

給食福岡



志賀島伝統料理 親子体験学習



福岡市立
志賀島小学校



詳細は最終ページに掲載



もくじ	理事長就任のごあいさつ	2P
	学校における食育の推進について	2P
	行事報告(学校給食フェア)	4P
	令和6年度 福岡県学校給食レシピコンクール	5P
	栄養士ノート	7P
	おすすめメニュー	7P
	表紙の写真は	8P
	Voice	8P

編集
 広報紙「給食福岡」編集委員会
 発行
 公益財団法人福岡県学校給食会
 福岡県筑紫野市紫3丁目1番1号
 TEL.092-923-3322

ホームページ
<https://www.fukukyuu.or.jp>

広報紙「給食福岡」



* 回覧をお願いします *
 (回覧時に御活用ください)

理事長就任のごあいさつ

公益財団法人福岡県学校給食会 理事長 上田 哲子



このたび、4月1日付で公益財団法人福岡県学校給食会理事長に就任いたしました。

日高前理事長同様、どうぞよろしくお願い申し上げます。

令和3年の後半から始まった物価高騰は、ロシアのウクライナ侵攻や急激な円安などによって拍車がかかり、今もなお続いています。更に昨年は、記録的な猛暑やインバウンド需要の拡大、南海トラフ地震臨時情報などに端を発した「令和の米騒動」をきっかけに、今日に至るまで近年類を見ない米の価格高騰が続いており、その影響は学校給食にも及んでいます。日本政府は価格を抑制するために備蓄米を放出することを決めましたが、今後の見通しは不透明といわれています。

このような状況を鑑み、学校給食現場の負担を軽減することを目的に、福岡県学校給食会は令和7年度の精米及び米飯価格の値上げ幅を抑えるため、運用基金を投入することとしました。公益財団法人の責務として、できる限り物資価格の抑制に努め、物資流通改善対策事業により年間の予約をいただいた物資については、年度内の価格改定を原則行わないという方針の下、全力で事業に取り組んでまいります。

これからも安全安心な物資の安定供給及び価格の抑制に努め、さらに、地産地消に対応した物資の供給や開発などを充実させていきたいと考えています。また、学校給食の普及充実に関する事業及び食育の推進支援も継続していきたいと考えていますので、特段の御指導、御支援を賜りますようよろしくお願いいたします。

学校における食育の推進について

福岡県教育庁教育振興部体育スポーツ健康課

平成17年に**栄養教諭制度**が開始、また「**食育基本法**」が施行され、**今年で20年**になります。

これまで各地域、各学校において、様々な取組が行われ、食育の推進が図られているかと思えます。

4月がスタートし、「食に関する指導に係る全体計画」を基に、食育を推進されていることと思えます。改めて、学校において食育を推進する必要性や取組等について、確認してみましょう。

Q1 なぜ、学校において食育をする必要があるのですか？

●子どもの実態から

食に関する指導の手引・第二次改訂版・では、食に関する社会環境等の変化に伴い、偏った栄養摂取や朝食の欠食に代表されるような不規則な食事などの**食生活の乱れ**、**肥満や過度のやせ**、などが見受けられ、増加しつつある生活習慣病と食生活の関係も指摘されています。

●制度の面から

食育基本法では、**食育が知育・徳育・及び体育の基礎となるべきもの**と位置づけています。また、様々な経験を通じて『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、**健全な食生活を実践することができる人間を育てる**ことも求めています。

Q2

学校における食育を推進する上で、福岡県の課題は何ですか？

●朝食摂取率について

小中学校で毎年実施されている全国学力・学習状況調査の児童生徒質問紙に「朝食を毎日食べていますか」という質問項目があり、4段階（1している、2どちらかといえばしている、3あまりしていない、4全くしていない）で回答します。福岡県は、1、2と回答する割合の合計が、**毎年全国平均を下回っており**、4と回答した割合が**全国平均より多い結果**になっています。

※福岡県食育・地産地消推進計画では、1、2と回答する割合の合計が全国平均以上となることを目標としています。

●食に関する指導の充実について

学校の教育活動全体で食育の推進に取り組むには、食育の目標や具体的な取組について**職員間で共通理解をもち、研修や指導体制の充実を図る必要**があります。

令和6年度の「食に関する指導」等の状況調査（本課で毎年実施）では、食育を推進する校内組織を設置している学校は、小学校96.6%、中学校90.3%です。一方で、食に関する指導の充実に向けた校内研修を実施している学校は、小学校65.1%、中学校58.9%です。

Q3

どのような取組を県では、行っていますか？

●朝食いきいきシート

学校と家庭が連携した**朝食の習慣化を図る**取組です。朝食いきいきシートを活用して、朝食摂取の意識向上を目指しています。県内の市町村立小学校、義務教育学校前期課程、特別支援学校小学部4年生、5年生、6年生の児童に配布しています。

●福岡県学校給食研究指定委嘱事業

学校における食育を推進するため、**学校給食等に関する教育諸課題について実践的に研究し**、その成果を県下の公立学校に広く普及啓発するため、研究指定校の委嘱を行う取組です。

※令和6・7年度福岡県学校給食研究指定委嘱校：6校

※令和7・8年度福岡県学校給食研究指定委嘱校：5校

●福岡県学校給食レシピコンクール

中学生から県産品を用いた学校給食レシピを募集することで、学校給食の意義や県産品への**理解**を深めるとともに、食に関する**興味関心**を高め、家庭・地域における食生活の改善や子どもの**望ましい食習慣の形成**に寄与する取組です。

●子どもが作る「ふくおか弁当の日」

児童生徒自身が弁当作りの一連の活動を体験し、食への関心を高め、**食事を作る楽しさや達成感を味わう**ことができる取組です。また、食べ物を大事にし、食料生産に関わる人々へ感謝する心を育むとともに、食事の重要性、食事の喜び、楽しさや、各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解することにもつながります。

Q4

取組を行っていく上で、参考となる資料等がありますか？

●校内で食育を推進する際に活用してください。

文部科学省			
食に関する指導の手引 - 第二次改訂版 -	栄養教諭を中核とした これからの学校の食育	食育教材	
		小学生用 	中学生用 
独立行政法人教職員支援機構 (NITS)		福岡県教育委員会	
校内研修シリーズ (動画)		朝食いきいきシート・ 活用事例集	子供が作る 「ふくおか弁当の日」
学校全体で 取り組む 食育の進め方 	栄養教諭の 職務 		普及・拡大 

令和6年度学校給食フェアを開催しました！



令和7年3月2日（日）、筑後市にある九州芸文館において「令和6年度学校給食フェア」を開催しました。

このイベントは、学校給食について理解を深め、親子等で楽しく体験することをおして「食」に関する興味、関心を高め、家庭における食生活の改善や子供たちの望ましい食習慣の形成を目的としています。

当日は、小雨が降るあいにくの天気でしたが、会場には県内各地から多くの家族連れが訪れ、たくさんの催しを楽しんでいただきましたので、その中からいくつかを紹介します。

福岡県内の中学生を対象とした『福岡県学校給食レシピコンクール』の表彰式会場では、2,980点もの応募作品の中から受賞した生徒のみなさんが表彰されました。福岡県産食材を活用したレシピは、給食への思いがたくさんつまっていて、どの作品も食材の特徴を上手にいかし、彩り豊かで食欲をそそる一品でした。受賞作品については、次のページで詳しく紹介していますのでご覧ください。



小中学生とその保護者を対象にした料理教室では、講師の指導のもと『だしの力でおいしく元気な朝ごはん』をテーマに短時間で簡単に作れる朝食メニューとして、“ごはんサンドイッチ、みそ汁、浅漬け、いちごミルクかんてん”を作りました。参加者からは、「楽しかったのでおうちでも作りたい」「一緒に作ったお友達とお話も出来て仲良くなった」「班ごとにサポートの方がついてくださったので安心して調理ができた」などの感想をいただき大変好評でした。



株式会社明治の講師による『発見！チョコレートのひみつ』のコーナーでは、チョコレートに関するクイズに答えたり、お話を聞いたりしながら、チョコレートが甘くておいしくみんなが大好きなお菓子というだけでなく、製品になるまでの工程や原材料の産地のことなどについても学んでいただきました。



福岡県立福岡農業高等学校生活デザイン科の生徒たちによる『ワンヘルス・食育・地産地消クイズ大会』では、子供たちを対象にカラフルな衣装を身に付け野菜に扮した高校生が福岡県産食材に関するクイズを出題し、参加者は○か×の解答場所に移動しながらクイズに答え、会場は子供たちや保護者で大変盛り上がりしました。



その他にも食べ物つりゲームや豆つかみゲームなど、食材に触れ親しみ楽しんでいただく体験型のコーナーや、昔の学校給食献立レプリカなど給食の歴史を展示したコーナーがあり、保護者の中には昔食べた給食を懐かしむ姿も見られました。全館通して実施されたクイズラリーでは、子供たちが会場中に隠されたヒントを探しながらクイズに挑戦しました。



屋外では、昔の給食メニューとして揚げパン、鯨の竜田揚げ、脱脂粉乳の試食コーナーや学校給食用食品の即売もあり、終日多くの人で賑いました。

令和
6年度

福岡県学校給食レシピコンクール

主催 福岡県教育委員会・公益財団法人福岡県学校給食会

「福岡県学校給食レシピコンクール」は、学校給食の意義や福岡県産食材への理解を深めるとともに、食に関する興味・関心を高めることを目的として、中学生を対象に「わたしが作る『福岡』の学校給食」をテーマに学校給食レシピを募集するものです。

福岡県産の食材を効果的に活用していること、栄養バランスがとれていること、色どりや料理の組合せがよいことなどを審査の基準とし、応募総数2,980点の中から最優秀賞1点、優秀賞3点、優良賞6点が選出されました。以下に受賞作品を紹介します。

最優秀賞



福津の色どり夏野菜

福津市立福岡中学校2年 田島 小遥さん

献立 ご飯、鮭のカレーパン粉焼き、トマト肉じゃが、夏野菜の味噌汁、シャインマスカット、牛乳
使用した県産品 トマト、ミニトマト、じゃがいも、オクラ、きゅうり、なす、かぼちゃ、マスカット

定番の料理をひと工夫して、洋風にアレンジしました。地元の旬の夏野菜をたっぷり使って、栄養も色どりも豊かに仕上げました。トマト肉じゃがはトマトを入れることで夏でもさっぱりと食べることができました。鮭のカレーパン粉焼きはいつもと違う味付けで美味しかったです。

優秀賞



宗像の魅力発見～旬野菜ねりこみ団子～

宗像市立城山中学校2年 塩見 希さん

献立 ひじきご飯、イカメンチ、すのもののサラダ、旬野菜ねりこみ団子汁、牛乳
使用した県産品 人参、れんこん、玉ねぎ、春菊、じゃがいも、ヤリイカ

イカメンチは、宗像の材料をふんだんに使って地元発祥の新レシピを開発しました。野菜を練りこんだ団子にしたので、野菜の味があまりせず、野菜が苦手な人でも食べやすいようにしました。

優秀賞



カラフル給食ごちそうsummer☀

宗像市立自由ヶ丘中学校8年 菅 せんりさん

献立 コーンご飯、ピーマンの肉づめ、しゃぶしゃぶサラダとキャロットラペ、かぼちゃの味噌汁、牛乳
使用した県産品 かぼちゃ、きゅうり、ピーマン、玉ねぎ、トマト

夏野菜をたくさん使ったところがポイントです。色とりどりの食材を使い、見た目が華やかになるように工夫しました。自分で作ったと思えないくらいどれも美味しく作ることができました。また、今度、料理を作りたいと思いました。

優秀賞



日焼け&熱中症に勝つ!! 給食

福津市立福岡東中学校2年 堂山 恵菜さん

献立 鯛めし、鶏の和風ハンバーグ(きのこあんかけ)、三色ナムル、たっぷり夏野菜の豚汁、はちみつミルクプリン、牛乳
使用した県産品 鯛、のり、トマト、かぼちゃ、なす、小ねぎ、鶏肉、枝豆、とうもろこし、しめじ、エリンギ、えのき、まいたけ、もやし、ほうれん草、ブルーベリー

福津は鯛が有名なので、主食を鯛めしにしました。鶏の和風ハンバーグは、豆腐と鶏肉でしっかりタンパク質が摂れます。たっぷり夏野菜の豚汁は、熱中症予防になり、簡単に作れて美味しいです。

優良賞 夏も元気に過ごす!
夏野菜たっぷり給食



春日市立春日西中学校1年
安部 心菜 さん

献立

ご飯、
チキンステーキのラタトゥイユかけ、
きゅうりとカニカマの和え物、
卵スープ、スイカ、牛乳

使用した県産品

トマト、きゅうり、ナス、すいか

夏野菜をたくさん入れて、夏を元気に過ごすことができるようにラタトゥイユを作りました。チキンステーキとよく合っていてとても美味しかったです。きゅうりとカニカマの和え物はさっぱりしていて、夏にととてもピッタリの1品でした。トマトとすいかは、祖父が育てたものを使いました。

優良賞 ヘルシーおいしい
満腹ご飯



古賀市立古賀東中学校2年
吉村 水希 さん

献立

麦ご飯、
照り焼きつくね（えのきとわかめ入り）、
コーンときゅうりの彩りサラダ、
オクラとじゃがいもの味噌汁、牛乳

使用した県産品

えのき、わかめ、コーン、きゅうり、
ミニトマト、オクラ、じゃがいも

照り焼きつくねは、ふっくらしていてえのきも入っているので食感もよくて美味しかったです。彩りサラダは、コーンやトマトやきゅうりを使って彩りよく、栄養も取れるように工夫して作りました。ご飯や味噌汁もよくでき、家族に好評でした。

優良賞 栄養満点!!
福岡の郷土料理



福津市立福岡中学校2年
小畑 明里 さん

献立

かしわ飯、いわしの南蛮漬け、
卵とブロッコリーのマヨサラダ、
かぼちゃの団子汁、パインヨーグルト、牛乳

使用した県産品

かぼちゃ、赤とうがらし、ピーマン、
人參、しいたけ

たくさんの野菜を使っているので、栄養満点!食欲の湧かない暑い夏でも食べやすいようにさっぱりした味付けにしたり、塩分補給のできる汁物をつけたりして工夫しました。福岡の郷土料理を2つ献立に入れ、地元の味を感じることができ給食にしました。家族に「おいしい!」と言ってもらって嬉しかったです。

優良賞 栄養満点!福津の
野菜たっぷり給食!



福津市立津屋崎中学校2年
中島 希海 さん

献立

豆ご飯、野菜たっぷりぶっかけうどん、
きゅうりとトマトのポン酢和え、
いちじく、牛乳

使用した県産品

きゅうり、トマト、おくら、わかめ、
いり大豆、いちじく

彩り良く、福岡の食材をたくさん使い、「また食べてみたい!」と思ってもらえるような料理を作ることを目標にしました。レシピを考えたり料理に時間がかかったけど、家族が美味しいと言って食べてくれたのでやりがいを感じました。この応募を通して、料理をする楽しさをもっと知ることができました。

優良賞 福岡の色とりどり
給食



新宮町立新宮中学校1年
木原 夢心 さん

献立

えだまめご飯、
鶏肉のみかんソース添え、
豆乳のカラフル野菜サラダ、
夏野菜のコンソメスープ、牛乳

使用した県産品

枝豆、みかん

ご飯には、宗像産の枝豆をいれました。野菜の色を保つため、オクラをゆがく時に塩をひとつまみ入れました。鶏肉のソースにみかんソースをつけて、さっぱり甘酸っぱく仕上げました。みかんソースは、白身魚にも合うと思ったので次は、白身魚に使いたいです。

優良賞 さっぱりして
食べやすい給食



八女市立矢部清流学園8年
河野 爽葵 さん

献立

ご飯、鶏もも肉の甘酢炒め、
海藻サラダ、にぐい、
なしのヨーグルトあえ、
牛乳

使用した県産品

キャベツ、きゅうり、里芋、なし

福岡県の郷土料理のにぐいを作りました。夏バテ防止のため、甘酢炒めにして鶏肉をさっぱり食べやすくしました。甘酢がさっぱりしていて、ご飯がすすみました。家族に「おいしい!」と言ってもらったので、嬉しかったです。また作りたいたいと思いました。



栄養士ノート

学校給食を伝える



大野城市立大野南小学校
栄養教諭 薬真寺 房恵

「子どもの好き嫌いを減らすことができますか？」栄養教諭として8年目を迎えた昨年の秋、3月まで勤務していた大野城市立大和小学校で、福岡県立春日高等学校の3名の生徒の訪問を受け、尋ねられました。総合的な探究の時間でSDGsをテーマに課題設定をされており、情報収集のため、給食の工夫について栄養教諭に話を聞きたいとのことでした。

食べ物の好き嫌いは、食べたことがない、または食べ慣れていないことが原因であることが多いように感じます。入学したばかりの1年生は、給食で初めて出合う食材や料理が多く、配膳された量を減らしたり、食べきれず残したりしてしまうことも。しかし、味覚が敏感な子どもの頃に、食材の本当の美味しさを経験してもらい

たいので、大野城市の給食では子どもたちが食べ慣れていなかったり、苦手だったりする食材や料理も、献立に取り入れています。5月には旬のグリーンピースや空豆が登場。この時期しか味わえない豆



の柔らかさを感じてもらいたいので、さや付きで仕入れ、給食室で豆を出してもらいます。調理の手間がかかるのですが、その様子を子どもに写真や動画で紹介したり、実物を見せたり、学校のホームページに掲載したりしています。給食でどんな食材が使われているのか、どのように給食室で調理されているのかについては、子どもたちだけでなく保護者の方にもぜひ知ってもらいたいと思っています。ホームページを見た保護者の方からは、「こんなに調理に手間をかけていただいて、子ども達は幸せですね」との声をいただきました。子ども達には給食で、たくさんの食べ物の美味しさを経験してもらい、学校を巣立った後も、「給食、おいしかったよね」「給食で苦手な食べ物も食べられるようになったよね」と思ってもらいたい、日々努力を重ねています。

高校生からは、「小学生の頃は気付かなかっただけ、子どもたちのことを想って献立を考えられていることを知ることができました」という感想をもらいました。高校生に話をしたのは初めての体験でしたが、様々な世代の方に学校給食について知ってもらいたい、その為にも情報発信を続けていきたいと感じました。

おすすめメニュー

遠賀町立浅木小学校
栄養教諭 岩男 春美
(令和7年3月現在)

ふきごはん

町内2軒の農家でしか栽培されていない貴重な遠賀ふきは、12月～5月にかけて、ふきごはんや春野菜の煮物として登場します。



献立例

ふきごはん、牛乳、ぬたあえ、とりすき、ほんかん

栄養価(1人分)

エネルギー 272Kcal たんぱく質 6.6g 脂質 3.8g
食塩相当量 1g カルシウム 21mg マグネシウム 25mg
鉄 0.8mg ビタミンA(RAE) 54μg ビタミンB1 0.07mg
ビタミンB2 0.07mg ビタミンC 1mg 食物繊維 1.1g
亜鉛 1.3mg

材料

	<1人分>	<4人分>
●米	65g	260g
●遠賀ふき	15g	60g
●とり肉	12g	48g
●油揚げ	2.5g	10g (1/3枚)
●干しいたけ	1g	4g (中1個)
●にんじん	8g	32g (1/6本)
●濃口しょうゆ	1g	4g (小さじ1弱)
●薄口しょうゆ	1.8g	7.2g (大さじ1/2弱)
●料理酒	1g	4g (小さじ1弱)
●みりん	0.5g	2g (小さじ1/3)
●塩	0.5g	2g (小さじ1/3)
●サラダ油	0.3g	1.2g (小さじ1/3弱)

作り方

- ① 米を炊く。(だし汁で炊いてもよい)
- ② 遠賀ふきはすじをとり、1.5cm幅の輪切りにし、下ゆでをしておく。油揚げは5mm幅、しいたけはスライス、にんじんは短冊に切る。
- ③ とり肉とにんじんを炒める。
- ④ 調味料を入れ、残りの材料も加え、煮る。
- ⑤ 炊きあがったごはん④を混ぜる。

福岡市立志賀島小学校（令和6年度公益財団法人福岡県学校給食会 食育推進事業の取組紹介）

表紙の写真は、令和6年度公益財団法人福岡県学校給食会食育推進事業において、福岡県学校給食会が助成した事業のうち、福岡市立志賀島小学校の取組の様子です。

志賀島小学校は、博多湾の北部に位置する志賀島に1875年（明治8年）に創立、開校150周年を迎えた学校です。志賀島は、金印が発見された場所として有名であり、砂や小石が堆積した砂州で本土と陸続きになった全国的にも珍しい陸繋島です。

今回の取組は、志賀島に伝わる料理を親子で一緒に作ることで、志賀島の自然や伝統、文化、人などのよさを知ることを目的として実施されました。具体的には、地域の方を講師に招き伝統料理の内容・作り方、伝承していく意義などを話していただき、「さわら飯」と「すまし汁」を調理するという取組でした。

「さわら飯」はさわらを使った混ぜご飯で、お祝いの席などで食卓にあがる志賀島の郷土料理です。講師に作り方を説明してもらった際、大きなさわらを目の前で三枚おろしにするところから実演していただきました。参加者からは「魚の各部位について説明を聞くことで、普段食べている魚の調理法等、詳しく学ぶことができた」や「地域食材を使用することで、地産地消の大切さの理解につながった」などの感想があり、さらに親子と一緒に調理や試食、片付けを行うことで親子のコミュニケーションを図ることができ、日頃の食事への感謝の気持ちをもつことにもつながったそうです。

Voice

親子の給食

福岡県PTA連合会 下原 仁美



令和6年度、大牟田市PTA連合会家庭教育委員会では、中学校給食センターの見学会を行いました。調理工程や施設を見学させていただき、調理器具の大きさに圧倒されるとともに、子供たちが美味しく食べられるようにベストを尽くして下さっているということがすごく印象に残っています。それは、この給食センターから市内7校の中学校へ配送車で運ぶ移動距離を踏まえて、煮物の野菜が柔らかくなりすぎないように固めに仕上げたり、炒める野菜の水分量を計算したりと工夫をされていたからです。さらに、子供たちの健康と教育のために、子供料理教室を開催したり、読書週間に合わせて絵本の中に出てくる食事を出して下さったり、日々工夫しながら子供たちの食育や健康と向き合ってくださっていることに感動しました。

いうまでもなく我が家の10歳の娘と8歳の息子も本当に給食が大好きです。セレクト給食は何にした？おかわりした？という会話がよく飛び交います。テスト

があるから…と、ちょっと気持ちがあがらない朝も、大好きな給食を食べるために頑張ろうと気合をいれていることもあります。

一方、母である私が、夕食の献立に頭を抱えることもしばしば。そんなときに助けてくれるのも給食で、毎月の給食だよりに掲載されているレシピを実際に作ってみたり、ヒントを得たりしています。栄養満点でたくさんの食材が使われている給食は、食卓に並んでも華やかです。子供たちが、給食のときにおかわりができなかつたからと喜んでくれることもあり、うれしい気持ちでいっぱいになります。

今回、原稿を書かせていただくにあたり、親子共々“給食”に支えていただいているということに改めて感じました。毎日温かくて美味しい給食が食べられることに感謝し、その背景にはたくさんの方との関わりがあることを感じながら、すくすくと大きく成長して欲しいと思います。