



給食会だより

平成23年11月発行 静岡県学校給食会浜松支部

食事で心をそろえる

10月17日に東京電力福島第一原発事故による緊急時避難準備区域指定解除を受け、福島県南相馬市で旧準備区域にある市立小中学校5校が約半年ぶりに元の校舎で再開したことがテレビ・新聞等で報道されていました。運動場に大きく書かれた「おかえり」の文字とともに、子供たちの笑顔が印象的でした。インタビューで小学3年生の木村成秀君が「元の学校、自分の教室に戻れてうれしい。久しぶりの給食が楽しみです。」と話していました。

避難していた子供たちに限らず、「給食が楽しみ」と答える子供たちは数多くいます。食べることで空腹を満たし、満足感・充足感を得ることができる「楽しい」ことです。さらに、学校給食はみんな一緒に同じものを食べるということで一体感が生まれ、みんなと想いを共有できるという「楽しさ」があります。このように心が満たされ心がそろう給食を、子供たちは感覚的に「楽しい」と捉えているのではないのでしょうか。

では、家庭における食事はどうでしょうか。楽しさにつながる「空腹感」「一体感」などの要素が含まれているのでしょうか。

いつでも好きな時に、好きなお菓子を食べたりジュースを飲んだりしているので空腹を感じない。子供専用のメニューで好きなものだけしか食べない。家族がそろって一緒に食事していない。一緒に食べていても共通な話題がなく気持ちがばらばらになっている。このような「空腹感」「一体感」がない状態では「食事が待ち遠しい」「食事が楽しい」という言葉が家庭から消えてしまいます。

以前（昔）の家庭の食事は食材も食品も限られていたこともあって、否応なしに何でも食べるしかありませんでした。夏になれば毎日のようにナスが目の前に出てきました。シイタケ、ゴボウ、タマネギ、ニンジン、ダイコン、トマト・・・子供も大人もみんな同じものを食べていました。魚には骨があり、「面倒だなあ」「なぜこの苦い味がおいしいのかなあ」と不思議に思いながらサンマを食べていました。

現在は、様々な食材・食品が揃い自由に選択できますが、子供たち（親）の好みによって選択することが多く、好き嫌いは増えているように感じます。シイタケは食べたことがない、骨がある魚は食べない、漬物は見たこともない、ゆで卵の殻がむけない・・・

昔に比べれば食生活は豊かになりましたが、心の豊かさはどうでしょう。日々忙しい生活を送る中で、毎日の「食」の大切さを忘れがちになってはいないのでしょうか。被災した子供の「給食が楽しみ」という言葉から「子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるものである。」ということを考えさせられました。



夕飯で 家族の心 そろえます (給食会 見學局)

～ 柿について ～

静岡県産「次郎柿」

次郎柿は、遠州森町の松本治郎さんが太田川の洪水で流れてきた一本の柿の幼木を持ち帰り、裏庭に植えたのが始まりだそうです。この柿は、四角いめずらしい形の柿でしたが明治2年の火災で焼失してしまいました。しかしその後再び生えた柿は、以前より甘い実となって、現在の「次郎柿」となったそうです。

次郎柿の由来

柿は松本治郎氏の名前を採って「治郎柿」と名付けられましたが、戦後は「次郎柿」と書かれるようになりました。「赤い実の成る木」という意味の「赤木」の最初の「あ」が省略されて“かき”と呼ばれるようになったそうです。

柿の種類

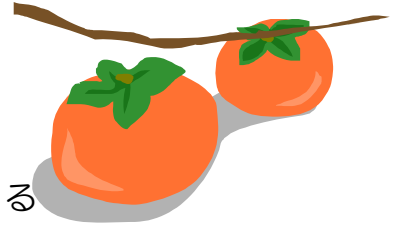
完全甘柿・・・渋みが全くない

不完全甘柿・・・同一樹上でも甘いものと渋いものがある

渋柿・・・渋くてそのままでは食べられない

完全甘柿栽培できるのは東北南部から南に限られているということです。

気候の温暖な地でないと甘い柿はできないようです。



柿の栄養価

柿には、他の果物にはみられる酸がないことが最大の特徴です。ビタミンC・ブドウ糖・果糖・ビタミンK・B1・B2・カロテンなどの栄養素やミネラル、酵素なども多く含まれています。

ビタミンC含有量はみかんの2倍です。葉にもビタミンC・KB群が多く含まれていて血管を強化する作用や止血作用があります。

学校給食の11月の献立にも浜松産の柿「次郎柿」が取り入れられています。

お知らせ

小学校で11月に使用する浜黒あげはんは、静岡県漁業組合連合会の水産物産地販売力強化事業（国産水産物流通促進特別対策事業）の補助金対象商品です。