

令和5年度第1回学校給食浅科センター献立委員会会議次第

日 時 令和5年 6月27日 (火)

午後0時30分～

場 所 浅科小学校・会議室

1 開 会

2 学校給食課長あいさつ

3 委嘱書交付

4 自己紹介

5 委員長あいさつ

6 会 議 事 項

(1) 令和5年度学校給食の献立について

(2) 令和5年度佐久市学校給食センター給食会計の基本事項について

(3) その他

7 閉 会

令和5年度 佐久市学校給食浅科センター献立委員会名簿

職 名	氏 名	役 職 名
浅科小学校長	熊井 恵子	委員長
浅科小学校給食主任	江本 祐香子	
浅科中学校給食主任	関島 美和	
浅科小学校PTA副会長	富岡 ゆかり	
浅科中学校PTA副会長	小林 未来	
浅科センター学校栄養教諭(県職員)	伊藤 文	
事務局		
佐久市教育委員会 学校教育部 学校給食課長	柳澤 広幸	
佐久市教育委員会 学校教育部 学校給食課 企画員	荒木 聖子	
佐久市教育委員会 学校教育部 学校給食浅科センター事業係長(兼務)	武田 悟	
学校給食浅科センター アレルギー対応栄養士(市任用職員)	秦 佐知子	

## 令和5年度 献立について

### 「食育」につながる学校給食

学校給食の目的は「食育の推進」です。給食の時間は限られた時間ですが、子どもたちがこれから元気に健康に生きていく為に大切な「食の力」を育むための時間として位置づけられています。

食事は「①食べたいもの」という感覚も大切ですが、自分の体に必要なものを考えて「②食べなくてはいけないもの」があります。今育ちつつある子どもたちに「③食べさせなくてはいけないもの」もあります。給食は、子どもたちが食べる年間の食事回数の1/5に過ぎないだけに、主に「②食べなくてはいけないもの」、「③食べさせなくてはいけないもの」を中心に献立を組みます。その中に「食育」だけでなく、「食の楽しさ」を合わせて味わう給食を目指していきます。

### 学校給食の7つの目標（学校給食法） ～子どもたちにこう育ってほしいな、という願い～

#### (1) 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。

好き嫌い無く様々な食品を食べ、成長期に必要な栄養を十分に摂取することで、じょうぶな体をつくってほしい。

#### (2) 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。

「自分に必要な栄養の量（バランス）はこのくらいなのだな」

「苦手な野菜も健康のために食べようかな」

「肉ばかり食べていてはいけないな」「味付けはこのくらいがいいのかな」

#### (3) 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。

「友達と一緒に食事を食べるのは楽しいな」

「食事中にふさわしい会話があるな」「給食の準備を友達と協力してやろう」

#### (4) 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。

「食べ物にも命があるから無駄にしてはいけないな」

「食べ物に感謝して食べよう」「いただきます」

#### (5) 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。

「農家さん、調理員さんありがとう」「こんな手間と苦労があるのだな」

「おうちの人、いつもご飯を作ってくれてありがとう」

#### (6) 我が国や地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。

「佐久（長野県）にはこんな郷土食があるのだな」「和食ってこんなにすごいんだ」

「この食文化をこれからも受け継いでいきたいな」

#### (7) 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

「地産地消」「佐久にはこんな食材があるんだな」「日本の食糧自給率は38%しかないんだ」

「今の『旬』の食材は〇〇だな」「〇〇県ではこの野菜が沢山収穫されるんだな」

## 目標を達成するための献立作成

7つの目標を達成するため、見て、知って、感じて、味わい、食について学ぶことができる給食、「食育の教科書」となる給食を目指していきます。別紙「給食献立年間計画」参照

○米飯：週3日 パン：週2日 麺：隔週1日（6～9月除く）

○ごはんは浅科産五郎兵衛米。自施設炊飯。給食で地元のブランド米をいただけることに感謝です。

○パンは「塩川ベーカリー」で焼いてもらう。国産100%（県内産50%）の小麦を使用。

○麺は「木内麺業」で作ってもらう。県産100%の小麦粉を使用。衛生面を考慮し、夏場（6～9月）は使用しない。

### (1) 児童生徒の健康の保持増進を図るための食事内容

- ・栄養摂取量は、文部科学省より出されている「学校給食摂取基準」に準拠する。なお、必要な栄養量は個々の体位や活動量などによって様々であるため配慮する。

#### 学校給食摂取基準

	小学生（中学年）	中学生
エネルギー	650kcal	830kcal
たんぱく質	摂取エネルギー全体の13～20%	
脂質	摂取エネルギー全体の20～30%	
カルシウム	350mg	450mg
食物繊維	4.5g以上	7g以上
食塩相当量	2g未満	2.5g未満

- ・和食の良さを見直し、魚、豆、海藻、野菜などを意識して取り入れる。
- ・家庭で不足しがちな栄養素（カルシウム、鉄、マグネシウム、亜鉛など）の摂取に努める。
- ・だしを丁寧にとる等の工夫で減塩をおこなう。素材本来の味を大切にする。
- ・パンの日は主食に塩分が入るため、塩分量が多くなる課題がある。

### (2) 本物の味を学ぶための手作り給食

- ・子どもたちに本物の味を知ってもらうため「手作り」を基本とし、冷凍おかずは使わないよう努める。
- ・だしはかつお節、昆布などから丁寧にとり、本物の味覚を育てる。洋風スープの日は無添加鶏がらブイヨンを使用し、化学調味料を使わない。

### (3) 児童生徒の学校生活の様子や学校行事に関連した献立

- ・部活の大会（中学校）
- ・運動会（小学校）
- ・家庭科等の教科学習との連携
- ・読書旬間 等

給食と関連付けできそうな行事がありましたらセンターまで情報をください。

### (4) 地域食材の利用（給食応援団）、郷土食・行事食の導入

- ・給食応援団の方に育てていただいている作物等、地元農産物を優先的に使用する。
- ・郷土食や行事食、日本に昔から伝わる料理など、食文化を大切にする。

近年、家庭の食卓に上がらなくなっている郷土の料理や、四季折々の日本の伝統行事に合わせた献立を意図的に取り入れることで児童生徒に食文化を知ってもらいたい。

(5) その他

- ・希望献立 小学校4年～中学校3年までの全学級・・・「1食分の献立を作る」という食育活動
- ・子どもたちが栽培、収穫した食材の給食での利用
- ・バイキング給食（セレクト給食） 小学校6年

### 食に関する指導の重点課題

(1) 「早寝・早起き・朝食」の重要性の周知

R1調査「朝食を毎日食べる」 浅科小5年：98.0% 浅科中2年：70.6%

(2) 自ら食事を用意する力を身につける

(3) 成長期に必要な「食事摂取基準」を見える化する

自己管理能力の育成 ～ 意識変容を行動変容につなげる

小学校「知識の定着」・・・発達段階を考慮し、「なぜ？」を積み重ねる

中学校「知識の活用」・・・理解したことをどのように生かすか

### 給食センターからの食育発信

- ・配布物 毎日の献立紹介（ランチレター）、予定献立表、給食だより、レシピ配布
- ・学校訪問 中学校へ給食時に訪問する
- ・教科学習との連携（栄養教諭） 教科学習において食に関する指導を行う際、必要に応じ専門分野への指導の参画、情報提供、資料提供を行う
- ・PTA 試食会

### 安全な給食づくり

(1) 学校給食衛生管理基準にそった献立作成

- ・衛生に配慮した献立の作成
- ・和え物に使用する野菜は加熱殺菌を基本とする。
- ・夏場の食材の工夫

(2) 食材の選定

- ・野菜、果物は国産を基本とする。
- ・ハム、ベーコン、ちくわなどの加工食品は無添加、低添加のものを選ぶ。
- ・小学1年生が喫食することを考慮する。

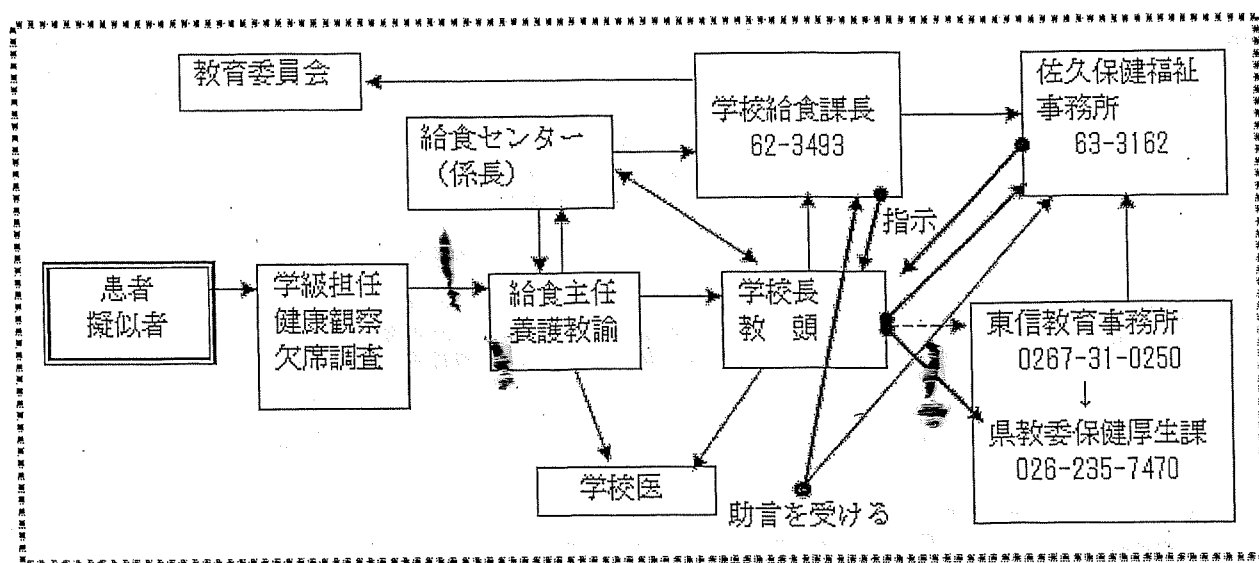
(3) アレルギー対応食の提供

- ・アレルギー対応食実施者10名（浅科小6名、浅科中4名）。（令和5年4月1日現在）
- ・アレルギー専属職員が、安全を最優先に細心の注意を払い対応食の提供を行う。
- ・除去食を基本とする。

## 事故発生時の連絡、対応

＜児童・生徒に給食が原因と疑われる体調不良者が出た場合＞

### 《連絡体制》



### 《対処方法》

- ① 健康観察等により感染症や食中毒のような疑わしい症状のある児童・生徒が出た場合の連絡  
学級担任 → 給食主任・養護教諭 → 教頭 → 学校長 → 給食センター・係長 → 課長
- ② 係長（以下 係長が不在の場合は、栄養教諭等または調理主任）は、課長に報告し、他の配送校の状況を把握するとともに、課長と対応を協議する。
- ③ 報告を受けた課長は、関係機関と対応を協議する。
  - ・ 校医もしくは保健福祉事務所の助言により給食の可否を決定する。
  - ・ 学校は、保護者に対しては教育委員会や佐久保健福祉事務所の指示に基づき、感染症または食中毒の（疑いがある）事実、児童・生徒の健康調査、検便などの各種調査への協力をお願いを速やかに連絡する。その際、個人のプライバシーなどの人権に対する侵害が生じないように配慮する。

# 令和5年度 佐久市学校給食浅科センター 食に関する指導の全体計画

【学校給食法】学校給食の目的→「食育の推進」 【食育基本法】→国の食育推進基本計画

長野県県民運動 ACEプロジェクト

- ・Action (体を動かす)
- ・Check (健診を受ける)

長野県食育推進計画(第3次)

- 長野県県民運動 ACEプロジェクト  
Action(体を動かす)・Check(健診を受ける)・Eat(健康に食べる)

佐久市児童・生徒の実態

(2019年実態調査 小5 820人、中2 753人)

- 毎日朝食を食べる 小91.5%、中87.9%
- 朝食のバランスが良い 小50.9%、中51.4%
- 郷土料理を知っている 小62.0%、中64.9%

第2次 佐久市健康づくり計画 2.1【抜粋】

※2024年までの目標

- 食を大切にすることを育む  
～元氣よぶ笑顔あふれる我が家の食卓～
- (1) 食育に関心がある割合の増加 75.4% → 85.0%
  - (2) 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の割合の増加 91.4% → 95.0%
  - (3) 佐久地域の郷土料理を知っている児童生徒の増加 小5 42.3% → 48.0% 中2 60.8% → 67.0%
  - (4) 学校給食における佐久産農産物の利用の割合増加 21.7% → 35.0%
  - (5) 朝食を毎日食べている子供の増加 82.3% → 86.1%
    - ・食塩摂取量の減少
    - ・野菜摂取量の増加
    - ・地場産品購入の増加
    - ・肥満傾向にある子供の減少

具体目標

- ①朝食を食べる子の割合 100%に近づける
- ②長野県や地域の伝統食を知っている子の割合 小62% 中64.9% → 現状より増加

食育の視点

- ◇食事の重要性
- ◇心身の健康
- ◇食品を選択する能力
- ◇感謝の心
- ◇社会性
- ◇食文化

佐久市学校給食浅科センターにおける食に関する指導の目標

(知識・技能) 将来にわたって健全な食生活を送れる力を身につける。  
(思考力・判断力・表現力等) 正しい知識・情報を身につけ、自ら判断し選択できる力を身につける  
(学びに向かう力・人間性等) 地域の食文化や食に興味・関心を持ち、主体的により良い食生活を実践しようとする態度を養う

佐久市学校給食浅科センターの食育

【教育委員会学校給食課】

生きる力の基礎となる学校給食の推進

【健康づくり推進課】

- ・びんころ御膳
- 塩分控えめ 野菜たっぷり レシピ
- ・食育活動の連携
- ・食育リーフレットの活用
- ・おやこ食育教室
- ・高校生の食育講座

【子育て支援課】

- ・献立連携 ・実態把握
- ・指導内容の連携
- ・キッズキッチン

【農政課】

- ・学校給食応援団との連携
- 地域食材および生産者とのコーディネート

献立の充実

- ・年間献立計画に沿った献立の提供
- ・和食を中心に「主食・主菜・副菜・汁物」をバランスよく組み合わせる。
- ・減塩、野菜の摂取量を意識した献立の実施
- ・「びんびんキラリ食(佐久市の長寿食)」の提供と意識づけ(年4回)
- ・佐久を味わおう 佐久の日献立 3月9日
- ・旬、地域食材、郷土食を取り入れた「食育の日」の設定
- ・給食週間・読書週間等の学校行事と関連した給食の提供
- ・希望献立の実施
- ・地元食材の積極的な活用
- ・アレルギー対応食の実施

学校との連携

- ・お昼の放送原稿「ランチレター」の作成・配布
- ・指導資料や掲示物の作成・配布
- ・食に関する全体計画の作成・配布
- ・年間献立計画の作成・周知
- ・児童会・生徒会活動との連携
- ・食に関する指導

家庭との連携

- ・献立表、食育だよりの発行
- ・PTA試食会・講話(依頼による)
- ・佐久市給食・食育通信「にんじん」の発行(年2回)

地域との連携

- ・農政課、学校給食応援団との連携による地域食材の活用及び生産者との情報交換(定例会:年6回)
- ・農政課、学校給食応援団との連携による子どもたちへの農業指導(小学校1年:サツマイモ苗植え・収穫、小学校3年:大根の植え・収穫)
- ・健康づくり課との連携
- ・佐久保健福祉事務所との連携「さくさく野菜食べようキャンペーン」

【学校】

- ・お昼の放送による日々の食育
- ・給食指導(準備、挨拶、配膳、片付け、食事のマナー)
- ・献立表、食育だよりの活用
- ・教科、特活における食に関する指導
- ・運営委員会及び献立委員会の開催
- ・農業及び収穫体験
- ・給食週間
- ・PTAとの連携
- ・地域食材生産者との交流

【家庭(P.T.A.)】

- ・献立表・食育だよりの活用
- ・運営委員会及び献立委員会への参加
- ・試食会の開催(講話含む)

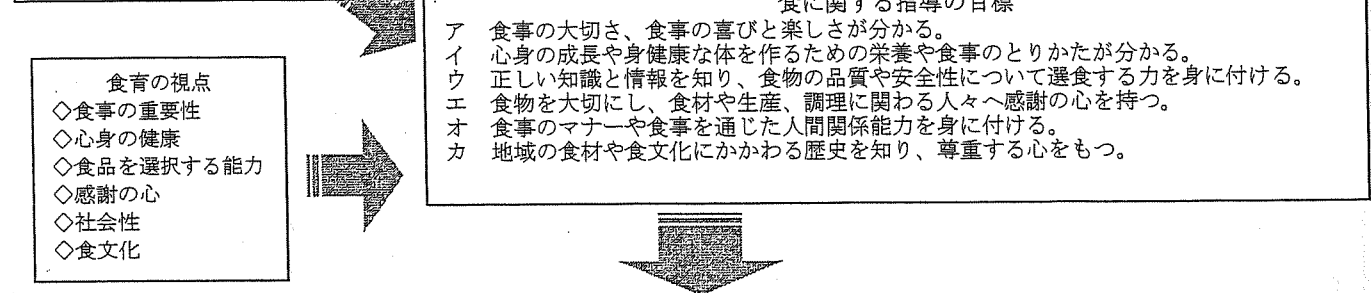
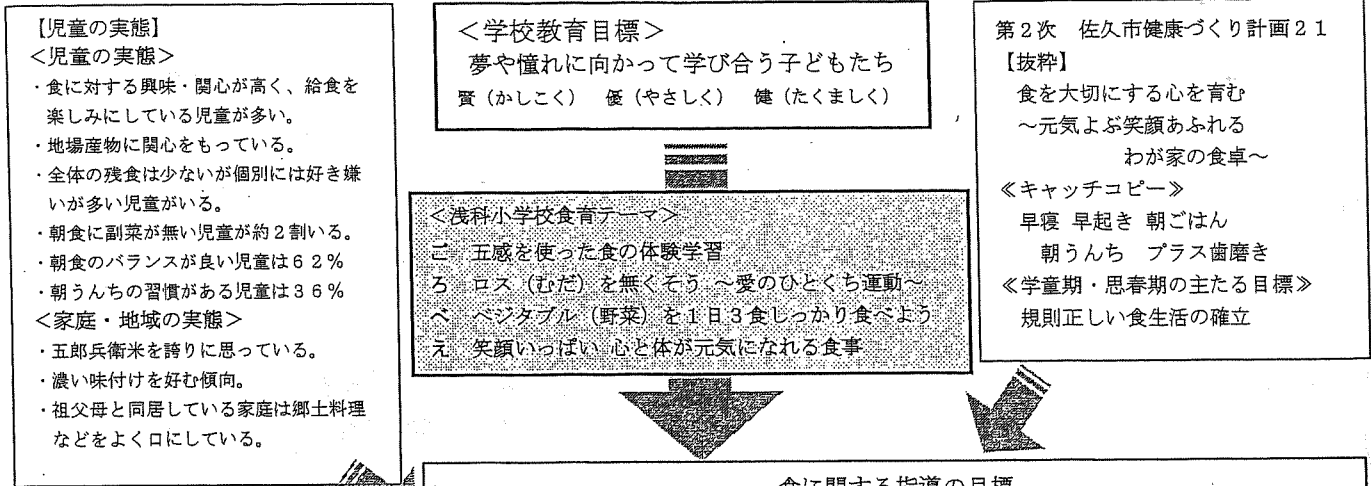
【地域への発信】

- ・佐久市HPの献立表食育だよりの掲載

【食育推進の評価】

活動指標：読書週間コラボ給食の提供(年9回)、郷土料理の提供(年4回)、中学校への給食訪問  
成果指標：朝ごはんを毎日食べる子を100%に近づける

# 令和5年度 浅科小学校 食に関する指導の全体計画①



幼稚園 保育所	各学年の食に関する指導の目標			中学校
	1、2年	3、4年	5、6年	
・食の幅を広げる ・食物アレルギー対応	・給食の基本的なマナーがわかる。 ・いろいろな食品があることがわかる。 ・残さず食べようとする態度を養う。	・主な食べものの働きがわかり、バランスよく食べようとする。 ・協力して給食活動ができる。 ・思いやりや感謝の気持ちが持てる。	・自分の食生活を振り返り、今の自分に必要な栄養素や必要量を理解し、生活に生かすことができる。 ・社会や人とのかかわりの中でよりよい食生活をめざせる。	・小学校と同一献立の実施。 ・食材本来の味を大切にした手作り給食。

**食育推進組織 (学校給食運営委員会・献立委員会)**  
 校長 給食指導係 学校栄養職員  
 (必要に応じて、校医、薬剤師、保護者代表の参加)

**食に関する指導**

- ・教科等における食に関する指導：関連する教科等において食に関する指導の視点を位置付けて指導(社会、理科、生活、家庭、体育、道徳、総合的な学習の時間、特別活動等)
- ・給食の時間における食に関する指導：献立を通じた学習、教科等で学習したことを確認(食に関する指導)、放送委員会による昼の放送(給食の献立放送)、準備から片付けまでの一連の指導の中で習得(給食指導)
- ・個別的な相談指導：肥満・やせ傾向、食物アレルギー等

**地場産物の活用**

- ・学校給食応援団：定例会6回/年、年間生産調整及び流通の確認
- ・地場産物等の校内放送や指導カードを使用した給食時の指導の充実、教科等の学習や体験活動と連携を図る。

**家庭・地域との連携**

- ・学校給食応援団：農業指導(1年さつま芋苗植え・収穫、3年大根の苗植え・収穫)
- ・積極的な情報発信(献立表 給食だより 学校・学年・学級だより 給食試食会(2年) 学校保健委員会)

**食育推進の評価**

活動指標：地場産物についての指導、地場産物や郷土料理を取り入れた給食の提供  
 成果指標：朝ごはんを毎日食べる児童を100%に近づける。







10月	好き嫌いをせず食べよう	偏食の害について 自己の食生活を反省する	秋を感じさせる工夫。 ・食後の秋、スポーツの秋。質、量とも充実した食事の工夫。	読書旬間 給食週間(中)	ひんびんキラリ食 (鮭) 読書旬間コラボ給食	IA IB	長ねぎ、じゃが芋、さつま芋、さゆり、チンゲンサイ、かぼちゃ、にんじん、白菜、キャベツ、(りんご、トマト、ぶどう)	さんま、鯖、里芋、さつま芋、柿、きのこ、栗、りんご、新米
11月	感謝して食べよう	・生産と感謝 ・食事の挨拶 ・食べ物の命	・収穫された野菜等から感謝の気持ちを育てる工夫。 ・秋を感じさせる工夫。	読書旬間	いい歯の日 和食の日	5-1 5-2	長ねぎ、白菜、かぼちゃ、にんじん、じゃが芋、大根、チンゲンサイ、さつま芋、青ばつ、(りんご)	新米、ごぼう、里芋、白菜、ねぎ、栗、鮭、鱒、りんご、早生みかん
12月	寒さに負けない食事をしよう	・寒さに負けない体を作る食べ物 ・冬野菜の効用 ・かぜの予防と食事	・風邪を予防する食事の工夫(VA、V◎)。体を温める食事の工夫。 ・冬の野菜を多く取り入れる。		ひんびんキラリ食 (凍り豆腐) 冬至 クリスマス 年取り	2A 2B	大根、長ねぎ、じゃが芋、にんじん、白菜、青ばつ、さつま芋、長いも、冬菜、ほうれん草、里芋、かぼちゃ、(りんご、水菜)	白菜、香菊、ほうれん草、ごぼう、人参、大根、ブロッコリー、鱒、鮭、りんご、みかん
1月	郷土の食べ物を知ろう	・郷土の食事と文化 ・給食の歴史	・正月の行事食を取り入れる。 ・地元のおみやげや郷土食を取り入れる。 ・体を温める食事の工夫。		鏡開き 大寒 郷土食	4-1	じゃが芋、長いも、里芋、かぼちゃ、長ねぎ、大根、にんじん、(凍り豆腐、りんご)	凍り豆腐、野沢菜漬、ねぎ、れんこん、水菜、わかさぎ、鱈、みかん、いちご
2月	健康にばい食べ方を知ろう	・生活習慣病予防の食事(咀嚼、食物繊維、脂肪) ・受験期の食事	・食物繊維を多くとる工夫。 ・日本型食生活。 ・春の訪れを感じる食事。	前期選抜(中)	前分・立春 ひんびんキラリ食 (青ばつカレー) 思いつき給食	4-2	じゃが芋、長ねぎ、大根、にんじん、長いも、(凍り豆腐)	凍り豆腐、小松菜、切干大根、鱈、いよかん、ポンカン、いちご、ぶんたん、きんかん
3月	食生活の反省をしよう	・1年間のまとめ ・望ましい食生活 ・楽しい思い出作り	・春らしく彩りを考慮し、楽しい思い出になるよう工夫する。 ・卒業生の思い出に残る献立。	後期選抜(中)	ひな祭り 受験応援 佐久の日 思い出給食 卒業祝い		じゃが芋、チンゲンサイ、(凍り豆腐、春菊)	春きゃべつ、かぶ、菜の花、春告わかれ、新じゃが、新玉ねぎ、鱈、はっさく、いよかん、いちご、でこぼん、清見オレンジ、ぶんたん

～給食で伝えていきたい郷土食等～

- ・五郎兵衛米
- ・給食応援団の野菜
- ・高成牧場の牛肉
- ・佐久鯉
- ・塩丸いか
- ・粕汁
- ・矢嶋の凍り豆腐
- ・鮎の甘露煮
- ・お煮こじ
- ・鮭の粕煮
- ・川魚
- ・浅科かぼちゃ

毎月19日 食育の日献立  
毎月11回 8020給食  
毎月11回 おなか元気メニュー  
適宜 本とのコラボ給食  
ハイキング(セレクト)給食 /小6年  
＜給食試食会(予定)＞  
小2保護者 中学PTA

～年間を通して使用できる地域の食材～

◎浅科産  
五郎兵衛米、卵  
豆腐、大豆、豆乳、おから

◎佐久市産  
ぼちみつ、米粉、安養寺みそ、佐久鯉、川魚

## 佐久市学校給食センター給食会計の基本事項（令和5年度）

（根拠：佐久市学校給食センター条例施行規則）

- 1 この基本事項は、佐久市学校給食南部センター・北部センター・臼田センター・浅科センター・望月センター（以下、「給食センター」という。）に係る給食および給食費の会計に関して、必要な事項を定めることを目的とする。
- 2 給食センターの行う給食は、月曜日から金曜日までの昼食時に実施するものとする。
- 3 給食費の区分は次のとおりとし、一食単価額については施行規則第16条1項に基づき、運営委員会が決定する。
  - (1) 小学生 270円
  - (2) 中学生 310円
  - (3) 職員 小学校職員は小学生と、中学校職員・給食センター職員は中学生と同額とする。  
ただし、令和5年度においては、学校給食費の一部（食材費高騰に伴う影響額）を補助する「学校給食費物価高騰対策事業」をもって、保護者負担の軽減を図るものとするが、当該事業の本旨から職員分を算定に含めることはできないため、当該負担分として上記にそれぞれ20円を加算する。  
なお、令和5年4月1日から令和6年3月31日までを当該加算適用期間とする。
  - (4) 給食試食者 給食試食者の徴収金は、提供したメニューにより前記(1)(2)に準じるものとする。
- 4 給食費の徴収は、1食単価（日額）に当該月の給食実施総人数を乗じた額とする。
- 5 学校は、翌月分の給食実施予定を、毎月定められた提出日までに学校給食センター係長（以下、「係長」という。）に提出するものとする。  
給食実施予定には、行事等の欠食や短縮日課に伴う時間変更を記載する。  
行事等の欠食がある場合、「給食人員変更届」を合わせて提出する。  
その後変更が生じた場合は、給食センターが定める期限までに報告する。  
なお、給食実施予定提出後、行事等が中止となった場合での給食提供は行わないため、お弁当対応とする。
- 6 インフルエンザなどによる学級閉鎖などで給食を受けなくなるときは、【給食人員変更届】により係長に報告するものとする。この場合、土・日・祝日を除き3日後から変更できるものとする。  
なお、3月分については変更ができないものとする。
- 7 個人（児童生徒及び職員）単位の変更については、原則として連続5日以上欠食の場合【給食人員変更届】により係長に報告するものとする。この場合、土・日・祝日を除き3日後から変更できるものとする。  
なお、3月分については変更ができないものとする。
- 8 台風等自然災害による学校閉鎖で給食が停止となった場合の給食費は原則、徴収するものとする。
- 9 毎月の人員確認は、翌月の月初めに給食センターから送付する人員表（給食連絡日誌等）で各校が確認し、それを速やかに給食センターに返送し決定する。
- 10 給食費は、9で確認された受配校の月人員に1食単価を乗じた額を、給食センターが給食費納入通知書（10日前後）により請求する。  
学校は、指定日（20日前後）までに指定口座に振り込むこととする。（ただし3月分は当月納入とする。）
- 11 会計年度は、4月1日から翌年3月31日までとする。
- 12 アレルギー対応食提供事業等に伴う返金額は、別表のとおりとする。（一食当たり単価、消費税込）

ただし、副食についての返金は、できないものとする。

※ 上記に定めのない各センター固有の事項等については、それぞれ対応することとする。

また、各センターの対応事項は学校給食課長に届け出るものとする。

別表 (令和5年度)

区 分	牛 乳	米 飯	パ ン	ソフトめん
小 学 校	66円	19円	57円	57円
中 学 校	66円	26円	63円	63円