

# ゆい! のひろげ



宮古島市教育委員会  
広報誌

第37号

2018/9/1発行

## 特集 ①学校給食 ②納涼おはなし会

個性豊かな文化をはぐくみ、一人ひとりが輝く島



平成30年度少年団体リーダー研修会

シーカヤックの様子

## CONTENTS

### ◆ Topics

- ・「青少年の深夜はいかい防止」  
「未成年者飲酒防止」宮古島市民大会
- ・市民スポーツ課  
「バレーボール大会」「かけっこ大会」
- ・平成30年度少年団体リーダー研修会
- ・宮古島こども議会

### ◆パニパニスクール

- ・楽しさいっぱい鏡原小学校放課後子ども教室
- ・教育研究所 第18期研究員による取り組みについて

### ◆連載 文化財を巡る

「大獄城跡（ウプタキじょうせき）」

# GAKKOU KYUSHOKU

# 夏バテCheck!

## 学校給食

夏休みが終わると、こんな人が多いようです。



★1日も早く元気な体になるために「朝ごはん」をしっかり食べよう!

夏休み中の生活リズムが抜け切れていない、こんな人はいませんか? <input type="checkbox"/>	朝、なかなか起きられない・・・ <input type="checkbox"/>	朝ごはんを食べないことが多い <input type="checkbox"/>	頭がぼんやりして、やる気がでない <input type="checkbox"/>
おやつを食べすぎて、ご飯がたべられない <input type="checkbox"/>	何をしてもめんどくさい <input type="checkbox"/>	夜はつい遅くまで起きています <input type="checkbox"/>	すぐに座りたくなってしまう <input type="checkbox"/>

## 給食はどこで作られてるの?



伊良部学校給食共同調理場  
宮古島市伊良部字前里添1057  
提供食数：404食  
調理員数：8名



平良学校給食共同調理場  
宮古島市平良字西仲赤根745-13  
提供食数：4139食  
調理員数：32名(業務委託)



下地学校給食共同調理場  
宮古島市下地字洲津305  
提供食数：343食  
調理員数：6名



上野学校給食共同調理場  
宮古島市上野字野原734-2  
提供食数：344食  
調理員数：6名



城辺学校給食共同調理場  
宮古島市城辺字梅里579-2  
提供食数：483食  
調理員数：8名

### 学校給食共同調理場 場長 上地 等

本市では、5つの学校給食共同調理場で6人の栄養士が毎日の献立を考え、その献立表をもとに58人の調理員が1日約5,700食、年間114万食分の給食を作り、市内の小中学校へ提供しています。

これからも、安心で安全な「おいしい給食」の提供に努めてまいりますので、ご理解とご協力をお願いします。

### 保護者の方へお願い

学校給食は保護者の皆さんより頂いた給食費で子どもたちに提供しています。引き続きおいしい給食を提供できるよう給食費の納入へご協力をお願いします。

### 生産者から 子どもたちへ



農家さん達が一生懸命育てたゴーヤーを子どもたちへ

ありがとうございます



調理員さんの手によって学校給食へ提供

### 平良学校給食共同調理場 学校栄養士 我那覇ゆりか

みなさん、給食は栄養や食べものを学ぶ「教科書」の役割があることを知っていましたか?給食は、みなさんが勉強やスポーツを頑張るために必要な栄養を考えて作られています。また、宮古島でとれた新鮮でおいしい食べ物を多く使ったり、宮古・沖縄の伝統的な料理や世界のいろいろな料理を取り入れ、みなさんが給食を通して、おいしく楽しく自分の健康や宮古島の食べ物について学べるように工夫しています。



# 学校給食の 7つの目標



## 安全・安心

おいしい給食を  
こどもたちへ

学校給食では、児童・生徒1人ひとりの体と心の成長を支えるために、安心・安全で栄養バランスのよい、おいしい給食を提供しています。

また、学校給食には、望ましい食習慣や実践力を身につけるための教材としての役割もあります。

本市では、5つの共同調理場（平良・城辺・上野・下地・伊良部）で1日約5,700食の給食を提供しています。各調理場配属の学校栄養士が成長期に必要な栄養バランスを考慮し、家庭で摂取しにくいカルシウム、ビタミン類、食物

繊維を多く摂取でき、バランスのとれた食事のお手本となるような給食献立づくりをおこなっています。

また、宮古島で採れた食材を使用した献立を考案したり、沖縄や地元の食文化に理解を深めてもらおうと取り組んでいます。

同時に、児童が安心して食べられるよう、徹底的な衛生管理に努めています。

「安心で・安全なおいしい給食を」を目標に毎日給食を提供していますので、ご家庭でも、ぜひ給食の話題に触れてみてください。

## 災害時給食

災害時を想定した給食も提供します。

ある時は、防災教育として、水が使えず十分な手洗いができなくても衛生的につくれるビニール袋にぎるおにぎり、常温で長期保存できる乾物の海藻でつくったサラダや缶詰の桃、炊き出しの豚汁のメニューです。



## アレルギーへの対応

食物アレルギー疾患を持つ児童に対して、集団給食を基本としながら食物アレルギー対策を実施しています。右の写真は、アレルギーのある児童の除去食を、個人専用ボトルに詰めているところです。

- ☆除去食提供
- ☆弁当持参
- ☆牛乳停止
- ☆詳細献立の提供



## 伝統料理の継承

毎日食べる給食にも沖縄の伝統料理を受け継いだ献立を取り入れています。

また、地元で生産されたものを、地元で消費する地産地消も考えながら、毎日の給食は提供されています。

この写真はイナムドゥチ、クファージュシー、ドゥルワカシ、クープイリチー、チンスコウの伝統料理の写真です。



## 調理実習

栄養士による、家庭・地域と連携した食育の実践講座なども開催しています。児童も自分達で作ったご飯を「おいしい、おいしい」と食べていました。