

たっぷりのほうれん草



「1日分の野菜の半分を食べるミルクみそスープ」には、たっぷりの野菜が入っていました。

その一つは、地場産の有機ほうれん草です。収穫したての新鮮なほうれん草が朝早く給食センターに届けられ、調理員さんが丁寧に洗い、切って調理しました。



▲給食で実際に使った野菜

生産者との輪

市立学校給食センターでは、地元でとれた食材を給食に積極的に取り入れ、「地産地消」を実践しています。新鮮で安全な食材を使うことで、子どもたちの健康を守るとともに、地域の農業や産業を応援しています。ふるさとの味にふれながら、食の大切さを学ぶ機会としています。

生産者さんに聞いてみた！



▲そはら農園 原正樹さん



◀ホームページ



土と水にこだわり、必要最低限の有機物と、飲料水としても利用できる地下水のみで育てているそうです。

地産地消で食育



新鮮でおいしい！

収穫から調理までの時間が短く新鮮



地域の農業を応援できる

地元で生産された食材を選ぶことで、地域の農業を応援できる



生産者を身近に感じられる

生産者の想いを知ること、食べ物への感謝の気持ちが生まれる



地域の食文化を未来につなげる

地域の食材や文化を知り、次の世代へつないでいける

子どもとの輪

コンテストを開催してみよう

毎年夏休みに合わせて開催されている、市PTA連絡協議会のレシピコンテスト。

昨年は「牛乳を使ったレシピ」と「物語レシピ」の2つのテーマで、夏休みの課題として親子で取り組んでいただきました。

最優秀賞を受賞した子どもが通う潤ヶ野小学校では、保護者を招待し、交流給食会が開催されました。栄養教諭がレシピコンテストの表彰式や、実際に給食として調理される様子などを動画にして紹介しました。子どもたちもとても嬉しそうなお様子でした。



▲潤ヶ野小での試食会の様子

最優秀賞を受賞した谷村雅希さん(当時6年生)に感想を聞いてみました。「きつまいも、にんじん、きのこなどたくさん野菜を食べることができるとメニューを考えました。みんなが美味しく食べてくれるか楽しみと不安の両方の気持ちです。思ったとおりの味になっていたので、完璧な給食になったと思います。」と、笑顔で答えてくれました。

家庭でもできる食育

食育は、特別なことではなく、毎日の暮らしの中で自然に育まれていくものです。

例えば、一緒に買い物に行ったり旬の食材を知ったり、食事の準備や配膳を手伝ったりすることも、食育につながります。

また、「いただきます」や「ごちそうさま」の言葉を大切にすることで、食べ物や作ってくれた人への感謝の気持ちを育むことができます。

家庭での食事は、子どもたちが食べる楽しさや食への関心を深める大切な時間です。この機会に、毎日の食事を通して、家庭でもできる食育を始めてみませんか。

家庭でもできる食育のヒント

一緒に食卓を囲む



「いただきます」の意味など会話を通して、食への感謝を深める

一緒に料理をする



食材に触れることで、食への関心や感謝の気持ちを育む

一緒に買い物に行く



旬の野菜や地域の食材を知るきっかけになる

食育の輪

今回のレシピコンテストを通して、親子で一緒に考えたり作ったり出来たのではないのでしょうか。

食を通して生まれる「輪」は、学校から家庭へ、地域へ、そして未来へと広がっていきます。

学校給食には、栄養を届けるだけでなく、人とのつながりや感謝の気持ち、地域の魅力を伝える大切な役割があります。これからも、子どもたちが食に関心を持ち、楽しく学びながら成長できるよう、学校・家庭・地域がつながる食育の輪を大切にしながら取組を進めていきます。

今年の夏休みも、ぜひたくさんの方をお待ちしています。



▲令和7年度レシピコンテスト「牛乳レシピ部門」最優秀賞受賞「1日分の野菜の半分を食べるミルクみそスープ」