

# 食育だより

平成23年3月第2号  
栃木市教育委員会  
学校教育課



吹く風が暖かく感じられるようになってきました。  
早いもので、昨年3月に新生栃木市が誕生して、1年がたとうとしています。  
さて、本号では、1月の学校給食週間に各学校で実施した、地域の農産物の活用状況や郷土料理の調理実習などの取り組みを紹介したいと思います。  
これら様々な行事を通して、子どもたちは地域の方々との連携を深めています。

## ★大平産黒大豆を使用しました

1月に、市内全小中学校37校の学校給食に大平町でとれた黒大豆(丹波黒)102kgを「煮豆」等で提供しました。



粒が大きくて、やわらかくてとてもおいしい。甘み控えめでもつゆもおいしい。と大変好評でした。

「黒大豆オーナー制度」により栽培されました。  
栽培者：北武井集落営農組合 16名



国府北小

6月中旬 種まき

10月中旬 枝豆の収穫

実が熟す前の「枝豆」は、塩ゆでにすると甘みがあります。豆はきみどりで少し紫色が入っています。



12月中旬 黒大豆の収穫



選別作業



収穫前

## ★学校農園での取り組み

吹上小では、学校敷地内にある農園で、食育に積極的に取り組んでいます。

「吹上大根」を復活させよう

近年作られなくなった、地元の吹上大根を吹上小5年生が学校農園で栽培しました。収穫前には、吹上大根の歴史や伝統的な収穫の道具なども学びました。



細くて長い吹上大根



収穫の道具(先端50cmが鉄でできた棒)で大根のそばにさしたおすようにして、もう一人の人が大根を引き抜きます。

## 「オール栃木市デーの献立」



6年生が育てた米、吹上大根入り味噌汁、栃木市産豚肉など栃木市の食材を使用しました。

## ★豆つかみ大会

千塚小で給食週間に実施した豆つかみ大会は15秒間に大豆を何個ゼリーカップへ移すことができるか競います。事前に箸の持ち方や使い方を確認します。低学年4個、中学年6個、高学年8個以上で「豆つかみ名人認定証」がもらえます。



千塚小1年生

初めての豆つかみ大会です。緊張しながらもていねいに豆をつかんでいます。

## ★藤岡地域の地産地消

藤岡学校給食センターでは「道の駅 みかも」と「JALもつけ」より、地元藤岡地域で生産された食材を購入し、給食に使用しています。

道の駅みかも

- 年間を通して使用可能な食材  
干しいたけ 大豆
- 季節によって使用できる食材  
キャベツ たまねぎ さといも にんじん はくさい だいこん ねぎ きゅうり じゃがいも



切干大根ごま酢和え

2月に初めて「切干大根」を使用しました。シャキシャキと歯ごたえがあっておいしかったです  
献立：焼き肉 切干大根のごま酢あえ 海そうスープ

JALもつけ

- 年間を通して使用可能な食材  
にら、水菜
- 季節によって使用できる食材  
トマト、なす、さつまいも

## ★生産者とのふれあい給食

JALもつけ直売部会



生産者の方と一緒に食べることは、子どもたちにとって、地場産物への興味を深め、生産者のご苦勞を知ることにより、感謝の気持ちを育てる機会となっています。

南小・大宮北小・国府北小学校給食共同調理場、都賀学校給食センターへ納入していただいています。11月から12月に生産者とのふれあい給食を実施しました。左の写真は、その様子です。

上段：国府北小  
下段：大宮北小

寺尾学校給食農産物供給会



寺尾地区では、寺尾学校給食農産物供給会より、毎月約半数の品目の農産物を納めていただいています。1月には、寺尾中央小、寺尾南小、寺尾中で交流給食を実施しました。

供給会の大根を使った「えび大根」



渡良瀬川流域の郷土料理。寒い時期にとれる川えびと大根の煮物。学校給食でも実施しています。

## ★栃木県の郷土料理「しもつかれ」

しもつかれは、2月の初午(2月に入って最初の午の日)に作られる栃木県の郷土料理です。稲荷神社や氏神様にお赤飯と共に供え、「家内安全」「火の用心」を祈願します。また、7軒のしもつかれを食べると病気になるいと言われていました。「鬼おろし」という道具で大根、人参を粗くすりおろし、鮭の頭、油揚げ、大豆、酒かすを入れて煮ますが、学校給食では、鮭の身を使い、酒かすを控えめに作り、毎年2月に実施しています。

## 都賀中学校家庭科「郷土料理や行事食の調理実習」

都賀産の小豆のあんこやもち米を活用した餅つきやしもつかれ作りをしています。



鬼おろしを使って

【感想】

○今日の調理実習で初めてしもつかれのおいしさが分かりました。地域ごとに様々な食文化があり、独特なものだと思いました。私たちの生まれた地域では他にどんなものがあるかなど興味を持ちました。「餅つき」と「しもつかれ」など栃木県の郷土料理を無くしてしまっただけでは絶対いけないと思いました。いろいろな人に受け継いでいきたいです。○家の人とはじめて食べたそうです。「とてもおいしかったよ。機会があったら作ってね。」と言ってくれました。僕はとても嬉しかったので、今度、料理をふるまっただけならいいなと思いました。

## ★食育カルタと食育ソング&ダンス

赤津小 カルタ取り



平成20年度に「都賀町農村生活研究グループ」から、食育のお手伝いをしたいと声をかけられ、一緒にオリジナルの「食育カルタ」を作成しました。絵札を都賀地域の幼稚園・保育園・小中学校に募集して作りました。平成21年度は地域の合唱グループ「ふれーずママ」と協力して「食育ソング&ダンス」も作りました。給食週間に、食育カルタや食育ソング&ダンスを活用しています。

食育フェスティバル



2月に実施した都賀地区食育フェスティバルでは、大勢の子どもたちが楽しく過ごしていました。「地域の方々と一緒に食育推進のために参加されていて、すごく協力体制のとれる素晴らしい地域」と講師の方よりコメントをいただきました。

## ★子どもたちと食育

平成21年度に実施した栃木地区の食生活調査では、朝ごはんを毎日食べる割合は小学生92.1%、中学生87.2%でした。

食べない理由としては、「時間がない」50%、「食べたくない」18.2%ですが、「朝ごはんが用意されていない」も6.1%ありました。

文部科学省では、2006年から授業への集中力を高めようと「早寝早起き朝ごはん」をすすめています。

学校では、日頃から望ましい食品の選択能力が身につくよう、食育の充実に向けています。

今後とも、家庭や地域の方々との連携しながら、自分の健康は自分で守るような大人になるよう、子どもたちをばぐんでいきたいものです。

