



# 下野市食育だより

No. 15

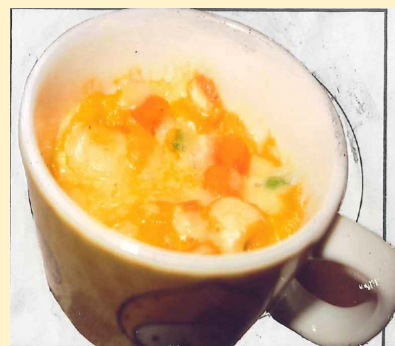
平成29年  
3月発行  
下野市教育委員会

## 朝食の簡単料理レシピ 優秀レシピ発表 (小学生編)



家族と一緒に「朝食の簡単料理」を考えることで、朝食への関心と理解を深めようと、冬休みに小学生を対象に朝食レシピを募集しました。市内12校から「こんな朝食が食べたい」「こんな朝食を作りたい」というレシピのたくさんの応募があり、その中から優秀作が選ばれました。御応募ありがとうございました。

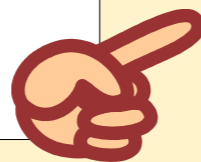
### ◎最優秀賞◎『マグカップ オムレツ』国分寺東小 3年 橋本 歩実 <敬称略>



材料： おふ、ベジタブルミックス、卵、牛乳、とろけるチーズ、だしの素、砂糖、

作り方：①ボールに卵を溶き、ベジタブルミックスとだしの素、砂糖を入れかき混ぜる。  
②マグカップに移し替え、おふを入れ、とろけるチーズをのせる。  
③レンジでチンしてできあがり。

☆レンジでチンするだけの簡単 短時間レシピです。おふを使ったアイデアがすばらしい。他の材料に替えて、アレンジすることもできますね。



### ★優秀賞★



- |          |          |           |          |
|----------|----------|-----------|----------|
| <薬師寺小>   | <吉田東小>   | <吉田西小>    | <祇園小>    |
| 1年 青木 瑠星 | 1年 関 洸太郎 | 2年 谷田貝 莉子 | 2年 金沢 千世 |
| 2年 竹沢 薫  | 3年 小口 佑馬 | 5年 塩濱 颯人  | 3年 川崎 由葵 |
| 6年 館野 晃季 | 5年 山崎 晟那 | 6年 星野 美結  | 3年 星野有結美 |
| <緑小>     | <石橋小>    | <古山小>     | <細谷小>    |
| 4年 廣政 心春 | 1年 前田 華音 | 4年 六角 ゆり  | 2年 金沢 真優 |
| 6年 櫻庭 望  | 3年 横田 暖斗 | 5年 大関 美憂  | 2年 前原 陽太 |
| 6年 中村 吏韻 | 6年 石崎 暖乃 | 5年 徳田 佳奈  |          |
| <石橋北小>   | <国分寺小>   | <国分寺西小>   | <国分寺東小>  |
| 5年 市澤 美咲 | 1年 関 友里葉 | 2年 富田 直衛  | 5年 山田 涼楓 |
| 5年 國井 那津 | 6年 浅見 柊吾 | 6年 生井 里佳  | 6年 齋藤希々加 |
| 6年 米久 滉生 | 6年 櫻井 元夢 | 6年 増田 龍真  |          |

### 給食の献立



☆月の献立表でお知らせします。予定が変更になることもあります。

- |  |   |   |  |
|--|---|---|--|
| 徳田 佳奈さん<br>『トマトとたまごごだいこんのスープうどん』<br>(9月予定) | 川崎 由葵さん<br>『かんぴょうとおからの栄ようまん点みそ汁』<br>(10月予定) | 関 友里葉さん<br>『きのこたっぷりオイスターごはん』<br>(11月予定) | 横田 暖斗さん<br>『えいようまん点 たまご入り中か風スープかけごはん』<br>(12月予定) |
|--|---|---|--|

全優秀賞レシピは下野市教育情報ネットワーク「けやきネット」をご覧ください。  
(<http://www.school.shimotsuke.ed.jp/>) けやきネット>教育研究所>食育>平成28年度「朝食の簡単料理レシピ」優秀作品 (小学生)

より安全な学校給食のために

## 平成29年4月より食物アレルギー対応が変わります

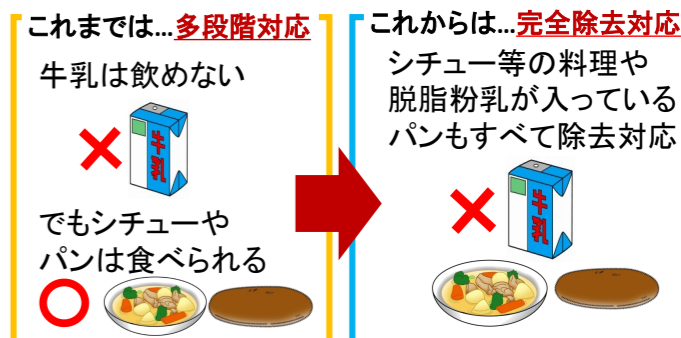
平成27年3月に文部科学省より示された「学校給食における食物アレルギー対応指針」に基づき、下野市の食物アレルギー対応が変わります。その学校で、安全性が確保される範囲内での対応が原則となります。

### ①多段階対応から完全除去対応(二者択一)になります

乳アレルギーを例に挙げると、これまでの多段階対応では「完全除去」「少量なら飲める」「加工食品は食べられる」「牛乳を利用した料理は食べられる」「飲用牛乳のみ停止」など様々な対応をしていました。人によって食品はバラバラ、量も様々という非常に複雑な状況となり、重大な誤食事故につながる恐れがありました。

現在の食物アレルギーの治療は「食べられる最大限を食べる」ということになっているため、「学校で何グラムまでは食べられるので出してください」というご希望に添いたいところではありますが、少しでも制限が残っている段階はまだ治療の途中であり、保護者の目の届かない学校で摂取量の上限を食べることは発症のリスクがあります。安全を最優先とすると「すべて食べる」か「すべて食べない」の二者択一ということになります。今後は、乳アレルギーで、飲用牛乳だけ停止し、シチューやパンは食べていた場合は、シチュー等の料理や脱脂粉乳が含まれているパンも、全て除去の対象になります。

(例)牛乳アレルギー



### ②学校生活管理指導表による正しい診断を基に対応を決定します

児童生徒の食物アレルギーの状況を正しく把握するためには、専門性の高い医師の診断が重要となります。成長期の児童生徒にとって「念のためやめておく」「とりあえず食べないでおく」という食品をむやみに増やすことは、健やかな成長に悪影響を与えます。

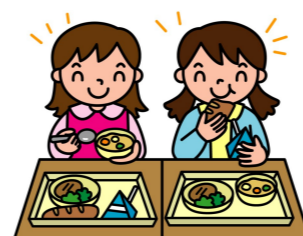
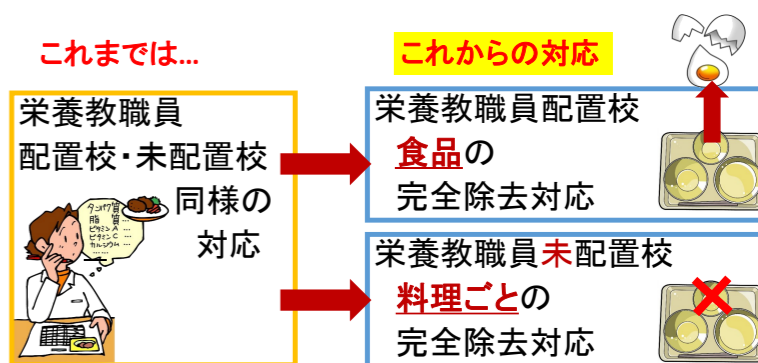
また、その対応を引き受ける学校現場でも、年々対応希望者と、除去品目の増加に追われ、大きな事故に繋がる可能性が高まっていました。その除去が本当に児童生徒の体のために必要なのかを見極め、「念のための対応」を減らすことで、重篤な児童生徒への対応をより万全にしていけることが大きなねらいです。



### ③栄養教職員配置校と未配置校で対応可能な範囲をそれぞれ設定します

これまでは、専門職員である栄養教諭・学校栄養職員の配置、未配置にかかわらず、基本的に同様の対応を行ってきました。しかし、専門職員の配置がない状況では、指示した調理作業の確認を行うことができないため、安全性の確保が困難となります。

そこで、やむを得ず栄養教職員の配置校と未配置校で対応可能な範囲をそれぞれ設定します。御理解をお願いいたします。



食物アレルギーをもつ児童生徒も、できるだけ同じ給食を食べられるよう、今後もアレルゲンをなるべく含まない調味料や加工品、デザートなどの選定や、おかずの中で同じアレルゲンの重複をできるだけ避けるなど、献立作成上の工夫に努めてまいります。児童生徒の安全を確保するための取組ですので、御理解と御協力をお願いいたします。

## 学校給食における食物アレルギー対応保護者説明会を実施しました

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」が示されました。それに基づき、下野市においても「学校給食食物アレルギー対応マニュアル」を改訂しました。それに伴い、これまでの対応と変わる点について、関係の保護者の皆様を対象に説明会を開催いたしました。そこでの質問に回答させていただきます。

なお、後日開催した下野市学校給食食物アレルギー対応委員会にて質問に対する回答を検討しました。当日回答した内容と少し変わっているところもありますので、御了承ください。

さらに詳しい説明が必要な場合は、下野市教育委員会事務局・学校教育課 ☎0285-32-8918にお問い合わせください。

### 乳アレルギーに関する質問

Q：牛乳の除去は不要と医師からいわれていますが、精神的な理由で飲めません。現在、学校に相談し、お茶を出してもらっています。今後の対応では、お茶を出してもらえますか。また、牛乳を出される場合、飲まなくてはなりませんか。

A：医師から除去の必要がないと診断されている場合、学校での対応はいたしません。牛乳の代わりに代替食はありません。牛乳の飲み方については、学校に相談してください。

Q：多段階対応はしないということですが、今まで乳が入っていたパンは食べていました。家から持っていくパンは乳が入っていないパンを持っていかなければなりませんか。医師からは食パンなどは食べられると診断されているのですが。

A：乳アレルギーでパンは食べられるという対応は、給食においては多段階対応となります。パンは種類によって使われている乳の量に幅が大きく、見た目での判断は難しいため、乳が入っていないものをご用意いただくか、ご飯など別の主食をご用意ください。

Q：牛乳アレルギーで、毎日内服しています。加工品は加熱した物なら食べられます。完全除去となると、乳製品は出してもらえなくなると栄養士から連絡がありました。栄養面で心配な面もあります。現在給食は普通に出してもらっています。自分で判断し除去できるようになっていますが、自分で大丈夫だと思っても症状が出る場合があります。そのとき学校は、どのように対応してくれるのですか。

A：主治医とよく御相談ください。牛乳は基本的に加熱してもアレルギー性は変わりません。加工品（例えば通常の食パンなど）は、比較的牛乳の含有量が少ないので症状が出ない可能性はあります。しかし、内服しているということは治療中となりますので、学校では完全除去対応になります。栄養面での心配は、御家庭で補っていただけるよう御協力をお願いいたします。学校で症状が出たときは、緊急時の対応をさせていただきます。

### 弁当・代替食対応に関する質問

Q：これまで代替食を出してもらっていましたが、給食センター以外の他の施設ではどうなりますか。

Q：今までは、代替食を出してもらっていましたが、今後は出してもらえないのですか。

Q：代替食を出してもらっていましたが。給食センターも代替食ではなく除去食となってしまうのですか。

A：下野市では、パン及び牛乳の代替食は提供しません。それ以外の食品の除去食・代替食について、どこまで対応が可能かは、その年の対応人数や対応品目数、施設人員の状況等によって、毎年各学校・給食センターごとに再検討されます。直接、学校（給食センター）に相談してください。

Q：「弁当の衛生管理は保護者をお願いします」と説明にありましたが、現在は冷蔵庫に入れてもらっています。今後は冷蔵庫に入れてもらえないのですか。

A：お弁当の保管方法等は、学校によって異なりますので、学校に相談してください。

### 卵アレルギーに関する質問

Q：卵アレルギーで、完全除去で対応してもらっています。揚げ油の共用もできないので揚げ油の配慮もしてもらっています。今後、油の対応はどうなりますか。揚げ物は、一切出されないということですか。アレルギーがあると食べられるものが減ってしまいます。栄養士がいてもいなくても同じ対応になりますか。

A：油の共用が本当にできないのか、もう一度主治医とよく御相談ください。揚げ油にアレルギーが混入する量は、大変微量とされています。油の共用ができないという場合、症状が重篤であり、既存の施設では他の調理作業中の混入対策も難しく、弁当持参の考慮対象となります。揚げ油に関しては、栄養士の配置、未配置にかかわらず同じ対応になります。

Q：卵アレルギーで、加熱されていても卵料理は食べることはできません。その時は代替りのものを持って行っています。卵料理は除去されていますが、パンは食べています。このことは多段階対応となりますか。加工品（ラーメンなど）も食べられます。これからはパンも麺も食べられなくなりますか。

A：通常出される給食用のパンは卵を含んでいません。但し、卵を含むパンもありますので、すべてのパンを同じように食べていたということでしたら、これまでの対応は多段階対応となります。今後は、完全除去対応となりますので、卵を含むタイプのパンや菓子類、加工品などは除去することになります。麺も除去対応となりますが、麺に関しては基本的に卵を含まない麺類を選定しています。（袋入りラーメンを除く）

Q：生卵がだめですが、説明の中で学校生活管理指導表に「生卵」と記載してあれば、通常の給食が食べられるということですか。マヨネーズはどうなりますか。

A：生卵は給食では出ませんので、学校生活管理指導表に「生卵」という記載があれば通常の給食が食べられます。給食では卵の入っていないマヨネーズタイプの調味料を使用しています。

Q：生卵と魚卵アレルギーで、現在検査中です。来年からは、少しは食べられるようになるかもしれません。その場合はどういう対応になりますか。

A：量の多い少ないにかかわらず、制限がある場合は治療中ということになりますので、学校では完全除去対応となります。

### 栄養士に関する質問

Q：国分寺東小は給食センターから給食をもらっていますが、栄養士のいる学校・いない学校どちらになりますか。

A：給食センターに栄養士がいますので、栄養士のいる学校の対応となります。

Q：今後、栄養士を配置してもらうことはできませんか。

A：現在、国の配置規準に沿って市内6校に配置されています。給食センターには市採用の職員が1名配置されています。栄養士の配置の必要性は市でも認識しており、毎年、要望をしています。食数の多い学校に配置することになっているため、下野市では、未配置校には栄養士が兼務して対応するという形になっています。

Q：栄養士はどこに配置されていますか。

A：祇園小・石橋小・古山小・南河内第二中・石橋中・給食センターに配置されています。