

こんにちは。きゅうしょくカンガルー！（奈良の学校給食を考える会）です。  
あけましておめでとうございます。本年もよろしくおねがいたします。  
私たちは、おいしい給食&ほんとうの食育をめざして活動しています。

このメルマガは、私たちの活動や奈良県内の給食をめぐる状況をお知らせしたく、  
今までの活動の中で連絡先を交換させていただいた方を中心にお送りしています。  
メルマガ解除をご希望の方は、お手数ですが、  
oishiikyusyoku@gmail.com まで解除希望の旨をお書き添えの上ご連絡ください。

■ ■ もくじ ■ ■

- 1 奈良市 給食をつくってみよう！試食会&交流会
- 2 きゅうしょくカンガルー！総会&交流会のご案内

■ 1 ■ 奈良市 給食をつくってみよう！試食会&交流会

奈良市の給食のおはなしでは、12/14（土）に私たちの考えた給食の試食会&交流会を開催しました。奈良市長仲川げんさんをはじめ、素晴らしいゲストの方がお越しくださり 27 名での開催となりました。

奈良女子大学ヘルスチームさんにご協力をいただいて決めたメニューは、ご飯、カレー風味チキン、白菜としめじの煮びたし、呉汁、番茶。  
現役の調理員さんや栄養士さんも手伝ってくださって、給食室ではこんなふうにするけど今日はこうしましょう、などアドバイスもいただきながら調理しました。材料は、米は都祁産、番茶は月ヶ瀬産、野菜はすべて奈良県産で用意できました。材料すべて遺伝子組み換えではなく、厚揚げと油揚げのにがり以外は添加物も不使用。食材費は予算内に収めることができましたが、栄養量はカルシウムとビタミンが学校給食摂取基準には足りず。1食ではなく 1 か月単位などで考えればよいとはいえ、献立の組み合わせと、予算と、栄養をどれもクリアするようにメニューを考える難しさを実感しました。

栄養といえば、避けて通れないのが牛乳。交流会でも話が盛り上がりました。献立の組み合わせとしてごはんには牛乳は合わないので、毎日ではなくパンの日のみの提供ではどうかという案に対して、栄養士の方から「週 2 回牛乳で栄養をとれるイメージがまだ持てないが、よその市町村の献立も調べるなど広い視野で考

えてみたい」という意見があったり、大学生からは「教育実習に行つて牛乳を飲む子と飲まない子の差の激しさを知り、飲んでもらえなければ意味がないと考えさせられた」という話があったり。そう考えると、牛乳アレルギーの人はそもそも飲めないの、常に栄養が足りていないことになるのだと気づかされました。

そして、奈良市の給食のおはなしのコンセプト「みんなが食べられる給食」についても、さまざまな経験からのご意見をお聞きすることができました。市議会議員の方からは、給食に慣れていない1年生のために、入学してすぐの時期には家庭で食べ慣れた献立にするように工夫していることや、「ハラルに対応して欲しい」という声があるなどの例などをご紹介いただきました。

保護者からは、食材も調理法も安心して食べられると嬉しいので、できれば加工品は無くしたいと思っていたけど、実現するには調理員の人数を増やさないと無理だとわかったので、添加物の少ない加工品を使えたらいいのかな、という声も。

安心の観点が人によってかなり違い、いろいろな人がいる中で、「集団で食べる」ものである限り全てに対応するのは不可能です。できることのひとつは、選べる環境、コミュニケーションできる環境をつくることではないでしょうか。日本の給食は教育の一環の面が大きくあります。自分で関心を持って選べるようになることこそ「食育」なので、その機会になるような給食にすること。また単に食べるだけでなく、みんなで準備&食事する時間を大切にすること。ちがうものを食べていても一緒に食べている感のある給食が理想なのかなと話しました。

そして、負担が偏らない仕組みづくりが必要です。新たな取り組みが調理員だけの負担にならない体制、食材の安全性は国や県や他部署が担保してくれる体制、保健給食課は献立と調理に集中できる体制、そんなふうに分担して総合的に安心を確保する体制づくりが必要なのではと話しました。いろいろな立場の人が個人として発言して下さったことで、とても有意義な場になったと感謝しています。

---

## ■ 2 ■ きゅうしょくカンガルー！総会&交流会のご案内

---

台風の影響で延期したきゅうしょくカンガルー！総会&交流会を1/18(土)に行います。明日香の畑でにんじんほり！&にんじんケーキを食べながら、給食のこと、農や食のこと、わいわい話しましょう。給食に納入しているにんじん農家さんのお話もお聞きします。お申込みは下記連絡先までお願いします。

日 時 : 2020 年 1 月 18 日 (土) 13:00~15:00

場 所 : 明日香村健康福祉センター (明日香村立部 745)

参加費 : 無料

---

●来月もお楽しみに♪●

メルマガ発信元 : きゅうしょくカンガルー! (奈良の学校給食を考える会)

E-mail : [oishiikyusyoku@gmail.com](mailto:oishiikyusyoku@gmail.com)

facebook : <https://www.facebook.com/oishiikyusyoku>

事務局 : 生活協同組合コープ自然派奈良内 (奈良市今市町 40-1)

---