

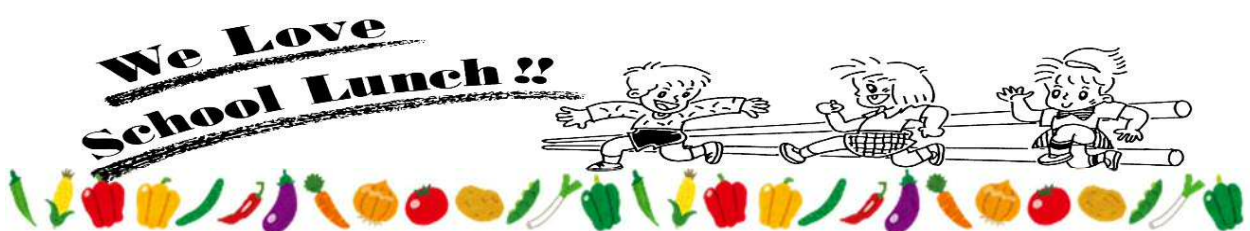
第37回学校給食作文コンクール 最優秀作品集



「新第2学校給食共同調理場完成イメージ図」から

令和3年10月

苫小牧市学校給食会



「コロナ禍でも成長し続ける給食に感謝」 〈審査を終えて〉

第三十七回学校給食作文コンクール審査委員長

苫小牧市立凌雲中学校長 前田辰夫

今年も、学校給食作文コンクールを開催することができました。今、学校ではコロナ感染症拡大防止対策のため、給食中はもとより、各種行事の中止・延期・縮小を余儀なくされ、大きな変化が続いています。このような学校を取り巻く環境の中、みなさんからの作文の応募があったことを大変うれしく思います。

この作文コンクールは、普段なにげなく食べている学校給食を改めて考える機会として昭和六十年から始まりました。昭和、平成、令和と多くの児童生徒が学校給食を味わい、コンクールに応募してくれるから続いたものです。

さて、第三十七回学校給食作文コンクールでは、小学校十一校、中学校十九校の合計三十校の応募がありました。どの作品も、「毎日の給食を楽しみにしている」や「給食を作ってくれる方に感謝しながら食べる」、「給食を通して学ぶ事や命を頂くことを考える」、「給食を残す」、「カレーやラーメンが好き」等の姿が自分なりの言葉で述べられていました。

各学年ごとの入賞作品を見ていくと、

小学校低学年の作品では、給食を学級で楽しく、おいしく食べることだけでなく、給食センターで働く人々への感謝が述べられていたり、給食センターで多くの人々が栄養のことや食べやすさ・味付けについて工夫していたりすることを知り、苦手なものも残さず食べようとしたりする気持ちが表現されてきました。

小学校の中学年になると、給食センターを見学することでセンターをより身近に感じることができ、そこで働く人たちの苦労を知ることによって働く人への感謝する気持ちが芽生えたり、廃棄されてしまう食品から食品ロスの問題などへと考えを広げたりした作品もありました。

小学校の高学年では、給食の歴史を調べ、長く続いてきた給食に携わってきた人々への感謝の思いが綴られていました。

中学生の入賞作品では、食品ロスの問題や給食の献立表を読み、年中行事や生産地を知ることによって地域の食文化を考えた作品や、給食の歴史から「学校給食法」にふれ、いかに学校給食が日本の子どもたちの成長を担ってきたのかを述べる作品がありました。このように学校給食から様々な社会の問題への気付きがありました。

コロナ禍の学校給食は以前のように友達と会話をしながら食べることはできませんが、これからもみなさんの心と体の成長を願って給食は続きます。みなさんも一食の給食には、たくさんの人々の働きがあることを忘れずおいしく食べてほしいと思います。今年度中には新しい給食センターが完成します。給食もみなさんと同じように、日々、新しく成長しています。みんなで給食を食べて、みんなで大きく成長していきましょう。

第三十七回学校給食作文コンクール 入賞作品

【最優秀賞】

小学生の部

- 一学年の部
拓勇小学校 一年三組 京極 莉空 「おいしい きゅうしょく」
- 二学年の部
拓勇小学校 二年二組 該当なし
- 三学年の部
拓勇小学校 三年一組 京極 大空 「食品ロスをなくそう」
- 四学年の部
拓勇小学校 四年二組 該当なし
- 五学年の部
拓勇小学校 五年二組 該当なし
- 六学年の部
拓勇小学校 六年四組 丹波 柚栞 「給食の物語」

中学生の部

- 一学年の部
明倫中学校 一年四組 三船 凧 「給食の工夫」
- 二学年の部
明倫中学校 二年二組 上野 陽真 「学校給食は神」
- 三学年の部
明倫中学校 三年一組 高橋 芽衣 「給食センターからの愛」
- 明倫中学校 三年三組 曾根 凧 「給食のメリット」

【優秀賞】

小学生の部

- 一学年の部
美園小学校 一年三組 月館 良仁 「きゅうしょく だいすき」
- 二学年の部
美園小学校 二年一組 宮下 紅音 「たべやすくしてくれて ありがとう」
- 三学年の部
拓勇小学校 三年二組 丹波 蓮翔 「ありがとうホワイトマン」
- 四学年の部
拓勇小学校 四年二組 該当なし
- 五学年の部
拓勇小学校 五年二組 該当なし
- 六学年の部
泉野小学校 六年三組 近藤 芦羽 「感謝の気持ちをこめて」

中学生の部

- 一学年の部
ウトナイ中学校 一年三組 鈴木 ゆら 「もったいない」を広める
- 勇弘中学校 一年A組 上野 紗依 「日本の伝統文化「和食」」
- 二学年の部
明倫中学校 二年二組 次田 苺香 「学校給食が私達に与えるもの」
- 勇弘中学校 二年A組 竹中 りん 「食べ残しを減らそう」
- 三学年の部
勇弘中学校 三年A組 杉本 成基 「食への感謝」

応募点数 小学生11点

中学生19点

合計点30点

目次

《小学生の部 最優秀賞》

一学年の部	題名「おいしい	きゅうしよく	1
拓勇小学校	一年三組	京極	莉空	
三学年の部	題名「食品ロスをなくそう」	2	
拓勇小学校	三年一組	京極	大空	
六学年の部	題名「給食の物語」	3	
拓勇小学校	六年四組	丹波	柚栞	



《中学生の部 最優秀賞》

一学年の部	題名「給食の工夫」	4
明倫中学校	一年四組	三船	凧
二学年の部	題名「学校給食は神」	5
明倫中学校	二年二組	上野	陽真
三学年の部	題名「給食センターからの愛」	6
明倫中学校	三年一組	高橋	芽衣
三学年の部	題名「給食のメリット」	7
明倫中学校	三年三組	曾根	凧紗

小学生の部 最優秀賞

《二年生の部》

拓勇小学校 一年三組 京極 莉空

「おいしい きゅうしよく」

「今日、きゅうしよくでおかわりしたんだよ。」
といったら、「すごいね。」とお母さんはびっくり
していました。いつもおかわりしている人を見て
すごいなあ、と思っていたので、お母さんにいっ
てもらってうれしかったです。

ようちえんもきゅうしよくだったけれど、
学校のきゅうしよくもおいしいです。まい日のたのしみのひとつ
です。小学校では、きゅうしよくとうばんがあります。自分たち
でしたくしたり、くぼったりしてたのしいです。わたしのすきな
こんだては、ラーメンです。いろいろなあじがあつたのしいで
す。

この間、学校のきゅうしよくの先生に大きなおたまやへらを見
せてもらいました。大きくて、おもくて、びっくりしました。ま
ぜられなくて、こぼしている人もいました。こんなおもいものを
もつておしごとしてくれているんだなあと思いました。おうちで
つかっているものをかえってから見ると、おうちのはおまま



ごとみたいに小さかったです。おうちでお手つだいするとき、わ
たしは小さなへらでもこぼしてしまいます。きゅうしよくを作る
のは、きつとたいへんだろうなど、思いました。

おなべの大きさの中にも入ってみました。大きくて、なん人も
おなべの中に入れました。もし、これがカレーのおなべだったら、
なんんぶんになるんだろう。この中に入れるやさいやおにくは、
どのくらいなんだろう。きつとすごいと思います。

きゅうしよくを食べると、つかれがなくなります。あまりすき
じやないたべものもあるけれど、たくさんの方ががんばって作っ
てくれているきゅうしよくを、のこさないでかんしゃしてたべよ
うと思います。

いつか大きなおなべと、大きなおたまやへらで、ほんとうに作
っているところを見てみたいです。



「食品ロスをなくそう」

「給食センターってどこにあるんだろう。」
そう思っていたぼくに、ついにその答えが分かる日がやってきました。ぼくは、遠足で給食センターに行ったのです。

ぼくは、給食が大好きです。毎日楽しみにしています。そのおいしい給食ができる場所に行けるなんて、わくわくしました。まず、見たことのない大きなものを見ました。それは、「ボイラー」といって調理するには、かかせないものなんだそうです。そして、センターの中には想ぞうよりたく山の人が

はたらいていて、びっくりしました。ぼくの学校だけではなく、苫小牧市の十校以上の給食を作ってくれていると知って、いったい何人分の給食になるんだろう、すごいなあと思いました。

学校の給食の先生に見せてもらったことのある大きなおたま、そして、おふるみみたいな大きなおなべや、食きもたく山ありました。「ここで、おいしい給食ができるんだな。」と思うと、重たいおたまや、力のいるお仕事をしてくれている給食センターの人たちに感しゃしいな、と思いました。



ぼくは、一つ気になることがありました。それは、「のこした給食はどうなるのだろう。」ということでした。友だちが聞いてみると、びっくりする答えが返ってきました。なんと、お金をはらってすてることもあるそうです。心をこめてせつかく作ってくれた給食なのに、作ってくれる人たちは悲しいだろうなと思いました。帰ってそのことを母に話しました。すると、今、世界では、「食品ロス」ということが問題になっていると、教えてくれました。食品ロスってなんだろうと、調べてみたら、給食だけではなく、おうちやレストラン、スーパーやお店など、あちこちで「食べられるのにすててしまうもの」が、いっぱいあるそうです。しかも、毎日、日本人全員がお茶わん一ぱい分のごはんをすてていることになるそうです。びっくりして、「えー。」っと声が出てしまいました。

世界には、食べ物がなくて困ったり、病気になったりする国の人がたくさんいます。きれいなお水がない国もあります。それなのに、そんなに食べものをすてているなんて。日本は幸せな国だけど、すてるものをへらさなければだめだと思います。まだぼくに出来ることはないけれど、心をこめて作ってくれた給食は「ぜったいにのこさないで食べるぞ。」と、強く思いました。

給食には、うちでは出てこないメニューもあります。母に「今日のばんごはんなあに。」と聞くと、「何にしようかなあ。」と言われます。メニューを考えるのは大へんなのかなあ。また、給食センターに行くチャンスがあったら、一か月分のこんだてをどうやって作っているのかを聞きたいです。いつもいろいろなメニューを考えて、ぼくたちを元気にしてくれる給食に、ありがとうを言いたいです。

「給食の物語」

みなさんは、給食が好きですか。私は、給食が好きです。四時間目になると、給食のにおいで元気が出ます。今では当たり前になつている学校給食ですが、どんな始まり方をしたのでしょいか。そして、そのときのメニューは、どんなものだったのでしょうか。六年間おいしく食べさせてもらつている給食の歴史や物語、メニューを調べてみました。

給食は、一八八九年に山形県鶴岡町の私立忠愛小学校で、貧しい家庭を対象としてお弁当の代わりに出していた物が、給食の始まりだと言われています。当時の給食は、今のようなメニューではなく、おにぎりや焼き魚、漬物などでした。そして、一九四六年、都内の学校で給食として全員に提供されたと言われています。その時のメニューは、小さくきざまれたダイコン、ニンジン、鮭、マカロニの入ったクリームスープでした。そこから、メニュー開発が進み、脱脂粉乳とトマトシチューなどが出されるようになったそうです。それからじよじよに、パンが出されるようになったり、脱脂粉乳の代わりに牛乳になったりと、メニューも増え続け、現在のような学校給食が出されるようになったと言われています。これが、給食の物語です。

調べてみて分かったことは、当時のメニューは、空腹を満たすため必要な栄養素をメインとしており、おいしさやメニューの種類などは、さほど気にされていなかったように感じました。しか

し、戦争などあつた大変な時代においても、食べ物を食べることに「子供達に栄養を。」ということを考えてくれたからこそ、給食は生まれたのだと思います。

私の祖母も、「脱脂粉乳は、まずくて飲めなかつた。」と言つていたのを聞いたことがあります。「給食『おいしい』』という今の給食とは、かけ離れていることも分かりました。

私は、現代に生まれてとても幸せだと思ひました。なぜならば、現在の給食は、メニューもとても豊富だからです。苦小牧のホツキカレーが出たり、ご当地メニューや子供達の考えたメニューが出たりと工夫がすぐく、メニューを見るだけでわくわくし、幸せな気持ちになります。そして、何よりも給食がおいしいことです。私は、祖母のように、「まずくて食べられなかつた。」と思つたことは六年間で一度もありません。毎日「おいしいな。」と、思ひながら自然と笑顔になる給食を食べられることは、とても幸せなことだと実感しました。

私は、一八八九年に給食の元となる機会を作つてくれたよかつたと思ひました。何事も昔の人の知恵があつてこそ、現代があるということと思ひ知らされました。

今、給食を作つてくれている人はもちろんですが、給食というシステムを考えてくれた人やご先祖様など、全ての関わつてくれた人達に感謝をしながら大切に給食を食べたいと思ひました。



中学生の部 最優秀賞

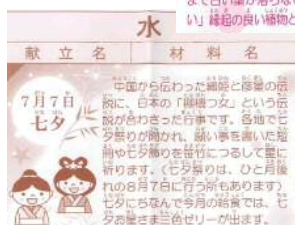
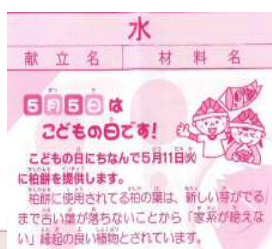
《一学年の部》

明倫中学校 一年四組 三船 風

「給食の工夫」

給食は私たちの健康のため、栄養バランスを考えて作られ、私たちが元気づけてくれる大切なものです。また、給食には、バランスの他にも私たちのためのいろいろな工夫がされています。

一つ目の工夫は、節分には豆、七夕には七夕ゼリー、こどもの日には柏もちなど、年中行事に合わせたメニューが出されるということです。また、入学・進級のシーズンになると、入学などを祝うゼリーが出ることもあります。このように普段出ないメニューが出されることで話題にもなり、楽しく給食を食べることができず。また、それぞれの行事で何を食べるかなど、行事について知る機会にもなると思います。実際に献立表を見ると、その行事についての説明が書かれてありました。給食を通して年中行事も学ぶことができるのは、とてもいいなと思いました。



二つ目の工夫は、苫小牧の食材を使った料理を提供しているということです。献立表を見ると、毎月、もやしやしめじなどの苫小牧産の食材を使用していることが分かります。また、ご飯は、胆振地方産のもの。パンは、道内産小麦百パーセントで作られているそうです。地元の食材を使っているというのは、とてもすばらしいことだし、食料自給率を上げるためにも、これからも続けてほしいと思いました。

三つ目の工夫は、私たちが飽きないように給食を作っているところです。ご飯の日が連続で続かないように、一週間の主食がご飯・パン・ご飯・麺・ご飯になっていたり、主菜もかたよりがないようになっていたり、デザートが週に一回は入るようになっていて、そこも私たちが飽きないようにするための工夫なのではないかと思いました。

このように給食は、いろいろな工夫がされています。きっとこの他にもたくさん工夫がされて給食はできているんだと思います。最近、給食を残してしまうことが多くなっていましたが、私たちの健康のために作ってくださった給食なので、改めて食べ残しには気を付けようと思いました。また、献立表を詳しく見てみることで、行事についてなどいろいろな情報を知ることができることが分かったので、これから時間があるときに読んでみようと思いました。

今は、給食を食べることが当たり前でありがたみを忘れがちだけれど、給食が食べられるありがたみを感じながら、これからもみんなと楽しく給食を食べられたらいいなと思います。

「学校給食は神」

よく、学校給食に対する不満を聞く。しかし、僕は思う。学校給食は素晴らしい物である、と。

一八八九年、山形県の忠愛小学校におにぎりと漬物が配られた。給食の始まりである。その後も、パンなどが配られるように各地でなっていたが、一九四〇年代は食糧事情が悪化したため中断、戦後は再開され現在に至る。給食には、戦争の苦難が隠されているのだ。

では、そもそも学校給食のねらいは何か。それは、食育である。そう、欠食の児童のためではなく、教育の一環として導入されたのである。子供達に給食を通して、主に生命尊重や健康保持増進、食文化への理解を深めることなどを食育という。法律でも「学校給食法」が定められており、財政の弱い地方でも補助金によって全児童への完全給食を可能にしたのである。



冒頭で「学校給食は素晴らしいものである。」と述べた。

まず、栄養の面で見てもよい。学校給食の献立は、専門の栄養士が考えたものとなっている。必ず毎日の給食に五大栄養素全てが入るように作られており、また、中学生が摂るべき栄養素の量も考慮されている。例えば、ある日の給食を見ると、ごはん・さ

つま汁・かれの竜田揚げ・十種類の野菜ふりかけ・牛乳だ。しつかりと五大栄養素が含まれているではないか。また、食事の構成の主食・主菜・副菜・牛乳にも当てはまる。まさに中学生にうってつけなのである。これは、病院の食事でも同じ事だ。僕の聞いた話では、目の手術をして入院している患者には、ビタミンAなどを中心に献立を作ったりする。ただ、体に良さそうなものを気分ですべているわけではないのだ。

さらに、原材料について。苫小牧では、米は「ななつぼし」を使用し、時々苫小牧産の食材を使った「ほっきカレー」などのメニューが出ることもある。これを地産地消と言うが、どんなメリットがあるのか。それはまず、新鮮なうちに食べられるので美味しく、栄養価が高いということや、輸送の費用軽減、地域の食文化を受け継ぐことだ。メリットだらけではないか。そういった地域生産・地域消費の活動も、給食では行っている。と、いうことである。

給食というものは、食育を含めて子供の成長を促し、地域の食文化の伝統を受け継いだり、二酸化炭素の排出量を削減したりする、という働きがある。

つまり、「給食は神」である。



「給食センターからの愛」

キーンコーンカーンコーン。授業が終わり何気なく始まる給食の準備・・・。

皆さんは、給食を楽しみに毎日登校していますか。私は、小学校入学当時の頃、給食は少し苦手でした。幼児期に食べていた母のお弁当の味に慣れ親しんでいたせいでしょうか。毎日、給食を完食できずに残してしまう日々を過ごしていました。

その後、小学校の授業で、給食について学ぶ機会がありました。そこで私は、給食には沢山の方が私達児童のために栄養や食事のバランス、各地域の名産品を取り入れるなど、工夫をして提供して頂いていることや、残された給食の残食率を調査し、私達が美味しく楽しく給食を食べられるように考えて提供してくれていること。廃棄されてしまう給食がどの位の量なのかも教わりました。それから私は、「これじゃ駄目なんだ！」っと心から痛感しました。見たことがない料理に手を付けなかった自分に、見た目だけで苦手だと食べなかつた事に、凄く悪い事をしてしまっていました。と思いました。

給食は、「皆で班を作り、友達とワイワイ楽しく食べる。」では足りず、「皆で残さないように楽しく食べる！」に、考え方が変わりました。残念ながら今はコロナ禍なので、班を作ることも、おしゃべりもできず、少し寂しい給食の時間ではありますが、それでも、給食関係者の方々の愛情は給食から受け取り続けていま

す。そんな給食が食べられるのも、私は残り半年程となっていました。九年間お世話になる給食です。目には見えない愛情に何も気が付かずに過ごしたのは、とても淋しいことです。もし、今、「私、給食苦手だな。」って人がいるなら、私は給食がどんな風に考えられて作られているかを知ってもらいたいです。

食を通して、学ぶ事は多くあり、その身近にあるのが給食だと、私は思います。ただ、与えられた物を何も気に留めずに食べるだけでは、学べる事は何もありません。なので、もっと給食のこと、給食の材料を提供する農家の方々のこと、給食の残食を含む世の中の食品ロスまで、私はもっと知る、教える、一緒に考える食育が必要なのではないかと思っています。

給食センターへの見学など、社会科学学習を通して知る機会が、給食を身近に感じ、また、違う気持ちで給食の時間を楽しく過ごすことができる良い機会であったことに感謝しています。

皆さんはご存じでしょうか。苫小牧市のホームページで学校給食の人気メニューのレシピを公開してくれています。普段、給食を食べられない親や祖父母に作って食べさせてあげたり、一緒に作ったりすることも素敵な食育の一つですね。

九年間、私の身近にあった給食に感謝をして、私は中学校を、そして給食を卒業します。



「給食のメリット」

給食は、美味しく、さらに栄養満点で素晴らしいメニューだと思います。メニューのバリエーションも多く、飽きることなく毎日食べられます。地産地消に取り組んでいたりと、生徒が考えた献立が出たり、良い点がたくさんあります。

最近では、若者のカルシウム不足、偏った栄養摂取などにより、生活習慣病が増加するなど、健康課題が増えてきています。

しかし、給食のおかげで栄養バランスを整えることができ、健康な生活を送れている人が増えていると思います。また、成長期に必要な栄養も考えた献立のため、給食をしつかり食べることで、より一層たくましく体づくりができると思います。そのくらい給食は、大切な食事だと思います。

そして、先程も書いたように、給食は地産地消にも取り組んでいます。地産地消をすることによって、環境に優しかったり、食料自給率が上がったたり、食材の旬や産地についての理解を深められたりします。また、新鮮な作物を食べることができるなどの利点もあります。地域の事を考えながら給食を作るということは、とても素晴らしいと思います。

そして、生徒が考えた給食が出るという画期的な取組があります。子供達が、自分で献立を考える機会がない中で、このような



取組があることによって、今まで以上に栄養バランスを意識するようになったり、食に対して深く考えるきっかけになったりし、とても良い事だと思いました。そして、自分達が考えた献立が給食に出るということは、すごく喜ばしく、良い思い出になると思います。

このように、給食にはたくさんさんのメリットがありますが、一番のメリットは、「弁当を作る」という親の負担が無くなることだと思います。弁当を作るために朝早く起きたり、朝忙しくなったりと、給食が無かったら負担が増えると思うからです。

私は、これらの理由から、給食は大切だと思います。ちなみに、私は給食をおかわりしてしまうほど大好きです。もう、給食を食べるのも残り半年程しかないと悲しい気持ちになります。なので、残りわずかの期間、たくさん食べて体づくりをしていきたいと思っています。

そして、栄養バランスなどの食の知識についても、中学生のうちにはたくさん勉強していきたいと思っています。





苫小牧市学校給食会

令和3年10月発行

第1学校給食共同調理場

〒053-0053 苫小牧市柳町1丁目3番5号 0144-57-5881

第2学校給食共同調理場

〒059-1272 苫小牧市のぞみ町2丁目7番3号 0144-67-1815