



# 地元の恵みを給食で味わおう

給食が並ぶまでの物語は、現場のひと工夫や、日々の積み重ねの中にある。  
私たちが探究を通して行った、特産品が皆さんの元まで届くまでの過程を紹介する。

## 1. 探究の目的



本探究の目的は、つくばみらい市の特産品を活用した給食を地元の子供たちに提供することで、地産地消をさらに進めることである。給食を通して、農家や市の取り組みと学校をつなぎ、地域との関わりを深めることを目指した。また、地元で生産された野菜や食品の良さを知ってもらい、食への関心を高めてもらうことも目的の一つである。

## 2. 母校の谷和原中学校での現状調査



そのためにまず、母校でもあるつくばみらい市内の谷和原中学校に行った。中学生の給食の配膳の様子や食べている様子を許可をもらって撮影した。懐かしさを感じるとともに、深く考えず給食を食べていることが多かったなと思った。

## 3. 給食献立プロジェクト



次に、つくばみらい市の給食センターの栄養士の方にお話を伺った。栄養士の方によると、市内の農家から新鮮な野菜を仕入れているとのことだった。そこで、この取り組みをもとに、旬の食材を積極的に取り入れ、複雑な調理工程を必要とせず、誰にでも食べやすい献立を考えることにした。

## 4. みんなが食べたい給食メニューとは？



給食メニューを考える際は、成長に必要な栄養バランスを整えることを意識した。また、食物アレルギーへの対応や大量料理のしやすさ、作業時間内に完成できる工程も踏まえて計画する。さらに地域でとれた旬の食材を取り入れ、食育や地元理解に繋げることも大切である。そこで市内産野菜を使ったポトフを献立として提案した。

## 5. 給食センターとの連携



給食センターに行き、管理栄養士さんと話し合いを行った。その時期に旬な野菜などを聞きそれらを使用した献立を提案した。改善点やコツを聞き実際に作った。1人分の分量やアレンジを加えた。

## 6. まとめ私たちの提案

私達はつくばみらい市の特産品を知ってもらうには給食で食べてもらうことが一番だと考えた。実際の献立に出してもらえることになった。給食センターの方は1食の栄養や彩り、調理のしやすさなどを細かいところまで考えていた。