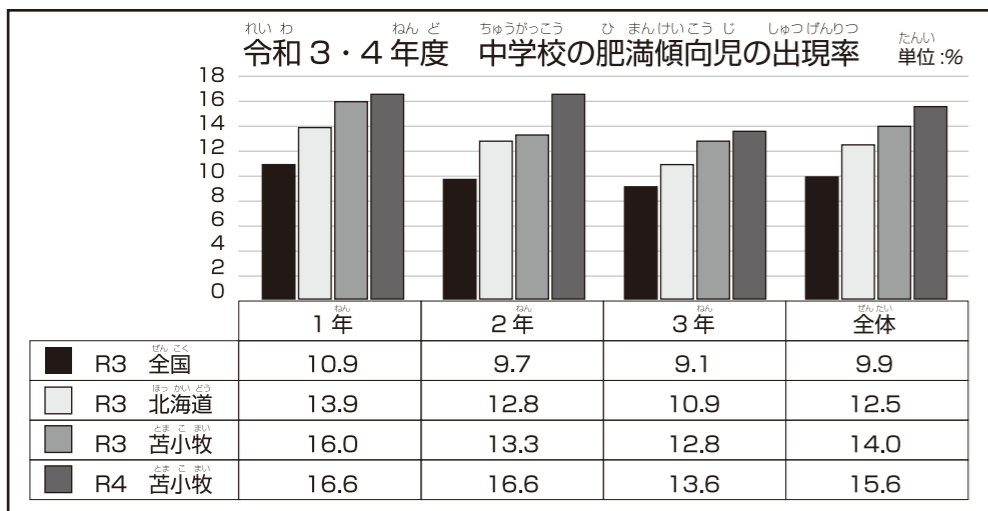
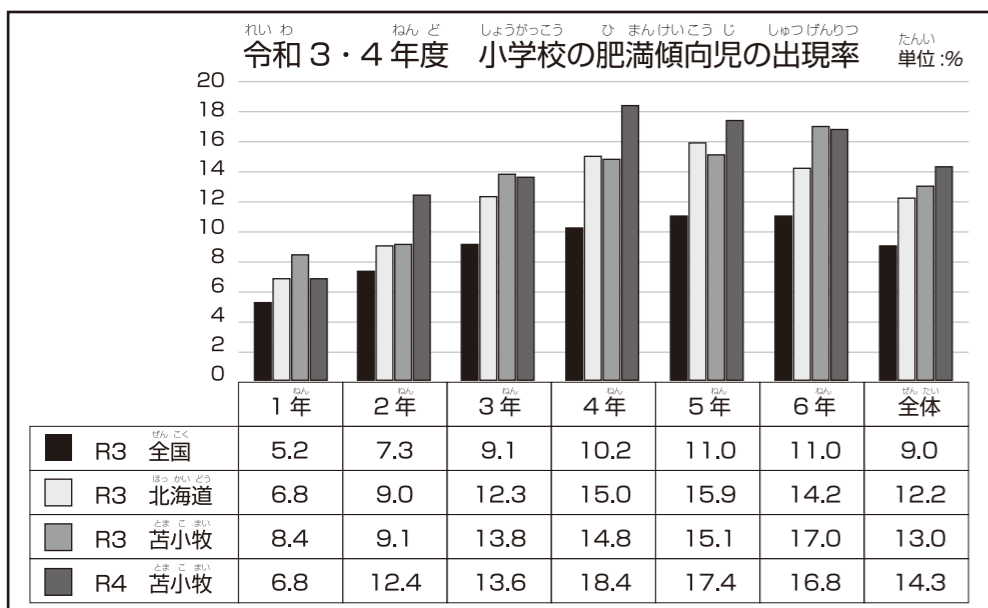


栄養だより

No.3 令和5年2月
 苫小牧市学校給食共同調理場

令和4年度苫小牧市小中学校の肥満・やせ調査結果 全国、北海道の結果と比較して、苫小牧は肥満傾向児の出現率が高い！



1学期～2学期に行われた苫小牧の全小中学校の、身長・体重から肥満傾向児の出現率を算出しました。昨年と同様、全体で全国、北海道の平均を上回りました。

【資料】令和3・4年度小中学校肥満やせ調査。全国、北海道は令和3年度学校保健統計調査

肥満度=(実測体重-標準体重)÷標準体重×100
★肥満度20%以上が肥満傾向児

第2次苫小牧市食育推進計画では、令和3年度までに肥満傾向児の出現率を小学校では8%以下、中学校では10%以下を目標としています。



苫小牧市は、全国・全道と比べて肥満傾向児出現率が、依然高い傾向にあります。苫小牧の令和3年度と令和4年度平均を比較すると、全体で小学校は1.3%、中学校は1.6%上昇しています。冬は運動不足になりがちなので、公共の運動のできる施設(体育館、スケートセンターなど)や、外での雪遊びやウォーキングなど、身体を動かしてみませんか？

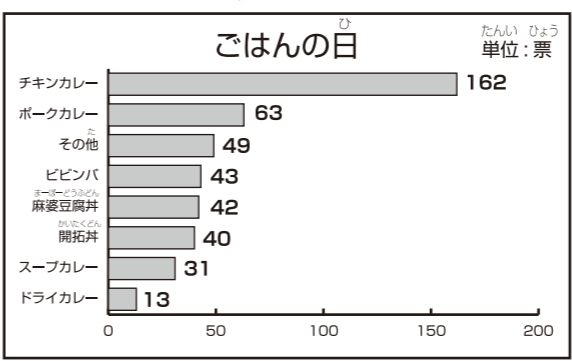
学校給食に使用している食材について(10月～12月)

月	品名	長ねぎ	玉葱	人参	キャベツ	じゃが芋	白菜	大根	ごぼう	小松菜	きゅうり	さつまい	ピーマン	ニラ	しめじ	なめこ	まいたけ	青梗菜	ほうれん草	もやし	豚肉	鶏肉	牛肉
10月	道産	道産	道産	道産 茨城県産	道産	道産	道産	道産	道産 青森県産 群馬県産	道産	道産	茨城県産		道産	地場産			道産	道産	地場産	道産	道産 青森県産 岩手県産	
11月	道産	道産	道産	道産 千葉県産	道産 青森県産 茨城県産 愛知県産	道産 厚真産	道産	道産	道産 群馬県産	茨城県産	道産				地場産	道産	地場産	道産 宮城県産	道産 群馬県産	地場産	道産	道産 青森県産 岩手県産	
12月	道産	道産	道産	千葉県産	道産 愛知県産	道産 厚真産		神奈川県産	道産	茨城県産	高知県産 宮城県産		宮城県産		地場産					地場産	道産	道産 青森県産 岩手県産	白老産

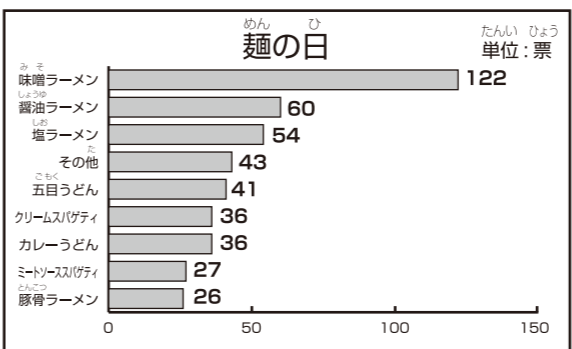
中学3年生を対象に「リクエスト給食」のアンケートを実施しました！

目的 中学3年生が卒業を迎える前に、人気のある献立・思い出に残る献立のアンケートを実施し、その献立を提供する。
 方法 北海道電子システム(HARP)を利用し、アンケートを実施。
 日程 令和4年10月26日(水)から令和4年11月4日(金)

【質問1】ごはんの日に食べたいメニューをひとつ選んでください。



【質問2】麺の日に食べたいメニューをひとつ選んでください。



【自由回答】一番好きな温食は何？

好きな温食：自由記述	票数
ワンタンスープ	86票
つぶつぶコーンスープ	65票
白玉汁	25票

【自由回答】一番好きな主菜または副菜は何？

好きな主菜・副菜：自由記述	票数
コロッケ	42票
さばの味噌煮	30票
サラダ	33票
ごま和え	21票
唐揚げ	19票
照り焼きチキン	18票
小籠包	17票
グリルチキン	14票

【自由回答】給食の思い出・感想

たくさんの給食の思い出、感想ありがとうございます！！
 本当は、全部掲載したかったのですが、一部抜粋の掲載となりました。人気メニューは2・3月の給食で登場するので、お楽しみに！

●9年間、おいしい給食を作ってくださいありがとうございました。学校生活での毎日の楽しみでもあり非常に感謝しております。今後もお体に気を付けておいしい給食を後輩たちにとってあげてください！

●学校のうどんが好きでした。カレーも家とは違う味でおいしかったです。しななくなった揚げ物も今ではいい思い出です。食器に描いてあるとまチョップが可愛かったです。9年間温かい、おいしい給食を作ってくださいありがとうございました！

●小さい頃から好き嫌いが激しかった自分ですが、学校の給食はかなりおいしく食べてました。牛乳に関しては(小1の1度を除き)9年間欠かさず飲み切ってたので、おかげで骨は丈夫だと思えます。ヨーグルトを好きになったのも学校の給食がきっかけでした。学校行きたくない!と思った日も、給食が好きメニューだからとんだかんだ登校したり、思えばこの9年間、たくさん給食に支えられてきたんだなあ、いま更ながら感じています。給食に様々な形で携わってきてくださった皆様、本当にありがとうございました！

●9年間、平日に必ず給食を作ってくれたり、準備してくれてありがとうございました。苦手だった食べ物に挑戦することができたり、新しい自分の好きな味を見つけることができ、調理場職員の方が作ってくれる給食のおかげで学校がより楽しい場所になっていったのだと思います。

●小学校の時にいた、栄養教諭の方がとてもやさしく、給食のちょっとした変化をあてるのが好きでした。今思うと、給食は常に変化していておいしくなっていたような気がします。中学校を卒業してしまえば、苫小牧の給食を食べることができなくなるのは、少し寂しいですが、思い出の味として忘れないうちにします。

●とてもおいしい給食を毎日提供していただき、とても感謝しています。一番好きな給食となるととても難しかったです。おいしいものがたくさんで、さばのみそ煮も好きだしグリルチキンも好きだしクッティオ入りオニオンスープも... 選ぶのに20分もかかりました。そのくらいおいしいものだらけでした。この前の担々麺おいしかったので、是非続けて出してほしいと思います。【リクエスト給食】という企画をしていただき、ありがとうございます。これからもおいしい料理を提供してください。お願いします。

●デザートはタルトはおいしすぎるので残し続けてください。
 ●嫌いな野菜もおいしく食べられました。ありがとうございました！
 ●栄養バランス、いろいろ毎日良くて健康的な給食ばかりだった。

