

奈良市の

給食が



できるまでの

おはなし 2





ルウを手づくりしているカレー

郷土料理の提供
奈良のっぺ、
大和まなの煮浸し、
かしわのすき焼きなど



近年に設置された給食室は
自校炊飯で炊き立て
ごはんを提供
している



しまろん
奈良市教育委員会

食育の日

食育の一層の定着を
図るために毎月19日を
「食育の日」とし、毎年
テーマを決めて献立を工
夫しています。2020
年度のテーマは「野菜
を食べよう」。毎月野菜
がたっさん入った「野菜
たっさん献立」を取り入
れます。

奈良市の 学校給食の こだわり！

1食あたり
小学校 246円
中学校 300円

食材費のみ保護者負担。
光熱水費や設備、
人件費等は奈良市が負担

手間をかけて昆布と
うるめ節からとるだし



大和野菜や奈良県産食材の活用
大和まな、大和茶、丸なすなど

ごはん(米)は
奈良市産100%!



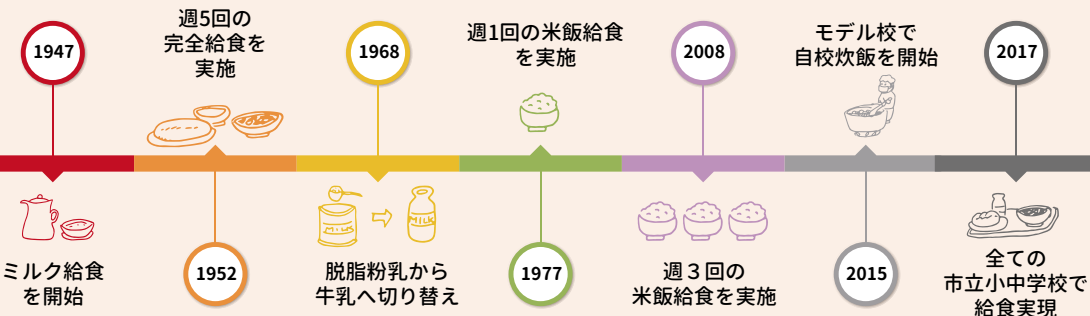
近年に設置された給食室は
プロパンガス導入で
災害時も活用可能



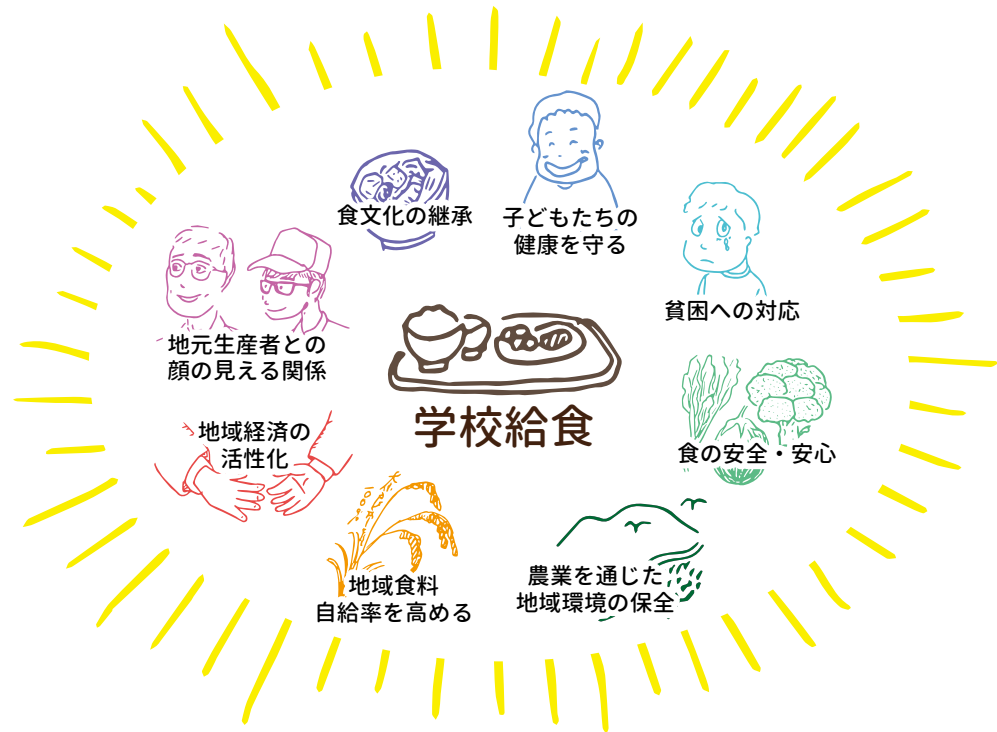
古都ならの日

給食では麦を15%混
ぜた麦ごはんを基本と
していますが、奈良市で
とれたお米をおいしく
食べる日として、毎月1
回白いごはんの給食を
実施しています。また、
奈良の地場産物や郷土
料理を取り入れ、子ど
もたちが身近な地域の
食文化や産業に関心を
持つこと、自分たちの
まち奈良に対する誇り
と愛着の心を育てるこ
とを目的としています。

奈良市の学校給食の歴史



現在、小学校43校と中学校21校で約23,300人に提供中



学校給食

こんにちは
わたしたちは「奈良市の給食のおはなし」という名前で活動している保護者のあつまりです。2017年から給食に関心のある保護者たちであつまって情報を交換しあったりしています。

わたしたち保護者が給食のことを知る機会といえば、子どもの口から聞く「おいしかったー」という声と、毎月の「給食だより」くらい……。

給食はどんなふうにできあがっていくのだろう。知りたい！取材してみたい！

そんな思いで、昨年「給食ができるまでのおはなし」という冊子をつくりました。

昨年取材させていただいたのは、献立を考える栄養士さん、プロットリー農家さん、調理員さん。みなさんの子どもたちへの愛情と仕事への情熱。知れば知るほど、もっと知りたくなる。

これは、その第2弾。
わたしたちが給食について調べたり体験したりした2年目の記録です。

公益財団法人奈良県学校給食会を ご存知ですか？



学校給食会は、「学校給食用物資の安定供給、学校給食の普及充実に関する事業と学校給食を通じた食育支援」を行う公益財団法人で、各道府県にあります。奈良県学校給食会では、お米やパンの材料、奈良県産食材を使った開発商品などを供給しています。常務理事の浦辻さんにお話を伺いました。

まとめて購入することで、安全な食材を安く

たとえばお米。奈良県の学校給食ではすべて奈良県産米が使われていますが、それは奈良県学校給食会がJAと協力し年間必要数量を予約・保管することで実現できています。奈良市では奈良市産のお米が使われています。精米には、不足しがちな栄養価を補う目的で、米飯給食が始まった当初から全国一律にビタミン強化米を3%混入しているそうです。

またパンは、奈良県教育委員会と奈良県学校給食会が規格基準を定めている規格パンが基本です。規格パンは、奈良県内の児童生徒がすべて同じパンを食べられるように決まった配合で作られています。それ以外に味付けパンや米粉パン、市町村ごとにパン業者と相談して作られている独自のパンもあります。

ほかに、米の加工品・精麦・ビタミン強化米などは全国学校給食会連合会がまとめて購入することで20%〜30%程度割引になったり、脱脂粉乳（オーストラリア産・ニュージーランド産）は関税暫定措置法に基づき関税が無税となるなど、いい品質のものを安く購入できる仕組みがたくさんあります。

1食あたり小学校2・4・6円・中学校300円の給食費で、子どもたちが学校給食を食べることができる仕組みはここにあるのだと思いました。

農薬残留検査にグリホサートを追加

外国産の小麦は国が農薬検査をしていますが、学校給食については奈良県学校給食会が再度301項目の農薬検査を年4回実施しています。近年、外国産小麦の残留農薬として問題になっているグリホサートは、2020年9月に検査項目に追加され、ほとんど検出されていないそうです。

地産率UPは難しい

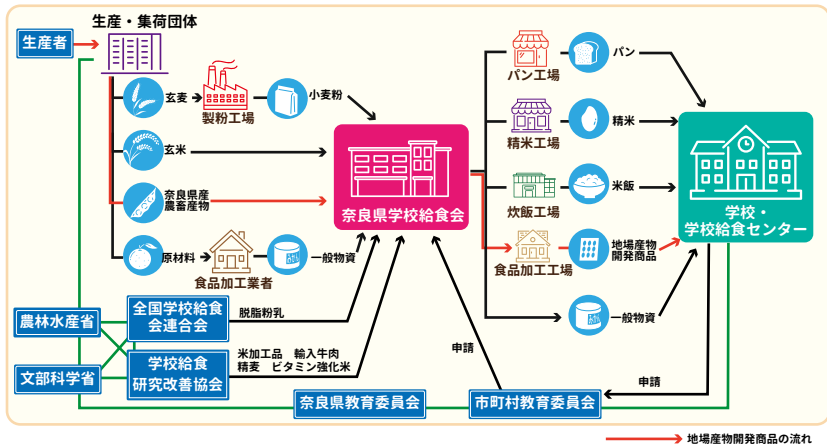
国の食育推進基本計画には地場産物30%使用、国産物80%使用という目標があり、奈良県も食育推進計画を立てて取り組んでいます。しかし、奈良県は農産物の品数も生産量も少ないため、目標に達していないのが実態です。現在、大根・キャベツ・玉ねぎを中心に生産量を増やす取り組みを奈良県とJAで行われていますが離農者も多く、なかなか進まないのが現状だそうです。

また、地場産物をもっと使えるように、加工品の開発もしています。カットフルーツや冷凍豆腐、大豆水煮、大根キムチなど、これまでに開発した商品は45品目以上あります。

浦辻さんの個人的な思いとしては「子どもたちのために奈良県産の食材をもっと増やしたい、そのために計画生産・計画使用を推進したい。また、給食の無償化を実施できたらいんなメリットが出てくるのではないかと思っている。」とお話してくださいました。その言葉一つ一つから、子どもたちのことを想って学校給食に携わっていらっしゃる方が伝わってきました。

奈良県学校給食会のお話は、私たち保護者がなかなか知ることのできない貴重なお話ばかりでした。学校給食には、多くの組織が関わり、さまざまな流れがあり、そして子どもたちにおいしい給食が届けられるということが改めて分かりました。やはり、学校給食は奥が深いです！

奈良県における学校給食物資の流れ



奈良中央青果さんにお話を聞きました

奈良県の胃袋！ 奈良県中央卸売市場へ

奈良県中央卸売市場には、全国各地から新鮮なやさい・くだもの・魚などが集まり、日々早朝から価格がつけられ、取り引きされています。この市場の卸売会社である奈



良中央青果(株)専務取締役の岡田さんと、JAならけん青果事務所所長の高間さんにお話をうかがいました。
こちらの市場では、奈良市の学校給食に使われている食材も取り引きされています。給食用食材は、納入業者(仲卸業者)が購入し、学校ごとに分けて冷蔵庫などに保管、翌日学校やセンターに配送され、給食として使用され子どもたちに届きます。

奈良市独自の 地産地消のしくみ

2018年から、奈良中央青果(流通)・JA(生産)が協力し、独自の地産地消に取り組んでいます。他の市町村の給食用食材もこの市場で取り引きされていますが、中央青果と一緒に地産地消に取り組んでいるのは、なんと奈良市だけ！

奈良市の学校給食では、JAがどの時期にどの作物がどのくらい必要かを保健給食課から把握した上で、作付けしてもらえ

奈良県は農業総生産額が 全国でワースト3位

実は、奈良県の農業は他府県と比べて規模が小さく、東京都・大阪府に続く45位を福井県と争っている状態です。農地豊かなイメージのある奈良県がなぜ？



理由は、そもそも農業を営む農家さん自体が少ないのです。さらに、農家さんの高齢化(70歳以上が7割近い)や、耕作規模が小さくて採算面が合わないために農業をやめてしまったり、後継者がいなかったりという課題を抱えているそうです。奈良県には田んぼも畑もいっぱいあるように感じるけれど、生産量から見ると奈良県は消費県なんです。高間さんは、「これからはもっと農地面積・品目・数量を増やしていきたい」とおっしゃっていました。

「大手企業と比べて、農業という業種にはお金が回ってきづらい。ほんとは逆やねんけどな。」という岡田さんの言葉は、大切な食糧をつくってくれている農業、本当にその通りだなと思いました。

目にみえる産地、 目にみえる流通を目標に

JAが一緒になって給食の食材調達に取り組んでくれることにより、食材の生産者・使われた農薬や肥料などの栽培履歴等

る農家を募り、必要に応じて技術指導等を行います。※去年発行の「給食のおはなし」で取材させていただいた西田さんのプロフィールもそのひとつです。



がすぐに分かることが、学校給食の安全性にとっても大きな強みになります。

また、中央卸売市場でも月1回の残留農薬とセシウム検査(東北・関東までのものを提出)が行われています。子どもたちの口に入る給食には厳しい基準が設けられているのです。

また、中央卸売市場は、市場整備にあたって奈良県と話し合いを行っており、2025〜2028年にかけて大幅なリニューアル予定しています。市場内には宿泊施設・子ども広場・フードコートなどが造られ、市場でのオーガニック食材取り扱いへの取り組みも決定しているとのこと。

リニューアルされて動きだすまでには、各現場における負担や苦勞は増え、それは容易なことではありませんが、この流れの中で学校給食オーガニック化の動きが、ここ奈良でも進んでいくといいなと感じました。



いわいベーカリーさんに行ってきました

奈良市は学校給食に炊飯委託業者2社、パン業者2社が関わっています。そのうち、炊飯とパンの両方になっているいわいベーカリーにお話を聞きました。

学校給食のコッペパンに携わり45年!!

西の京町にある(株)いわいベーカリーは、戦前からパンを製造し、1962年に法人化された、歴史ある製パン会社です。1976年に奈良市学校給食用コッペパンをつくりはじめ、それと同時に市販のパンをやめて、給食用コッペパン専門のパン製造業者となったそうです。いわいベーカリーでつくられる奈良市学校給食用コッペパンの数は1日平均6,500個!!

米飯も担っています

「ベーカリー」という社名なので知らない方も多かもしれませんが、実は、いわいベーカリーは学校給食用の米飯も炊飯し

ているのです!コッペパンは前日つくったものを学校に配送しますが、米飯は当日の朝炊きです。米飯担当の従業員さんが早朝3時30分から出勤して作業にとりかかり、9時ごろにはトラックに乗せられて配送されます。朝早くから従業員さんたちががんばってくださるおかげで、子どもたちが給食でおいしいごはんを食べられるのですね。いわいベーカリーで炊飯される奈良市学校給食用米飯(自校炊飯校分を除く)は、1日平均6,500食だそうです。

徹底した衛生管理

代表取締役である岩井弘行さんに「一番大変なことは何ですか?」とたずねたところ、「衛生面の管理、特に異物混入を防ぐことに一番苦労します」とのことでした。その言葉とおり、工場内の衛生管理には細心の注意が払われています。まず、工場内に入る人は白衣と帽子とマスクを着用、そのあと専用ブラシで体のほこりを念入りに



落とし、粘着テープのコロコロで1分10秒間全身をコロコロします(キッチンタイマーできっちり測ります!!)。そして、石けんと爪ブラシを使った手洗いと消毒、最後にエアシャワー。これでやっと工場に入ることができるようなんです。工場内では、次々とパンが焼きあがっていて、ほんわりコッペパンのいい匂い。しかし、うっとりする私たちの横では、何人もの従業員の方々がコッペパンの異物を厳しい目でチェックしています。焼く前の生地も、焼き上がっ

子どもの食に携わり…

岩井弘行さんは学校給食のコッペパン製造について、「子どもの食に携わり、貢献できていると感じる」とおっしゃっていました。子どもの成長を願う気持ちがあるからこそ、忙しい日々の業務の合間を縫って、2018年に奈良県独自の食品衛生管理制度「ならHACCP」を取得したり、減塩パンの試作協力をしたり、黒糖パンや大和茶パン、りんごパンなどの変わりパンをつくったりと、子どもたちにより安全でより安心でよりおいしいコッペパンと米飯を届けるため、さまざまな努力を惜しまないのだと思いました。





畑にチャレンジ

昨年、給食の献立作りと調理を少しだけ体験した私たち。今年は野菜づくりを体験してみたい！と、畑を借りてチャレンジしてみました。

5月、畑の所有者さんがトラクターで耕してくださった畑に畝をたて、夏野菜を植えます。レタス、こどもピーマン、小松菜、かぼちゃ、さつまいも、黒大豆、白大豆、アスパラガス、カラピーマン、伏見甘長とうがらし、加茂なす、オクラ、とうもろこし、紫蘇、すいか、ズッキーニ…たくさん種類を少しずつ。テーマは、自分たちが食べたい野菜―農業経験者はメンバーでは1人だけ。あとは未経験者ばかりなので、なにもかも初体験です。お天気を見る習慣がなくて「土がからからになってるよ」と連絡を受けて慌てて水をやりに行ったり、大豆の若いときが枝豆だと知って感動したり。知らないことだらけです。



6月・7月、ほとんどの野菜がけっこう順調に育っていたのですが収穫のタイミングが分からず、もう少し大きくなったら、もう少し色づいたら、と待っているうちにしおれてしまうことも。

8月・9月、暑くなるにしたがって、草の勢いがすごい！交替で草刈りに行っても追いつかず…除草剤を使わずマルチ（畑に敷く黒いビニールシート）なし露地栽培で夏野菜を育てるといのは、この草にどう



対処するかということなんだと考えさせられました。

夏野菜は、かぼちゃと大豆がたくさん収穫できました。さつまいももなかなかのきばえ。それ以外は、やはりもう少しマメに手をかけないと難しいそうです。でも、一度枯れかけていた紫蘇が復活して元気いっぱいになっていたりと、嬉しいこともありました。

10月、夏の片づけをして、冬野菜を植えます。水菜、キャベツ、スティックフロッキー、芽キャベツ、春菊、ミニ白菜、白菜、サニーレタス、ラディッシュ、人参、ルッコラ、コリアンダー、スナップエンドウ、グリーンピース、そして300本の玉ねぎ―玉ねぎは来年春収穫予定です。

来年夏の草に対応できるよう、草刈機の練習もしました。また、収穫した大豆でお味噌を仕込みました。来年は、畑で採れた野菜とこの味噌を使ったお味噌汁を、奈良市の保護者の皆さんといただけたらいいなあ。畑チャレンジ、まだまだ続きます。



学校給食を中心としたまちづくり 一緒にしませんか？

ただの「昼食」ではなく、わたしたちをとりまく社会と密接に関係している給食。子どもたちの健康を守る、貧困への対応、農業を通じた地域環境の保全や地域経済の活性化などなど、給食を中心として、人と人がつながるまちづくりができればいいなあと思います。興味のある方ぜひご連絡ください。

おはなし会メンバー、畑メンバー募集中！



奈良市の給食のおはなし

事務局 母と子の貸切ひろばトラパレ

メール torapare510@gmail.com

TEL 090-9160-5205

インスタグラム narashi_kyusyoku

フェイスブック @minnakyusyoku

学校給食法

第二条 学校給食を実施するに当たっては、義務教育諸学校における教育の目的を実現するために、次に掲げる目標が達成されるよう努めなければならない。

- 一 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 二 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- 三 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- 四 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- 五 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- 六 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
- 七 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

奈良市の給食のおはなし 2021年2月28日発行

助成：コープ共済地域ささえあい助成

5～8ページの取材は奈良市教育委員会事務局保健給食課にご協力いただきました。



TAKE FREE