

# みやぎ



## 学校給食だより

給食会スローガン～子どもたちの「未来！」のために～

JAみやぎ食米

農薬・  
化学肥料節減  
栽培農産物

環境保全米

特別栽培  
農産物生産ほ場

### 《TOPICS》

- I 食育活動紹介 仙台市立柊江小学校【2・3ページ】
- II eaTOHOKU Meeting 【4ページ】
- III DVD「おいしいごはんができるまで」  
【5ページ】
- IV 調理実技講習会を終えて 【6ページ】
- V パン品質審査会・出前授業の実施 【7ページ】
- VI 食育推進啓発ポスターコンクール  
学校給食フェアを終えて 【8ページ】

2025.2



# 環境保全米に関する食育活動紹介

## 「環境保全米」から考える持続可能な食と食育の推進

### —お米の価値を考え伝える活動を通して—

栄養教諭 越後久美子



#### はじめに

仙台市立柊江小学校は、仙台市の中心地に近い住宅地にあり、周りは山林や沼が隣接する自然豊かな土地ですが、学区内に田畑は無く、もちろん農家を営む家庭もありません。前任校の栗生小学校区にも田畑は無く、ほとんどの児童が農作物の生産が分からないという状況です。そこで栄養教諭の仕事である食に関する指導と給食管理を一体のものとして行える強みを生かし、「環境保全米」として実践した前任校の栗生小学校での取組を中心に紹介させていただきます。

#### 学校給食への環境保全米の提供

学校給食で使用する米は、可能な限り学校所在地の市町村で作付けされた一等米「ひとめぼれ」が供給されています。米飯給食が開始されてから、宮城県では各関係の方々の協力で早くから地場産米を学校給食に取り入れるシステムが整備され、おいしいごはんが子供たちに提供されてきました。

更に令和2年からは、環境保全米が供給開始となりました。環境保全米は、化学農薬や化学肥料の使用量を慣行栽培の半分以下に抑えて栽培した米です。学校給食への導入に際し、パンフレットの配布はあったものの、毎回食べる食事の基本である、主食のご飯の価値をどれくらいの子供生徒が理解して食べているでしょうか。食のつながりと生産現場が遠く離れてしまった現代において、食のつながりを身近にし、自分事として考えられるようになってほしいと思い、実践しました。

#### 県内産銘柄米の食べ比べによる米の関心を高める工夫

新米が出回る時期が一番米への関心が高まるため、その時期に合わせて「だて正夢」「ささにしき」「金のいぶき」等の違う銘柄米を給食で提供し、品種の違いによる味を体験してもらいました。児童の人気は、もっちりとして甘味がある「だて正夢」でしたが、意外にも玄米である(にもかかわらずおいしくて普通炊飯できる)「金のいぶき」を3割加えた玄米入りごはんも人気でした。プチプチした食感とかみしめた時の味の良さが支持されました。今年度は加美農高のGAP(ギャップ)米を展示し、実際に給食で提供し、放送により説明を加えることで米への関心を高めました。(本校は委託炊飯校なので、回転釜で炊いています。)



#### 教科指導における授業への参加

銘柄が違うお米は、味の違いが分かりますが、普通に栽培したお米と環境保全米とでは、味に大きな差がありません。価値を学び、正しく受け止め、情報発信してもらえるようにするため、先生方と相談して学習カリキュラムの中に環境保全米の学習内容を入れました。米や食料生産について社会科前期で学習し、家庭科でごはんを学ぶ5年生が対象です。

#### 社会科での学習

社会科5年生では、「米づくりのさかんな地域」という学習単元で、米づくりの一年間の仕事や栽培の工夫、課題を学びます。「これからの食料生産とわたしたち」という単元では、食料自給率を考える内容も扱います。地産地消や食品ロスについても取り上げて学ぶ機会に、給食管理もしている栄養教諭としての強みを生かし、授業に給食の資料を使って参加しています。子供たちは授業の中で、給食は自給率が高く、ハンバーガセットは低いことに驚いたり、食品ロスでは給食の残食の写真にもったいないと声を上げたりしていました。給食では、一人分だとほんの少しの残食と思っても、学校全体では大きなビニール袋に重く全体のご飯の1割以上のご飯が残される日もあることや、和食の副菜や汁ものに残食が多いことを数値で示します。自分たちが、実際にどのような食行動をとっているのか自覚し、考える良い機会となります。食生活の変化による米の消費が少なくなっていることや農業の担い手が高齢者になっていること等、問題点についても知識を得て、次は、総合的な学習の時間へとつなげます。

#### 総合的な学習の時間における米づくりの学習

5年生は、総合的な学習の時間に、実際にバケツで稲を育て、米づくりを体験します。無農薬で育てるバケツ稲は病気になったり、虫がついたりする他、青米や未熟米も多く、流通しているような米の収穫はわずかでした。しかし、収穫の喜びのほうが大きく、特に疑問を抱いていないようでした。

## なぜ、みんな環境保全米にしないの？ 環境保全米の学習とCM作り

環境保全米は、化学肥料や農薬を半分以下に減らして育てるため、①「おいしい」に安心・安全がプラスされること、②環境に優しく、農薬をできるだけ使用しないので生き物が住みやすく、自然が守られること、③化学肥料ではなく有機肥料を使うと土の力が強くなりおいしいお米が育つこと、など良いことばかりなのに、なぜ全部の田がそうならないのか児童は疑問に感じたようです。そして、疑問解消のために話を聞いたり、調べたりし、理解を深めました。自然に任せた米作りは安定した品質の収量確保が難しく、農家の収入減になるリスクが高いことや米の病気、害虫、雑草予防に農薬の力を借りないと稲の世話に多くの手間や労働がかかり難しい面があることが分かり、現在、環境保全米作りをしているのは高齢者が大多数であることも分かりました。学習が進み内容が分かってくると、「作業が大変であったり、リスクを伴ったりするのも関わらず環境保全米作りに取り組む農家さんを応援しよう。」「もっと自分達は大切に食べよう。」など、自然にそんな気持ちが芽生えてきます。

学習のゴールは、全校児童に何気なく食べている給食のご飯の価値を知らせ、学んだことを生かして環境保全米PRスライドを作成し発表することです。学校ギガスクール構想で配布された1人1台端末を生かし、自分なりのCM作りをロイロノートというソフトで作成しました。手順は次の通りです。①環境保全米がどういいうお米なのか分かりやすくまとめる。②環境保全米の良いところを写真やイラストを使いスライド(カード)に表現する。③スライドに自分の声で意見を加える。見る側が、環境保全米の良さを知り、「もったいないごはん」の残食を少なくすることを目標に作成に取り組みました。

### 〈作成例〉



### 給食時間の継続的なPR

新米にも慣れ、米の残食が多くなっていく12月から児童作成の環境保全米CMを校内放送で流しました。作品は、短い時間ながらそれぞれの思いが詰め込まれています。献立紹介の後に日替わりで流すことで、お米を大切に食べようという意識が全校に広まり、ごはんの残量が減りました。しかし、半年も過ぎ、新学年になると、また残食が増えます。環境保全米の学習カリキュラムは次の学年に引き継がれ、継続して実践することが大切であると感じています。

令和4年度には東北放送ラジオとのコラボで、広く児童の声で環境保全米をPRする機会をいただきました。ゲストの農家の方に米づくりの話を聞き、環境保全米の学習をして、環境保全米のキャッチコピーを考え、PRするという流れで2時間の授業を構成しました。その様子は15分×4回にまとめて放送され、学校でも給食時間に聞きました。ラジオを聞いた方から、「子供たちの声を聞くと元気が出る」「いい取り組みだね」等の感想が寄せられました。生産者の方にも子供たちの声が届いたのではないかと思います。

### 〈キャッチコピーの一例〉

- 未来につなぐ安心安全 地球の味方 環境保全米
- みんなの笑顔はお米の笑顔 環境保全米
- おいしさの源 そして安心安全の米を作ろうという気持ちがこもった宝物 それがお米です

### 栄養教諭・学校栄養職員の関わりと効果

第4次食育推進計画では、生涯にわたって大切にしていきたい3つの食育の柱の一つとして、持続可能な食を支える食育の推進が掲げられています。「食と環境との調和」「農林水産業や農山漁村を支える多様な主体とのつながりの深化」「和食文化の保護・継承」です。学校給食の献立作成では、これらの意図を献立に入れ込むことと同時に、連携した食に関する指導をしていくことで効果が高まると実感しました。

SDGsの具現化の一つとして今後も学校給食が果たす役割は大きいものです。食の後継者となる児童生徒が、食べる意味や食べ物と環境、社会とのつながりを、給食を通して身に付けられるようにするには、まずは栄養教諭・学校栄養職員が学び、関係者と関わり、自ら指導したいという強い思いをもつことは大切であると思いました。そして、そのことが良い方向へ導いてくれると思います。

宮城県の子供たちみんなに、水にも、土にも、人にも、田んぼの生き物たちにも優しい宮城県のごはんに誇りを持ってほしいものです。  
—宮城の環境保全米県民会議より—

「みやぎの環境保全米」に誇りを持つには学びが必要です。全国に先駆けて特別栽培米を導入した宮城県の学校給食がその学びの支援を担っていけることを願っています。



# eaTOHOKU Meeting 開催されました

2024年9月26日（木）に仙台市宮城野区中央市民センターにて東北農政局 消費・安全部 消費生活課主催の「eaTOHOKU Meeting ～第1回 学校給食から未来の食を考える」にゲストとしてお呼びいただき、「地場産物及び環境に配慮した農産物の利用促進に向けた取組について」お話しさせていただきました！

ちなみに農林水産省が設定する、未来まで続けられる食料システムを構築するために、2050年までに達成したい目標「みどりの食料システム戦略」をご存じでしょうか？多くの消費者の皆様を紹介するために開催されました。



対象が小学校就学期前のお子様を持つ保護者の方であったため、学校給食会の説明及び取組方針、学校給食の現状と課題、北海道東北の各道県学校給食会との連携について詳しく説明をさせていただき、学校給食について知っていただく良い機会となりました！



同世代のお子様を持つ保護者同士で、意見交換をする時間も設けられていました。お子様の食に関する悩みや学校給食への期待など様々なことが意見として出されており、本会としても、とても学びの多い時間となりました。

## 参加者アンケート

**講義で印象に残ったこと**

- 学校給食に、地元でとれた食材が使用されていること
- 学校給食パンに使用されている小麦は100%国産であること
- 宮城県のほぼすべての市町村で学校給食にみやぎの環境保全米が提供されていること

**感想など**

こんなにも給食をこだわりを持ってつくってくださるなんて、子ども達は幸せだと思います。国産の小麦ってスーパーでも少し割高だと認識してます。それなのに100%で供給してるってすごいです。ぜひ全国に広げてほしい活動です。

学校給食会の面では、少ない金額なのに食材にこんなにも身体にも環境にもよい食材を使用させていただいてありがたかったです。正直家計を預かる身としては物価上昇による食材高騰もあり、学校給食は食べさせていただけるだけでありがたい存在です。でも一方で食べるもので体は作られるので、変なものを取り入れたくないのも正直な気持ちです。なので子供が学校に入学する前にこのような取組を知る事ができ、とてもありがたかったです。

# 「おいしいごはんができるまで」 完成しました！

昨年度の「おいしいパンができるまで」のDVDに続いて、今年度は「おいしいごはんができるまで」のDVDを制作しました！

DVDは「お米ができるまで」「白米になるまで」「ごはんができるまで」「環境保全米について知ろう」の4つのチャプターで構成されています。



昨年の4月から、制作に向けて準備を行って完成に至りました。多くの場所へ足を運び撮影し、何度も打合せを重ね構成を考え、FIXとなりました。

様々な方のご協力のおかげで制作できましたこと、心より感謝申し上げます。

食育教材として、**令和7年4月1日**より貸出しを行います。本会ホームページより**食育教材借用申請書 (DVD)**をダウンロードいただき、申請ください。

なお、本会のYouTubeチャンネルにも**令和7年3月初旬**にアップロードを予定しております。ぜひ、ご覧いただければと思います！



本会YouTubeチャンネル  
二次元コード



「おいしいごはんができるまで」をまとめたスライドの作成を予定しております！

完成次第、お知らせいたしますので、お楽しみにお待ちしております！

## DVDに使われている画像を少しだけ紹介します！



田植中の  
農家さん

玄米の精選



米飯の盛付



## 「おいしいパンができるまで」視聴アンケート



DVDを視聴した生徒・児童の反応

小麦粉の種類や、パンが冷やされている映像に興味を持っていました。

宮城県産小麦の利用率についてクイズにしたところ、回答をしながら県産の割合の高さに驚いていました。



# 調理実技講習会を開催しました！

2024年12月13日（金）にエル・パーク仙台にて「令和6年度学校給食調理実技講習会」を開催いたしました。令和元年以来の5年ぶりの開催となりました。

講師に宮城学院女子大学生活科学部食品栄養学科准教授の濟渡久美氏をお招きし「減塩を目指した献立作成」というテーマで講義及び調理実習を行っていただきました。

来年度も開催を予定しておりますので、その際はぜひご参加お待ちしております。



## 当日の献立

	料理	テーマ	味・香り	色	加熱法	実験
主食	玄米(金のいぶき)ごはん	宮城の開発玄米・咀嚼促進		薄茶	炊く	
主菜	軟骨入りつくねごぼう	咀嚼促進による効果	塩味・甘味	茶・緑	揚げる	
	鱈のムニエルりんごソース	減塩ソース	塩味・甘味	茶	焼く	
副菜	にんじんのラペ	酸味・香りの減塩効果	酸味・塩味・香り	橙	ゆでる	酸味、香辛料段階的付加実験
	冬瓜(大根)とベーコンの煮物	加工食品の塩味・うま味利用	うま味・塩味	白・薄桃	煮る	大きさ比較実験
	茎わかめとメンマのきんぴら	咀嚼促進による効果	うま味・塩味	緑・赤・黄	炒める	
汁	すまし汁	うま味による効果	うま味・塩味	白	煮る	うま味比較実験

## Point

### にんじんのラペ（3パターンで実験）

① 塩+オリーブオイル ② ①+穀物酢 ③ ②+カレー粉  
→酸味や香辛料を追加することで塩分量を上げずにしっかりと味付けにすることができます。

### 冬瓜（大根）とベーコンの煮物（3パターンで実験）

① 1cm角切り ② 2cm角切り ③ 3cm角切り  
→火力と加熱時間を①～③で揃えました。  
切り方を変えることで味の浸み込み方が変化します。

### すまし汁（3パターンで実験）

① かつおぶしだし ② 顆粒だし ③ 煮干しだし  
→だしの種類によって味に変化が出ます。



喫食時には意見交換をしながら、講義を聞くことでより深い学びに繋がったのではないかと感じています。今回の講習会を通して学んだことを今後の献立作成や食育活動に繋げていただければ幸いです。



## 参加者アンケート



### 感想など

塩分濃度が同じでの食べ比べはとても有意義でした。またやってみたいです！

減塩料理、実習があるとすごく分かりやすく楽しかったです。料理もそれぞれ実験のように確認しながらいただけたので、舌で理解しながらすごく身になりました。

参加者の方のスキルに応じた、ひとりひねりある調理実習で面白かったです。早速給食の献立に取り入れてみたいと思います。

# 学校給食用パン品質審査会を終えて

2024年11月15日（金）に「学校給食用パン品質審査会」を本会会議室にて実施いたしました。現在本会が加工を委託している2工場から提出された「コッペパン」及び「食パン」の焼色・触感・香・味などを審査しました。



今年度は、「背割り減塩ソフトパン」と「米粉仙台みそパン」のご提案も行いました！

## 審査結果

「優下」及び「優中」と好評な評価となりました！！

アドバイザーとして日東富士製粉株式会社 尾上 修吾氏、市川 憲氏、高瀬 雅幸氏より専門的立場から審査のポイントやパンの品質向上のためアドバイスをいただきました。

話題提供では、宮城県農政部 みやぎ米推進課 生産販売班の増岡 直史氏、石森 裕貴氏をお招きし「宮城県における麦の生産振興について」お話をいただきました。



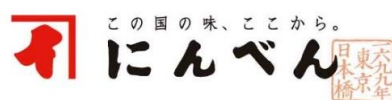
# 出前授業を実施しました

2024年度は株式会社にんべん様による「かつお節を削ってお出汁の本当の美味しさを体験しよう」のかつお節教室を県内5ヶ所の小学校で実施しました！

かつお節ができるまでの説明やかつお節削り体験、出汁とみそ汁の飲み比べ、ふりかけ作りなど体験を通して「だしをとることの大切さ」を学んでいただけました！

また、株式会社イマジン・ジャパン様による「きくらげ収穫体験」も実施しました！

きくらげの栽培方法や収穫方法について説明をいただきました。収穫体験では目で見て実際に触れることで児童それぞれが「冷たい！」「大きい！」など感じていました。





# 令和6年度 食育推進啓発ポスターコンクール

令和6年12月25日（水）に、宮城県行政庁舎にて**令和6年度食育推進啓発ポスターコンクール入賞者の表彰式**を執り行いました。入賞作品は、令和7年食育推進啓発カレンダーの原画として使用され、県内各市町村教育委員会様及び各学校様、学校給食共同調理場様等に配布いたしました。

また、全国学校給食週間に合わせて開催された「伊達な学校給食フェア」の際に宮城県行政庁舎に展示し、県民の皆様にご覧いただきました！



## 学校給食フェア

今年度も宮城県行政庁舎2階「カフェテリアけやき」にて、令和7年1月27日（月）から31日（金）に「伊達な学校給食フェア」を宮城県教育委員会様と共催で開催しました。県内各地域の栄養教諭の皆様のご思いがこもった献立を日替わりで提供し、大変好評でした！

また、令和7年1月20日（月）から24日（金）には「仙台市役所本庁舎食堂」にて仙台市教育委員会様と共催で「学校給食フェア2025」も開催しました。

### 献立の紹介！ 伊達な学校給食フェア

### 学校給食フェア2025

提供日	献立作成市町村	献立	提供日	献立作成校	献立
1月27日（月）	塩竈市	ごはん、牛乳、まぐろとパプリカの甘酢あんかけ、笹かまサラダ、のりのみそ汁	1月20日（月）	仙台市太白学校給食センター	【宮城県地場産献立】 わかめごはん、牛乳、さめのたつた揚げ、油麩と雪菜のみそ汁、ずんだ団子
1月28日（火）	大和町	ごはん、牛乳、笹かまぼこの磯辺揚げ、舞茸のオイスターソース炒め、宮城県産わかめと豆腐のみそ汁	1月21日（火）	仙台市立西中田小学校	【地元農家の野菜を使った献立】 ごはん、牛乳、かつおの揚げ煮、ごまあえ、豚汁、りんご
1月29日（水）	丸森町	ごはん、牛乳、豚肉のバーベキューソース、ヤーコンと大根のサラダ、米粉ワンタンスープ	1月22日（水）	仙台市立宮城野小学校	【宮城を味わおう】 米粉パン、牛乳、仙台みそ入りホワイトシチュー、仙台市産大豆のチリコンカン、小松菜とわかめのサラダ
1月30日（木）	加美町	ごはん、牛乳、かみ〜ごもく卵焼き、かみ加美切干大根サラダ、大地の恵みあったか汁、ブルーベリー牛乳プリン	1月23日（木）	仙台市立川前小学校	【宮城水産の日：わかめと宮城県の仙台せり鍋】 ごはん、牛乳、笹かまぼこの磯辺揚げ、わかめのごま酢和え、仙台せり鍋、りんご
1月32日（金）	白石市	ごはん、牛乳、鶏肉のバーベキューソース、うーめんサラダ、油麩のみそ汁	1月24日（金）	仙台市立愛子小学校	【南三陸町産ケールを使った献立】 ごはん、牛乳、麻婆豆腐、しゅうまい、ケールと小松菜の中華和え、りんご



### 編集後記

本号の発刊にあたり、多くの皆様方にお力添えをいただき、誠にありがとうございました。

今後も学校給食の安全・安心な物資のご提供に努めて参りますので、ご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

### 編集・発行

公益財団法人宮城県学校給食会

仙台市太白区茂庭二丁目2番地の6

TEL 022-797-9064

FAX 022-797-9074

Mail miyagi@m-kengakukyu.or.jp

HP <http://www.m-kengakukyu.or.jp>