

# 食育だより

syokuiku-dayori



令和8年 3月発行

厳しかった寒さもゆるみはじめ、春の訪れを感じる季節になりました。今年度も1年間、佐野市の学校給食、食育の取組に深いご理解とご協力をいただきまして、ありがとうございました。おかげさまで、無事に給食を提供することができました。

今後も、食事前の正しい手洗いや栄養バランスのよい食事、適度な運動、十分な睡眠(休養)など、規則正しい生活を心がけ、病気に負けない丈夫な体づくりができるよう、ご家庭でもご協力をお願いいたします。

## 佐野市学校給食展 ～みんな大好き！学校給食～

佐野市の学校給食に関する取組や学校給食の歴史を紹介する「佐野市学校給食展」を2月13日(金)と14日(土)の2日間、佐野市役所を会場に開催し、約290人の方にご来場いただきました。

佐野市立学校からお寄せいただいた給食に関する作品や、学校給食センターへの感謝の手紙、年代ごとの給食模型、日本味めぐりの展示、佐野食育かるたの紹介、豆つかみゲーム、足利大学の学生さんに作成していただいた給食センターの模型の展示がありました。また、日頃の野菜摂取状況を機械で測定できる『ベジチェック』も行いました。子どもたちは、食育かるたつりをしたり、正しい箸の使い方や豆つかみゲームに挑戦したり、昔給食を食べていた世代の方は、懐かしさを感じ当時の様子を語られたりしていました。来場者の方の感想をご紹介します。



昔から今に至るまでの給食の移り変わりを感じられるレプリカの展示

### 来場者の感想 (一部抜粋)

- 日本味めぐりの企画がおもしろい。47都道府県の特徴を生かした給食でよいアイデアだと思う。
- ベジチェックで野菜不足を実感することができ、今後の食生活を見直す良い機会になった。もっと野菜を食べようと思った。
- 豆つかみゲームは、楽しい気持ちでチャレンジできた。
- 学生の頃に帰った気分になり、懐かしく思った。
- 様々な展示があり興味深かった。特に昔の給食の展示がよかった。
- 子ども達が食べている給食について知る機会がなかったので、良い機会になった。とても良い企画なので、もっと皆さんに見てほしい。

## 給食レシピ



### 日本味めぐり編

食で日本を一周する「日本味めぐり」で実施したメニューをご紹介しますので、ぜひ、作ってみてください。

### 第43回 熊本県 タイピーエン

熊本県のご当地料理であるタイピーエンは、明治時代に中国の福建省から伝わったタイピーンがルーツとされています。また、熊本県では、中華料理店や学校給食のメニューとして人気があるそうです。色々な具材の旨みが溶け込んだ中華風のおいしい春雨スープです。

#### 【材料(4人分)】

- ・春雨 20g
- ・かまぼこ(スライス) 25g
- ・豚こま肉 40g
- ・むきえび(ホイル) 40g
- ・きくらげ(水戻し) 2g
- ・キャベツ(ざく切り) 大1枚
- ・にんじん(千切り) 1/4本
- ・たまねぎ(スライス) 1/4個
- ・ねぎ(小口切り) 5cm程度
- ・しょうが(みじん切り) 適量
- ・サラダ油 適量



#### A (調味料)

- ・中華だし 小さじ1と1/2
- ・しょうゆ 小さじ2
- ・酒 小さじ1
- ・食塩 一つまみ
- ・こしょう 少々
- ・ごま油 小さじ1

- ① きくらげは水で戻し、食べやすい大きさに切る。キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、かまぼこは、食べやすい大きさに切る。むきえびは、ポイルしておく。
- ② フライパンにサラダ油を熱し、しょうがと豚肉を炒める。
- ③ にんじん、たまねぎ、キャベツを入れさらに炒める。
- ④ 水を入れて具材を煮込み、ねぎ、きくらげ、春雨、えび、かまぼこを加え、Aの調味料(ごま油以外)を入れて煮る。
- ⑤ 仕上げにごま油を回し入れる。

### 第45回 大分県 とり天

大分県のとり天は、一般的なとり天ぶらとは異なり、しょうゆや酒、しょうが、にんにくで下味をつけて作ります。給食では、塩と酒で下味をつけたとり天ぶらに天井のたれをかけて食べるメニューが人気ですが、一味変わった大分県のご当地料理のとり天もとても好評でした。ぜひ、ご家庭でお試ください。

#### 【材料(4人分)】

- ・鶏肉(50g程度) 4切れ
- ・天ぷら粉 40g
- ・サラダ油 適量



#### A (鶏肉の下味)

- ・しょうゆ 小さじ2
- ・酒 小さじ1/2
- ・しょうが(すりおろし) 小さじ1
- ・にんにく(すりおろし) 小さじ1/2



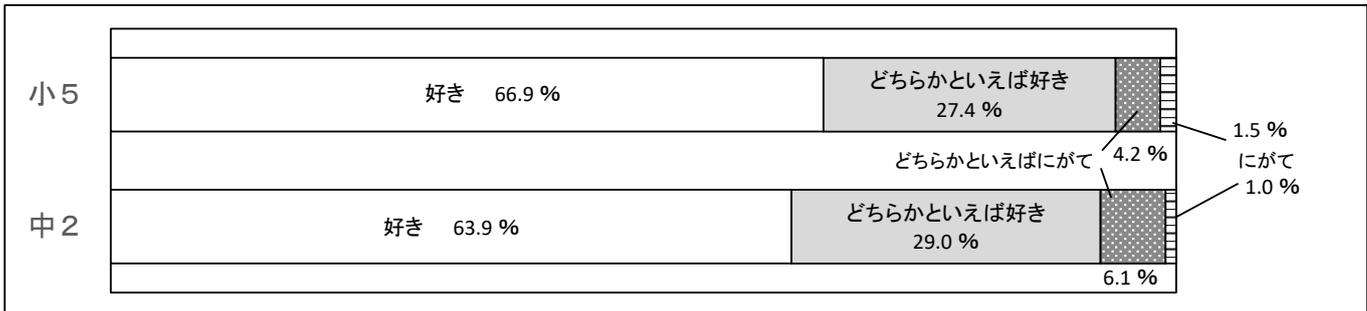
- ① 鶏肉をAの調味料に漬け込む。
- ② ボウルに天ぷら粉と水を入れ混ぜ合わせる。
- ③ ①に②をつけて、170~180℃くらいに熱した油で揚げる。

# 食生活アンケート結果（一部抜粋） 令和7年12月調査

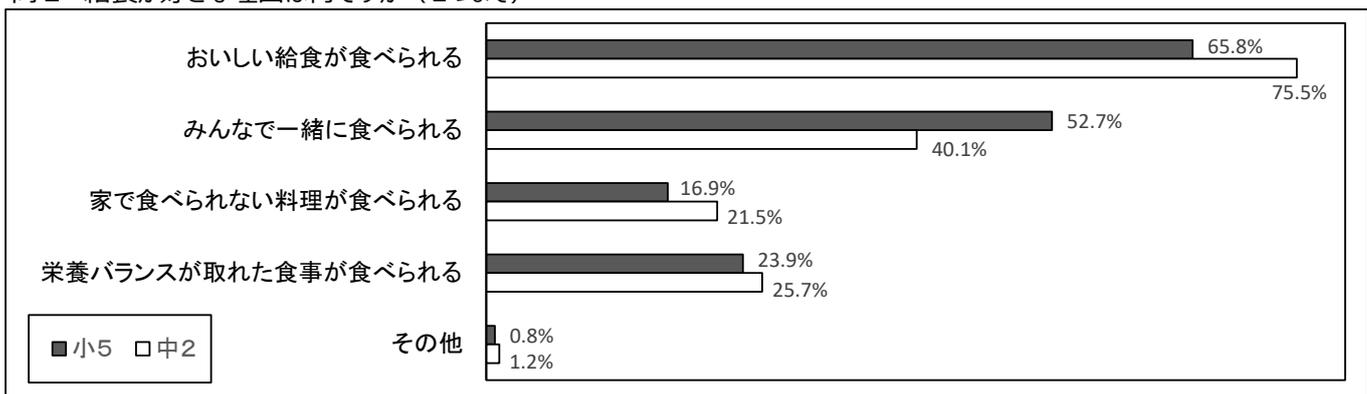
【対象：小・義務教育学校5年生 753人・中学校2年生・義務教育学校8年生 725人】



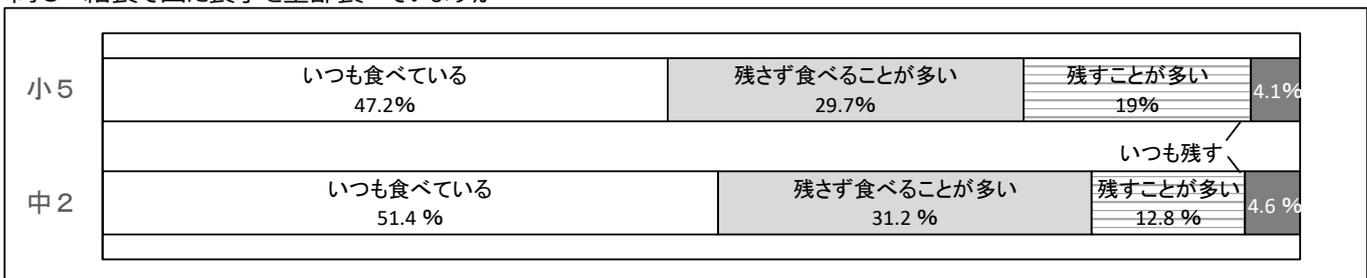
## 問1 給食は好きですか



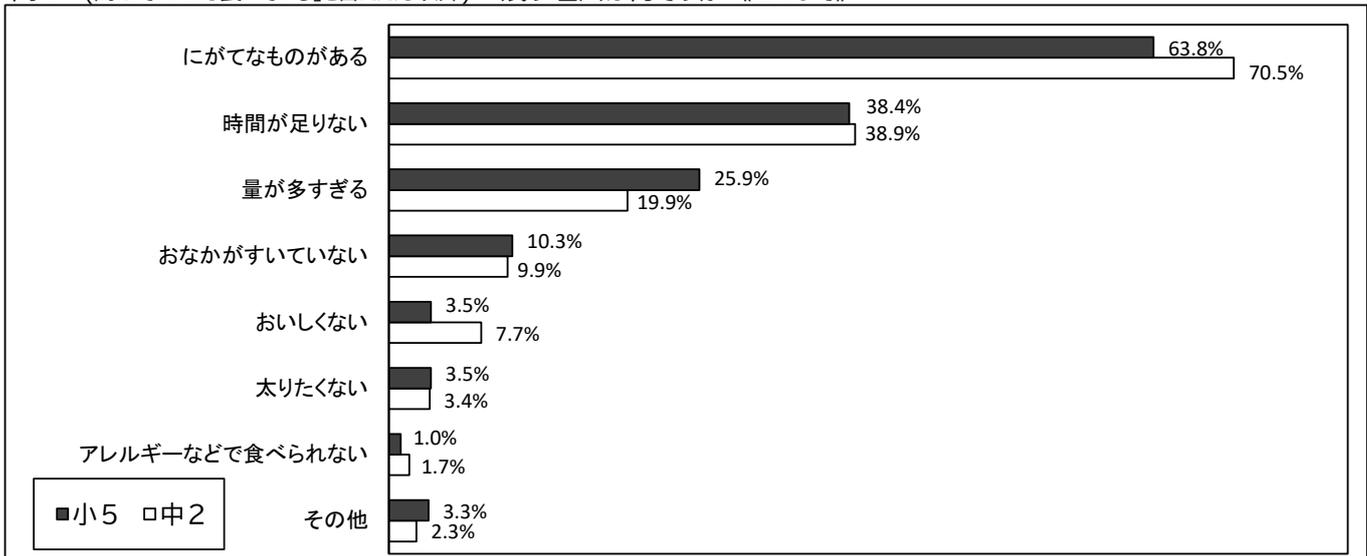
## 問2 給食が好きな理由は何ですか（2つまで）



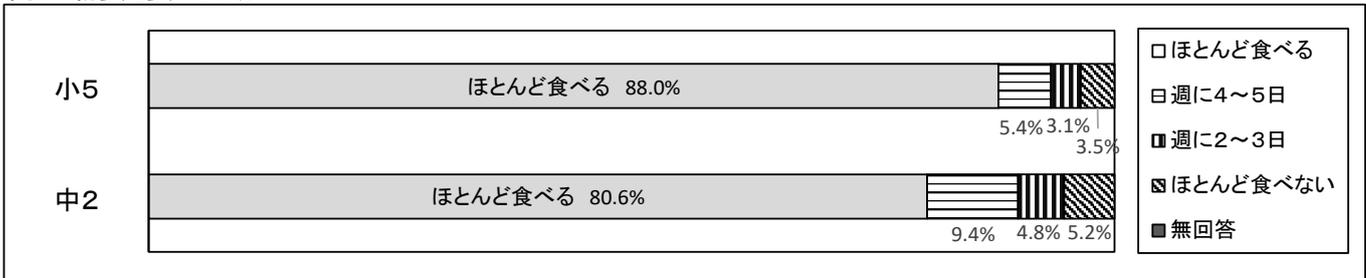
## 問3 給食で出た食事を全部食べていますか



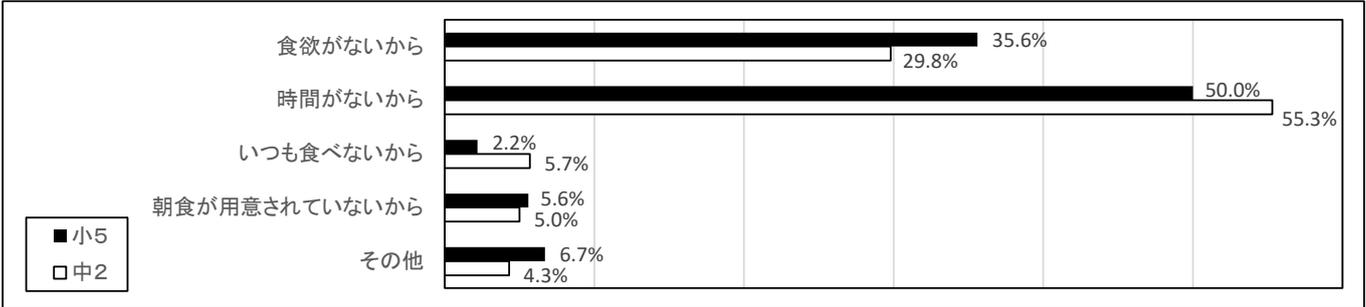
## 問4（問3で「いつも食べている」と答えた方以外） 残す理由は何ですか《2つまで》



問5 朝食を食べますか



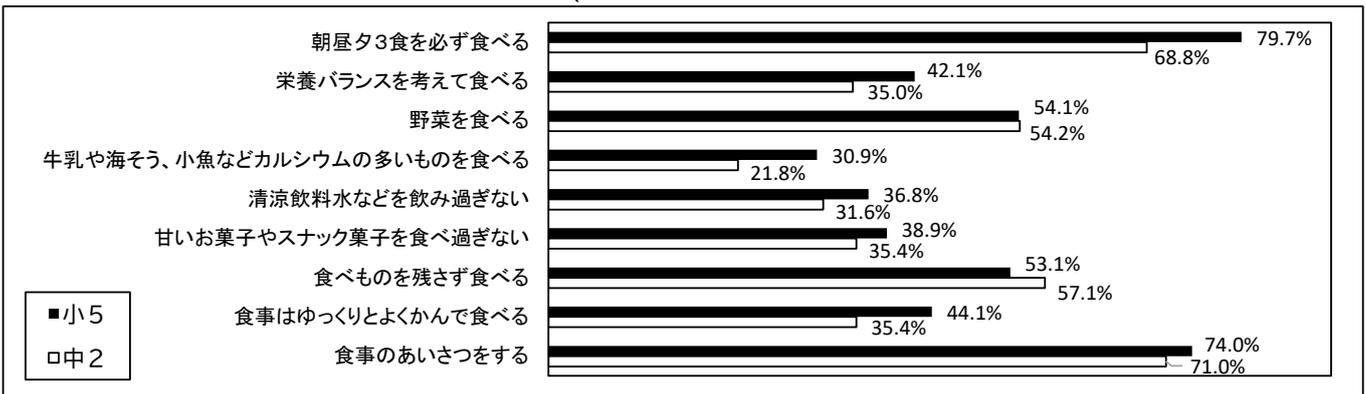
問6 (問5で「週に4~5日、2~3日、ほとんど食べない」と答えた方) 朝食を食べない理由は何ですか



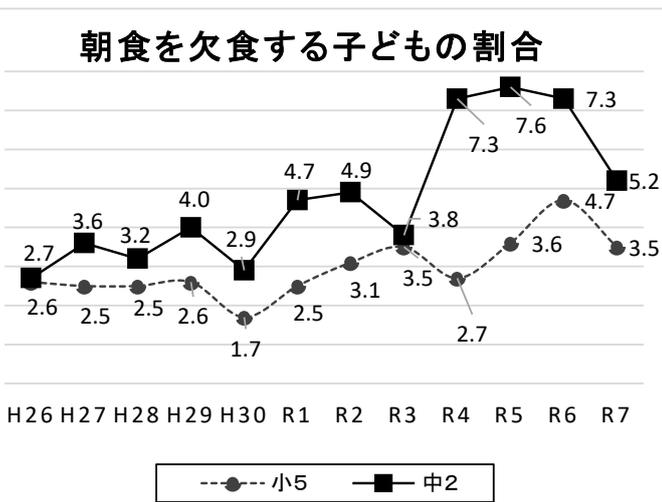
問7 地産地消という言葉を知っていますか



問8 食事をするとときに気をつけていることは何ですか (複数回答可)



朝食を欠食する子どもの割合



～ 朝食欠食0%をめざして～

食育基本法が制定され、子供の朝食喫食率を100%とすることを目標としておりますが、今年度も目標達成は厳しい状況です。

令和3年度から令和7年度のおおむね5年間を期間とする第4次食育推進基本計画でも「朝食を欠食する子供の割合を0%にする」という目標値が設定されています。

佐野市の朝食欠食率を見てみると、「ほとんど食べない」と回答した児童生徒は近年増加傾向でしたが、今年度は、児童生徒ともに昨年度に比べると大幅に減少しました。この結果は、子ども達の朝食に対する意識の変化が芽生えたことに加え、ご家庭のご協力の賜物であると思います。朝食を食べることは、基本的な生活習慣を身に付けるために重要です。一日の生活リズムを整えるためにも、できるだけ毎日食べる習慣をつけましょう。今後とも、朝食習慣の定着を目標に、各学校と連携しながら食育を進めていきたいと思っております。ご家庭でも、引き続きご協力をよろしくお願いたします。

# 日本味めぐり

～食文化と郷土料理～



佐野市の学校給食では、令和3年10月から毎月1回、「食」で日本を一周する「日本味めぐり」をスタートさせましたが、今年度12月の「鹿児島県」を最後に47都道府県、すべて完走することができました。児童生徒からは、「日本各地に旅行している気分になれて楽しい」「食文化を知るよい機会になる」という嬉しいご意見をいただきました。和食は、栄養バランスに優れ、長寿国である日本の食事は、世界的にも注目されています。日本味めぐりの企画は、大変好評だったため、来年度以降も人気のあった都道府県の料理を献立に取り入れていきたいと思っていますので、お楽しみに！



R3年度～R6年度までに実施



R7年度に実施



第40回 R7.4月

**福岡県**

もち麦ごはん  
さばの塩焼き  
水炊き  
あちら漬け

第41回 R7.5月

**佐賀県**

ごはん  
さわらのみそ漬け焼き  
小松菜のいそかあえ  
だぶ



第45回 R7.10月

**大分県**

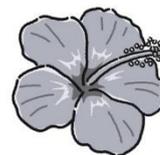
ミニ米粉パン  
とり天  
コーン入りおひたし  
けんちゃん汁



第43回 R7.7月

**熊本県**

コッペパン  
いちごジャム  
とり肉のトマトソースかけ  
グリーンサラダ  
タイビーエン



第42回 R7.6月

**長崎県**

ミニ黒コッペパン  
長崎ちゃんぽん  
あげぎょうざ  
くきわかめの中華サラダ

第46回 R7.11月

**宮崎県**

ごはん  
チキンなんばん  
(小袋タルタルソース)  
大根サラダ  
ざぶ汁

第47回 R7.12月

**鹿児島県**

ごはん  
ぶりフライ(ソース)  
さつまあげと野菜のいため物  
さつま汁



第44回 R7.9月

**沖縄県**

セルフコライス  
(ごはん・タコミート・  
キャベツサラダ)  
もずくとたまごのスープ  
シークワサータルト



■学校管理課学校管理係(給食担当) TEL 20-3051

■南部学校給食センター TEL 27-2091

■北部学校給食センター TEL 62-5871