

6月 食育だより

松山市教育委員会
松山市学校栄養士協議会

6月は、「食育月間」です。食育とは、さまざまな経験を通して、食に関する知識とバランスのよい食を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことです。

今月は、給食を作る上で欠かせない水についての情報を取り上げていきます。

学校給食での使用水の安全確保

給食調理に使用する水は、文部科学省から出ている学校環境衛生基準に定める飲料水を使用することが求められています。また、日常点検において、残留塩素濃度が0.1mg/L以上であるか、外観、臭気、味などに異常がないかを確認することが必要とされています。

遊離残留塩素濃度の測定方法



- 調理で使う全ての蛇口から水を5分程度出します。
- 容器に採水して、試薬を入れ、発色させます。
- 使用に問題がないか、色を見て確認します。

使用水についての記録

(調理前)

使用水	<input type="checkbox"/>	作業前に十分(5分間程度)流水した。
使用水	<input type="checkbox"/>	使用水の外観(色・濁り)、臭い、味を確認した。(異常なし・異常あり)
使用水	<input type="checkbox"/>	遊離残留塩素について確認し、記録した。(0.1mg/L以上あった)(0.5 mg/L)

(調理後)

使用水	<input type="checkbox"/>	調理終了後、使用水の外観(色・濁り)、臭い、味を確認した。(異常なし・異常あり)
使用水	<input type="checkbox"/>	調理終了後、遊離残留塩素は確認して記録した。(0.1mg/L以上あった)(0.5 mg/L)
使用水	<input type="checkbox"/>	食品を水で冷却する場合は、遊離残留塩素について確認し、その時の温度と時間を記録した。

異常があった時は

給食を中止し、速やかに改善措置をとることになっています。また、再検査の結果、使用できることになった場合は、使用前に水を1L取り、-20℃以下の冷凍庫で2週間以上保存して、検査できるようにしています。

調理場では、施設・設備の管理や日常点検を確実にし、衛生管理に努めています。



SDGsにつながる食育

目標⑥ 安全な水とトイレを世界中に

すべての人々の水と衛生の利用可能性と持続可能な管理を確保する。

学校給食での取組

地産地消

食料などを作るのに使われている「見えない水」の量を表すものに、「バーチャルウォーター(仮想水)」があります。例えば、牛はとうもろこしや大豆などの穀物をえさにして育つため、牛肉1kgを生産するためには、その2万倍の水が必要になります。日本は、海外から食料を多く輸入しており、そのことで外国の大切な水資源を使わせてもらっています。

学校給食での地産地消の取組は、食料生産で使う水資源を自分たちの国や地域でまかなうことで、世界の水資源を守ることに繋がります。

揚げ油のリサイクル

油を、環境に悪影響が出ないようにして自然に返すためには、大量の水が必要になります。

給食の使用済み揚げ油は、豚や鶏の飼料としてリサイクルし、水資源の節約につなげています。

また、バイオディーゼル燃料にも生まれ変わり、県内の自治体や民間企業に提供され、一部の給食配送車や消防局の地震体験車などの燃料に使われます。



給食配送車には、このように表示しています。

この車は、天ぷら廃食用油をリサイクルした燃料(バイオディーゼル燃料)で走行しています。

今月のこんだて紹介

ツナスパゲティ



【材 料】(小学校中学年4人分量)

スパゲティ	120g
ツナ缶	80g
白ワイン	少々
ベーコン	25g
エリンギ	20g
えのきたけ	30g
たまねぎ	160g
にんじん	40g
パセリ	少々
にんにく	1片
サラダ油	適量
塩・こしょう	少々
うす口醤油	大さじ1

【作り方】

- スパゲティは、たっぷりの湯でゆでておく。
- ベーコン、エリンギは短冊切り、えのきたけは石づきをとり2等分、たまねぎはうす切り、にんじんはせん切り、パセリ、にんにくはみじん切りにする。
- ツナに白ワインをふっておく。
- サラダ油を熱し、にんにく、ツナ、ベーコン、たまねぎ、にんじんを炒め、しんなりしてきたら、エリンギ、えのきたけ、パセリを入れ、さらに炒める。
- ④がしんなりしてきたら、Aの調味料を入れる。全体に味がなじんできたら、ゆでたスパゲティを入れて仕上げる。

引用 SDGsロゴ・アイコン 『国際連合広報センター』

出典 給食&食育イラスト素材集 『全国学校給食協会』

食育フォーラム 2022.8 健学社