

島根県保育協議会・調理担当者部会

しょくいく



ごあいさつ

調理担当者部会 部会長 稲垣 仁美 (雲南市 布勢保育所)

この度、調理担当者部会長を務めさせて頂くことになりました。雲南保育協議会布勢保育所の稲垣仁美です。初めての大きな大役で2年間無事に務まるのか…と、大きな不安もありました。

しかし、5月、第1回の部会にて部員の方々にお会いした際に、「一緒に学び合いましょう。」と言う心強いお言葉を受け、この出逢いを大切に、2年間、部員の皆様方と共に精一杯力を出し合い、助け合って、頑張りたいと思います。部員同士交流を深め、高め合える仲間でありたいと思っています。どうぞよろしくお祈り致します。

さて、昨年、島根県保育研究大会に於いて「『食べたい』の心を育てたい～子どもの『食』を支えていく連携～」と題して給食の事例発表をしました。その中で、子どもの『食べたい』と思う心とは体験や経験を通して、自然に生活習慣として定着していくことが大切だと実感しました。

これからの2年間で、調理に携わる私たちも、子どもとの関わりや保育士、保護者、地域との連携を図っていき、たくさんの方々と出逢い、たくさんの方を学び、部員一同頑張りますので皆様のご協力をよろしくお願い致します。

平成29年度 調理担当者部会部員の紹介



出雲・中央保育所
榎野 奈都子
初めて役員になりました。人と人とのつながりやご縁を大切に、2年間頑張ります。よろしくお祈り致します。

邑智・東保育所
小笠原 千賀
たくさん学ばせて頂き、私自身も楽しみながら「作ること・食べること」の豊かな体験を子ども達に伝えていきたいです。2年間よろしくお祈り致します。

雲南・布勢保育所
稲垣 仁美

浜田・みのり保育園
山本 沙織
他の市郡の先生方との「縁」を大切に、成長出来る2年間になればと思います。よろしくお祈り致します。

かのあし・日原保育園
大谷 高
このような役は初めてなので、戸惑いがありますが皆さんの足を引っ張らないように努めていければと思います。2年間よろしくお祈り致します。

江津・渡津保育所
山藤 頼子
この2年間、しっかり勉強し、足を引っ張らないように頑張りたいと思います。よろしくお祈り致します。

松江・高見保育所
石倉 麻奈美
新しい出会い、学びの機会を頂いたと嬉しく思っています。役員の方々と楽しく活動していきたいと思っております。よろしくお祈り致します。

益田・横田保育園
野中 真里
保育園での給食業務の経験が少なく、未熟な自分に役に務まるか不安ですが、役員の方々と楽しく有意義な2年間にしていきたいと思っております。よろしくお祈り致します。

大田・たから保育園
山崎 美穂
初めて役員になりました。この2年間、色々な事を吸収して楽しく活動していきたいと思っております。よろしくお祈り致します。

アレルギーフリーおやつ

小麦卵乳を使わないおやつレシピです。

たこ焼き

★材料★ (子ども1人分)

- 白玉粉……………10g
- 水……………10cc
- 米粉……………8g
- 片栗粉……………2g
- キャベツ……………18g
- 青ネギ……………2g
- ゆでタコ……………10g
- 食塩……………0.2g
- 菜種油……………6g
- ソース
- 濃厚ソース……………4g
- ケチャップ……………1g
- みりん……………0.5g
- 青のり……………0.1g
- 花かつお……………0.3g

★作り方★

- ①キャベツはみじん切り、青ネギもみじん切りにしておく。
- ②白玉粉に少量の水を加え粒がなくなり、まとまる程度の硬さにする。
- ③②に①を加える。水分が出てくるので柔らかくなる。
- ④③に米粉、片栗粉、タコを加えてよく練り上げる。硬めに!
- ⑤170℃の揚げ油に④を一口大にして入れ、色よく揚げる。
- ⑥仕上げにソース、花かつお、青のりをふりかける。

ポイント

- ★水分を少なくして、硬めに仕上げると油っぽくなく、焼いたようにカリッと仕上がる
- ★大量の場合、数回に分けて粉類とキャベツを混ぜる

伴先生のおすすめです

お豆腐のガトーショコラ

★材料★ (パウンド型1台分)

- 絹ごし豆腐(水気を切っておく)……………150g
- 豆乳……………100g
- A 砂糖……………150g
- 油……………50g
- バニラエッセンス……………適量50g
- 米粉……………200g
- B 純ココア……………100g
- ベーキングパウダー……………5g

★作り方★

- ①材料Bをふるって合わせておく
- ②材料Aをボウルに全て入れて豆腐をつぶすように混ぜる
- ③AにBを加え、ゴムベラで粉っぽさがなくなるまで混ぜる
- ④オーブンシートを敷いた型に生地を入れ、180℃に予熱したオーブンで約30分焼く

豆乳もち

★材料★ (子ども4人分)

- 豆乳……………200g
- 片栗粉……………20g
- 砂糖……………20g
- きな粉……………20g
- 塩……………少々
- 黒蜜……………適量

★作り方★

- ①鍋に豆乳、片栗粉、砂糖を入れ混ぜる
- ②①を中火にかけ、混ぜながらもちのようになるまで混ぜる
- ③きな粉と砂糖を混ぜ合わせ、バットに入れる
- ④②をスプーンですくって、バットに落とし、きな粉をからめる
- ⑤お好みで黒蜜をかける



梨

梨のデザートピザ

★材料★ 作りやすい分量(子ども約20人分)

- クラフトピザ生地(20cm)……………5枚
- マスカルポーネチーズ……………200g (クリームチーズでも)
- 梨のコンポート……………2コ分
- グラニュー糖……………適量

★作り方★

- ①ピザ生地にマスカルポーネチーズを塗る
- ②梨を3mm位の薄切りにし、きれいに並べる
- ③グラニュー糖をふる(好みで角切りバターを)
- ④オーブンで 180℃/15~20分 トースターで5~6分

~炊飯器でカンタンに~ 梨のコンポート

★材料★

- 梨(赤梨がオススメ)……………2コ
- 砂糖……………大さじ3
- レモン果汁……………適量
- 水……………90cc

★作り方★

- ①皮をむいた梨と、その他の材料を全て炊飯器に入れてスイッチを入れる

秋~冬におすすめおやつ

さつま芋

いがり坊や

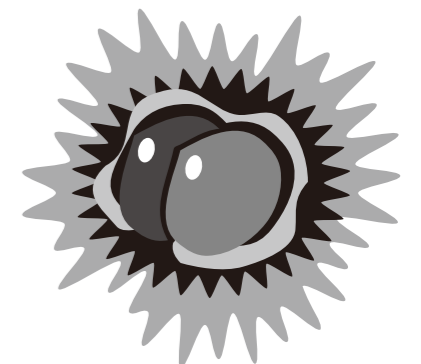
★材料★ (子ども1人分)

- さつま芋……………60g
- 砂糖……………3g
- 牛乳……………5g
- 卵……………5g
- そうめん……………15g
- 揚げ油……………8g

★作り方★

- ①さつま芋は皮をむいてゆで、水気を切ってつぶし、砂糖と牛乳を混ぜる
- ②①を団子のように丸くし、溶き卵をつけ、周りに1.5~2cmに折ったそうめんをまぶし、油で色よく揚げる

秋や冬が旬の食材を使ったおやつのレシピです。実りの季節の食材を使って心も体もほっこりするおやつをぜひ作ってみてください!





月に1回くらい料理教室を開いています。

和食が好きで何でも食べます。…苦手はパクチー

保育園での給食に長く携わっておられた先生は、参加者の発言、気持ちに共感して下さる、とても気さくな先生でした。

講師／伴 亜紀氏

【プロフィール】

私立病院・公立学校給食センターを経て公立保育所・子育て支援センター・保健センターの栄養指導・給食業務にかかわる。

1999年より本格的な食・栄養教育をしていく中で“農”を取り入れることに着目し地域を巻き込んだ「食農教育」を実践。

2010年3月まで保育所の現場で勤務。哺乳から子どもの食にかかわる。子どもの食にかかわるなかで、食器や補助具（スプーンやフォーク）などの開発にも携わる。子どもの食事の与え方から子どもの食の発達について講演・講座など幅広く活動。

2011年7月より株式会社Grainr を設立。「食と農のコンシェルジュ」として、子どもの食・食農教育・地域の農産物の商品の開発・食農アドバイザーなど“食”についての講演・講師を務める傍ら、「食にかかわる生活提案」ということでオリジナルの食器・器具の販売も行う。

京都府出身、現在は愛知県在住。

研修会当日の朝、控室に来られた伴先生は「私は島根とは縁があるのです…」とお話をされました。伴先生の曾祖父は島根に住んでおられたとの事で、晩年は浜田で数年間過ごされ、隠岐へうつられたそうです。「今回、島根に呼んでいただいて曾祖父の話を聞いてきたのです。島根に来られてとてもうれしいです。」とおっしゃって下さり、県保協会長の山口先生をはじめ、スタッフ一同とてもうれしく思いました。

講義の合間のわずかな時間も、参加者の質問に詳しくお答えいただいたり、昼食をすまされた後も、食具や食器などを購入する際の説明を丁寧にされたりと、時間を惜しんで積極的に参加者との交流をされておられました。

そんな中ほんの少しの時間でしたが、伴先生とお話をする事ができました。

保護者への関わり方で気をつけておられた事がありますか？

— 保護者へ強制するような言葉かけはしません。「保育園ではこんな様子ですよ、こんな風に食べていますよ」と、園では出来ている様子を話します。ティーチではなく、コーチです。保護者にも選択してもらうのです。コミュニケーションも技術のひとつです。保育園はプロの集団なので、それぞれの専門職がプロ意識を持つ事が重要です。

今保育の現場で働いている調理担当者へ向けて何かアドバイスをお願いします

— 給食室だけでなく、保育の中に食育を取り込んで下さい。子どもたちの為に何が出来るのか？(子どもが一番)を考えて、保育士の方や看護師の方と線が繋がっていくと、それが面になります。保育園に色々な風が入って、それが園のカラーになっていくといいですね。食べる事は間口は広いけど、奥が深いものです。

今回の研修会はどうでしたか？

— 楽しかったです。京都で長い間生活していたので、京都で講演などがあると「京都っていいな～」と思う時があります。島根は初めての場所なのにそれと同じ感じがしました。最後の部長さんの謝辞の時には、こみ上げるものがあり、言葉につまりました。参加者の方も真剣にうなずきながら話を聞いておられたので、安心して講義をする事が出来ました。また島根に来たいと思います。ありがとうございました。

平成29年度 児童福祉施設調理担当者研修会

◆期日：平成29年7月1日(土) ◆会場：ニューウェルシティ出雲 ◆参加者：235名

講師／伴 亜紀氏 演題／「子ども一人ひとりに応じた食事の提供」

今年度の調理担当者研修会は、230人を超える参加者で会場も満員でした。講師の伴先生が「たくさん来ておられますね」と驚かれていました。

長く保育園での調理を経験されてこられた伴先生のお話を、興味深く聞いておられた参加者の皆さんからたくさんの感想が寄せられました。

- ★給食室が保育園にある事が、子ども達にとって素晴らしい環境なのだと改めて思った。
- ★実際に保育園で働いておられた方の話はとても新鮮で、耳にすんなり入り、良い時間が過ごせた。
- ★とても勉強になり、先生の実践されてきた内容を聞きながら、自分ももっと楽しく、そして子ども達の成長のためにやって行きたいと思った。
- ★離乳食の進め方、舌の動きなど「なるほど」と思う事もたくさんあり、とても勉強になった。
- ★日ごろの保育でも今日の研修を生かしていきたいと思います。調理担当者だけでなく、保育士として話を聞いてもわかりやすく、とてもためになる研修でした。
- ★離乳食のことから、アレルギー対応についてまで、規定などが変わったりしているので、最新の情報を分かりやすく知る事ができてとても良かった。
- ★離乳食・アレルギー対応など自分自身、今一番悩んでいるところだったので、今回お話を聞いて現場で活かしていける部分があったので、他の職員と話し合っていきたいと思いました。レシピ集も今すぐ使えるものばかりで良かったです。
- ★食育は色々な人の力を借りること。自分ひとりで頑張るのではなく、周りの人達を巻き込んで行う事が大事だと気づかされました。伴先生の熱い思いも伝わる良い講義でした。



今後の研修会の希望について

- 内容について…保育士と調理の連携・アレルギー対応・子どもの発達に合わせた食べ方、食べさせ方
- 講師について…内田美智子さん・竹下和男さん・佐藤剛史さん・堤ちはるさん