率を良くするため、鮭を切り身からサイコロ状に変更した。

食育活動では、テーマ「大豆の栄養と加工食品」としポスターを作成、市内の小中学校に掲示した。上記の写真にあるように、当日は学生の作成したポスターが掲示される横に、小学校で作成したポスターが掲示されていた。

試作および献立検討 <南三陸町>

検討内容
主菜: 鮭のじゃがいも衣揚げ
衣は小麦粉と米粉の2種で試作
米粉に決定
じゃがいもは細さ2mm、長さ1/2
長さ1/3に変更

汁物: タコのミネストローネ
タコの使用量が少なく
見た目と伝わらない
大きめに切る

試作時の献立写真

給食提供 <南三陸町>

主食 パン
主菜 鮭のじゃがいも衣揚げ
副菜 小松菜とパプリカのバターソテー
汁物 たこのミネストローネ
飲み物 牛乳

実際に提供された給食写真

栄養教育 <南三陸町>

テーマ「南三陸町と海産物について」

事前にDVDを撮影している風景
給食提供当日のオンラインによる交流風景

南三陸町立入谷小学校の児童の皆さん
共立女子大学の学生

食育活動では、テーマ「南三陸町と海産物について」とし、事前に栄養教育の風景をDVDに撮影した。当日は給食提供前に録画を視聴してもらい、その後オンラインによる質疑応答を行い児童との交流を図った。

南三陸町の過去の学校給食献立の分析を行い、献立検討を行った。その後、試作を繰り返した。検討内容は主菜の衣に使用するじゃがいも、汁物に使用するタコの切り方について、仕上がりの食感と視覚的にも良くなるように工夫した。

上記の写真が実際に提供された給食写真である。鮭のじゃがいも衣揚げは、秋鮭とじゃがいもがとても良く合っていた。汁物のミネストローネは、タコの食感も良く、スープにタコの旨味が広がっていた。

食育活動では、テーマ「南三陸町と海産物について」とし、事前に栄養教育の風景をDVDに撮影した。当日は給食提供前に録画を視聴してもらい、その後オンラインによる質疑応答を行い児童との交流を図った。

【まとめ】

本プロジェクトでは、本学の学生が各地域の特産品を使用した学校給食の提供や食育活動を通じて、学校及び学校給食に携わる先生方に始まり、現地の児童及び生徒、各特産品の製造及び販売に携わる生産者様や各地域の魅力伝えるために日々活動をしている方々と様々な交流をすることができた。地域・産業の振興に寄与することを目的として始まった地域連携活動は、それぞれの地域の特産品の普及や地産地消に貢献するだけでなく、普段は関わることのできない現地の人々との交流の場ともなり、地域連携活動を行っていくことはとても重要であると感じた。

【謝辞】

本プロジェクトを行うにあたり、大変お世話になりました福井市ならびに南三陸町のご関係者の方々に心より感謝申し上げます。プロジェクト資金ならびに学内の関係者の皆様に多大なるご助力を賜りましたことに厚くお礼申し上げます。福井市ならびに南三陸町の児童・生徒の皆さまの健やかなる心身のご成長を心よりお祈り申し上げます。