



戸島学校食育センター
内田茜 栄養教諭

地産地消の良いところ
地産地消は、地域で生産された農水産物を地域で消費する取り組みです。地域の人が作った食材なので、生産者を身近に感じることができ安心感があります。地域で旬の時期に採れるものは、新鮮でおいしく、栄養価も高いです。また、遠い所から運んでくるものに比べ、輸送にかかる燃料などが少ないので、環境への負担も軽くなります。
学校給食で使用する食材の産地
市では、学校給食にできるだけたくさん地域の食材を使用するようにしています。キャベツ、ダイコン、ネギ、シヨウガ

支える

などの野菜は、津山の生産者が育てた旬のものを優先的に使います。野菜以外の食材も、津山産、岡山県産、国産の順に、できるだけ身近な地域のものを選びます。米はすべて津山産で、牛乳はすべて岡山県産です。平成30年度に使用した学校給食の食材のうち、岡山県産の食材の割合は36・6%で、そのうち津山産は16・4%でした。もっと増やしていけるよう、生産者と協力しながら、今後も積極的に使用していきます。
工夫しているところ
地域で採れたピーネやイチゴを使ったデザートなど特別な献立の時は、たくさんの子どもに食べてもらえるよう、行事などで給食を休止する学校が少ない日を選びます。献立は約3カ月前から作り始め、学校行事との調整や調理員との調理方法の

打ち合わせ、アレルギーがある子どものための配慮などを行っています。
苦労しているところ
ハウレンソウなど採れる時期が限られる野菜は、週1、2回を目安に献立に盛り込むよう心掛けています。地域で採れる新鮮な野菜を、旬の時期にたくさん使いたいです。毎日同じ野菜が続くと、子どもたちが飽きてしまうため苦労しています。
子どもたちへの思い
食は生きていくための基礎です。給食をおいしく、楽しく食べてもらえることを大切にしています。大人になった時、給食を食べたことや食について体験したことを思い出して、食生活を見直したり、地域の食材など良いものを取り入れたいという「自分で食を選択する力」に繋がってほしいです。

未来を担う子どもたちのため、栄養バランスを考えながら、さまざまな食材を使った毎日の献立を考え、食の大切さなどを教えている栄養教諭に、地産地消の大切さや学校給食の献立について聞きました。

責任の重さを感じながら
農業のプロとして取り組んでいます
多胡準さん（綾部）



給食で使用する時期に合わせて畝ごとに分けて植えているネギ

育てる

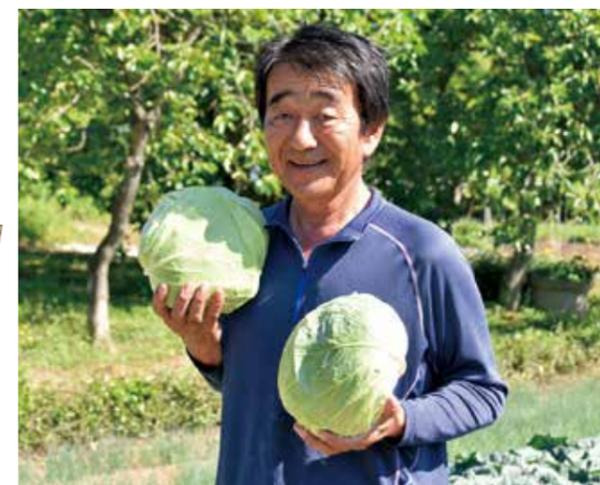
キャベツ、ネギ、キュウリ、ハウレンソウなど、学校給食で使用する津山産の農産物の多くは、学校給食に出荷する生産者団体と農家との契約栽培で作られています。契約栽培に取り組む生産者の2人に話を聞きました。

収穫できる時に採れた分だけ出荷するので違い、学校給食では献立で使用する日に合わせ、必要な量を計画的に作って出荷しなければなりません。しかし、農産物は人間の都合に合わせて成長してくれません。天気や害虫など、さまざまな原因によって生育が左右されます。特にチンゲンサイなどの葉物の野菜は、収穫が1〜2日違っただけでも大きくなり過ぎて食べられなくなってしまうので、とても気を使います。

使用する食材が必要な時にきちんと届けられるよう、複数の農家で分けて生産したり、希望の時期に収穫できる品種や作り方を研究したりしています。責任の重い仕事ですが、子どもたちに地域の農産物を食べてもらえるよう、精一杯頑張っています。

おいしい野菜を食べてもらうため
土づくりからこだわっています

中島浩治さん（日上）



試験栽培中のニンジン

農産物の基本は土づくりです。牛ふん堆肥など、自然のもので作った肥料をたくさん使う土づくりにこだわっています。子どもたちにおいしい農産物を届けたいという一心で作っています。給食用の野菜は、調理員さんが調理しやすい大きさを一つひとつ選んで収穫します。コマツナなど葉物の野菜は、2回以上きれいに洗った後、異物の混入を防ぐため、野菜が呼吸できるナイロン袋に入れて出荷するなど、細心の注意を払っています。今後は、給食用に出荷できていない農産物について、栄養士さんと相談しながら、試験栽培などに取り組み、提供する種類を増やしていきたいです。子どもたちには、学校給食を通じて、農業や農産物など、地域の良いところをたくさん知ってもらいたいです。

津山の食材はこんな献立で使われています

ネギ ショウガ キュウリ ダイコン 米 タマネギ 新高梨

米 ネギ タマネギ みそ

ショウガ ジャンボピーマン

【献立】ごはん、牛乳、ホキの津山産しょうがだれかけ、甘酢あえ、みそ汁

【献立】中華丼、牛乳、ジャンピーのオイスターソース炒め、フルーツ杏仁