

がまごおりじなる特集

給食おいしい！



がまごおりじなる

学校給食は、古くから子どもたちの成長を支えています。蒲郡の給食には、「がまごおりじなる」な要素がたくさん散りばめられています。まもなく新学期を迎える今、今号では、蒲郡の給食の魅力に迫ります。

学校給食の始まり

学校生活の中の楽しみの1つとして、多くの人があげるのが、給食。日本に暮らすたくさんの方が通ってきた道です。では、学校給食は、いつから始まったのでしょうか。

歴史をたどると、始まりは明治22年。山形県鶴岡町の私立忠愛小学校で貧困する児童を対象に無料で学校給食を実施したことが、日本の学校給食の始まりとされています。その後、全国で徐々

に学校給食が広まっていきましたが、第2次世界大戦が始まり、国内が物資不足や食糧難に陥ると、昭和19年に6大都市で行われた特別配給を最後に中断されました。

国の制度として大規模に給食が導入されたのは、敗戦後の昭和21年のことです。旧日本軍の保有する食料物資やアメリカの支援団体の援助で12月24日に給食が再開し、その後急速に全国に広がっていきました。

蒲郡の給食センター

蒲郡の給食は、今は1カ所で作っていますが、その昔は東部・西部に分かれて2カ所で作られていました。現給食センターが新築されるのをきっかけに平成16年に統合されました。

給食は、ご飯・牛乳・デザートなどを除き、そのほかは全て給食センターで作られています。センターの調理設備は、汁物などを作る「煮炊き釜」、魚を焼いたりできる「焼き蒸し機」、フライヤーなど揚げ物を作る「揚げ物機」

シティセールス推進室
学校給食課
☎ 66-11225
☎ 66-11800

給食の移り変わり

- ① 日本最初の給食（明治22年）
- ② 戦後の給食（昭和22年）
- ③ ソフトめんが登場（昭和40年頃～）
- ④ ご飯が登場（昭和50年頃～）



提供：独立行政法人日本スポーツ振興センター



の3つ。ここでは、1日に約7千食分の給食が作られます。給食は食品衛生の観点から、当日に材料を搬入して調理をしています。

献立ができるまで

献立は、給食センターの栄養教諭2人が主に考えています。煮物、炒め物、汁物、和え物などと同じ食材や味が続かないよう、配慮して組み合わせています。また、蒲郡は設備の都合上、小学校と中学校・保育園とに分けて、1

日に2つの献立が作られています。そのため、他の給食センターの倍の献立を考える必要があるのです。

残食減少を目指して

好き嫌いや食べる量から出された給食を残してしまう、そんな記憶が誰しもあると思います。給食センターでは、毎日残量を確認して量や味・調理方法などのどこに原因があるかを考えて改善するようにしています。また、食べることの大切さについて考えられるよ

う、学校と連携し食育の推進も行っています。

子どもたちに「おいしい!」
と思ってもらえるために工夫を
凝らします



メーカー株式会社
管理栄養士 小笠原実紀

私たちは、日々約100人体制で市内の子どもの給食を作っています。まず大切にしていることは、安心安全に提供すること。衛生面には特に気をつけています。

最近では子どもの食事量が減少している傾向にあると感じます。食べ残した給食は給食センターに戻ってきますが、特に残ってしまうのが、ご飯。どうやったら、ご飯がすすむおかずができるのか、調理法や調味料を変えたりなど試行錯誤を繰り返します。例えば、塩ひとつとっても、入れるタイミングによって塩味が変わります。子どもたちが1人でも多く「おいしい!」って感じてくれると嬉しいですね。



学校に貼られたその日の給食の調理工程の様子

給食 今昔物語

～変わらない味～

時代に合わせて新しい献立を考える一方で、旧センターの頃から変わらない味もあります。いつだって人気のあるカレーや和食の定番である五目大豆、ひじき、白玉が入ったぜんざいはその代表。中には大きいおかずから小さいおかずへ変更したのものもありますが、当時からレシピが変わらず提供し続けられています。



がまごおりじなるな 給食を目指して



蒲郡の特産物には、魚介類、農産物など多くの食材があり、その多くが学校給食で提供されています。地元でとれた食材は、とれてからすぐ運ばれるものが多く、どれも鮮度が抜群。おいしいものをおいしいうちに食べることが出来ます。また、とれる場所から提供されるまでの距離（フードマイレージ）も短いので、地球に優しい取り組みのひとつです。

給食に地元食材が使用されるのは、年間約15種類。ネギやミニトマトなど何気なく食べているものもあれば、メヒカリのから揚げといった加工品もあり、幅広く提供されています。お子さんが学校から帰ってきたら「おかえり」に続いて「今日の給食何だった？」と聞くと、学びのきっかけにもつながるので、ぜひ試してみてください。



給食センターの皆さん

地元の食材を取り入れるのは1歩ずつ

元栄養教諭 齋藤佳子（左から2番目）

私は昭和59年から退職するまで30年間蒲郡市の給食に携わってきました。退職して時間は経ちますが、今でも時々サポートに入っています。給食に特産品を入れるようになったのは、文部省（当時の文科省）から地場産物を給食に導入していく取り組みが始まったことからでした。みかんは古くから出していますが、ほかの食材に何を取り入れようか困っていました。

そんな時、当時所属していた形原小の授業で市内のグリーンアスパラガスを育てていた農家に行くことになり、私も同行しました。そこでの農家さんの出会いが、給食に多くの地場産物を取り入れるきっかけになりました。それからは、それぞれの農家さんや漁協などに足を運び、関わり合いながら特産物を給食に取り入れています。給食は大量に材料を必要とするので、食材探しは簡単ではありませんが、子どもたちには、「地元のものっておいしいんだ！」って給食から学んでほしいと思います。

生産者の声



蒲郡で作られたものを身近に感じて

蒲郡市農協いちご部会 副部会長 石川秀興

いちごの生産は、苗づくりから収穫まで日々気候との戦い。より赤く・甘くなるよう工夫して育てています。自分の近くで作られているものを知るには、まずは食べること。給食で食べることで、いちごを含めて蒲郡で作られている食べ物子どもたちから知って、身近に感じてもらえたらいいですね。

サンベリー蒲郡が給食に！



大人懐かし編

(回答数：521人)



揚げ若鶏のレモン煮

180票

2 ソフトめん

130票

3 カレーライス

42票

4 ぜんざい

29票

4 焼きそば

29票



焼きそばの

ちょっぴり豆知識

焼きそばは材料が多く、作るのに多くの手間がかかっていました。ですが、人気があったため、旧センターから新センターへ移行する際に調理方法を変更し、名前も「おかず焼きそば」として残っています。



今日も元気にいただきます！

好きな給食ランキング

揚げ若鶏のレモン煮 2冠達成！

子ども編

(回答数：187人)



揚げ若鶏のレモン煮

102票

2 カレーライス

32票



蒲郡産卵使用

3 かきたま汁

9票



茎わかめを使用

4 海藻サラダ

8票

5 ソフトめん

6票

カレーの



ちょっぴり豆知識

給食のカレーと言えば、ポークカレーですが、最近では蒲郡出身の料理人で「予約の取れないお店」で知られるレストランオギノの荻野伸也さんが監修した「オギノカレー」も登場しました。

「カレーライス」と答えた子の中には「オギノカレー」と書いた子も！



揚げ若鶏のレモン煮を おうちで作ろう！

給食の味を家庭で再現してみませんか？親子で作ってみても楽しいです！

- ① 鶏肉を食べやすい大きさに切り、★で下味をつける
- ② ①に片栗粉をまぶして180度に温めた油で約5分揚げる
- ③ 別の鍋に☆を入れ煮立たせたのち揚げたての鶏肉と煮絡める

材料(4人分)

- ・鶏もも肉…………… 240グラム
- ・酒…………… 大さじ1弱★
- ・塩…………… 小さじ3分の1★
- ・片栗粉…………… 2分の1カップ弱
- ・揚げ油…………… 適量
- ・三温糖(砂糖) …… 大さじ3強☆
- ・こいくちしょうゆ… 大さじ1強☆
- ・レモン果汁…………… 2.5グラム☆

果肉も入れると風味が良くなる！