

# 給食

## だより 4月号

令和 5 年 4 月 7 日  
富士市学校栄養士会作成

今年度も、安全でおいしい給食作りを目指してまいりますので、御理解と御協力をお願いいたします。  
学校給食が、心と体の健康を育む食育の場になるよう、富士市の給食に込められた思いやねらい、食の取組について紹介します。

# 富士市の学校給食の取り組み



単独校調理場 38 校  
共同調理場 1 施設

## おいしくて栄養バランスのよい給食

富士市では、学校栄養士が、実際の子供たちの体格から学校給食摂取基準を算出し、各学年の必要量に合った献立を作成しています。献立作成時には、季節感・衛生・嗜好・経費等を考慮しています。

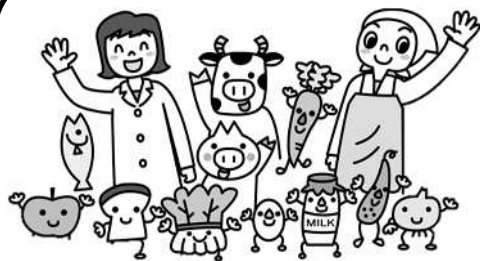


また、おいしい給食となるよう、手作りを心掛け、だしは削り節や昆布、干し椎茸などから取ります。シチューやミートソースなどのルーは小麦粉とバターで作っています。手作りのサイダーかんは、給食の大人気デザートです。

### 自分のちょうどよい量を知ろう

各学年の必要量に応じた給食を提供していますが、食事の量は、体格の違い、運動習慣の有無、その日の体調などにより、個人によって差があります。

毎日の給食の中で、自分のちょうどよい量を知り、栄養バランスのとれた「自分の適量」を食べることができるようにしましょう。



## 毎日が食育

## 生きた教材としての給食

学校給食法では、毎日の学校給食を通して「食事の重要性」「心身の健康」「食品を選択する能力」「感謝の心」「社会性」「食文化」について、学ぶことを目標としています。

富士市でも、毎日の給食を「食育の生きた教材」として活用することができるよう、旬の食材や郷土食を取り入れた「ふるさと給食」や年中行事に合わせた「行事食」など積極的に取り入れています。また、食事のマナーやゴミの分別についても学べる時間となるよう、放送資料を用意しています。



## 安全安心な給食

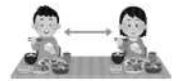
国で決められた衛生管理基準を守って調理します。具体的には、全ての料理は、加熱終了時の温度を確認し、記録を残します。また、サラダや和え物に使用する野菜も 85℃で 1 分以上加熱殺菌し、流水や真空冷却機で冷却してから調理します。



また、異物混入事故を防ぐため、使用前と使用後に、調理器具と機械の点検を行い、記録しています。

アレルギーのある児童生徒も安心して学校給食を食べることができるよう、市内で統一のアレルギー対応マニュアルにそった対応を行います(裏面参照)

### 自分たちでできる衛生管理の徹底



クラスでも、食中毒や感染症の予防のため、給食の時間において、給食前後の丁寧な手洗いと消毒、身支度の徹底、給食当番の健康チェックなどの対応をおこないます。安全な給食時間を過ごせるように、みんなで力を合わせていくことが大切です。

## つながる給食

市場や地域の八百屋さん、食材の納入業者さんと連携をとり、地元で採れた新鮮な旬の食材を積極的に取り入れ、地域とつながる地産地消を心掛けています。



また、給食でも SDGs「持続可能な社会の実現」に向け、食品ロスを減らす工夫として、食材の廃棄量の削減、残食の肥料化や廃油の再利用など未来につながる環境問題にも取り組んでいます。

さらに、献立表や給食だより、富士市のホームページなどを通して情報提供を行い、家庭とのつながりを大切にしています。



富士市の給食 WEB サイト

# 学校給食と食物アレルギー

平成27年3月に文部科学省より「学校給食における食物アレルギー対応指針」が発行されました。富士市では、これをもとに「富士市 学校生活アレルギー対応マニュアル」を作成しました。すべての児童生徒が給食時間を安全に、かつ、楽しんで過ごせるように学校全体で組織的に取り組んでいます。

## 食物アレルギーとは

食物アレルギーは、アレルゲン（アレルギーを引き起こす物質）となる食物が体内に入ることによって起こります。対象の食物を異物とみなし排出しようとするために、アレルギー症状が起こる現象のことです。

かゆみ、じんましん、  
腹痛、嘔吐、喘鳴、  
息苦しさ…など

## 食物アレルギーの原因食物

重篤度の高い原因食物は、そば・ピーナッツです。また、発症数の多い原因食物は、卵・乳・小麦・えび・かにです。この7品目は、症例数が多いため、特定原材料と定められ、表示が義務付けられています。令和5年3月9日付けで新たに「くるみ」が追加され、合計8品目となりました。これ以外に、表示が推奨されている食品が20品目あります。

表示義務のある原材料（8品目）

…卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに くるみ

表示が推奨されている原材料（20品目）

…あわび いか いくら さけ さば 牛肉 鶏肉

豚肉 大豆 ごま まつたけ やまいも オレンジ

キウイ もも りんご ゼラチン バナナ

カシューナッツ アーモンド

\*くるみについては経過措置期間を経て2025年4月から表示が完全に義務化されます。

## 学校給食における食物アレルギー対応の流れ

- ① 食物アレルギー対応を希望する方は、医師の診断に基づき「学校生活管理指導表」を学校に提出します。
- ② 学校生活管理指導表提出後、対応の内容について個別面談を行います。  
(保護者と校長、養護教諭、栄養教諭・学校栄養職員、調理主任、学級担任等)
- ③ 調理場における対応の実施の決定をします。
- ④ 学校の全職員で個々のアレルギー対応について情報共有します。
- ⑤ 対応を開始します。
  - ・調理過程でアレルゲンの除去をする完全除去食のみを提供しています。
  - ・除去対応ができない場合は、家庭より代替食の持参をお願いしています。
  - ・給食ではそばの提供をしていますが、うどん・ソフト麺・中華麺の製造工場では、そばの製造も行っています。