

# 私たちは、**塩竈市学校給食栄養士会**です!

塩竈市学校給食栄養士会は、市内小中学校に配置された栄養教諭・栄養士で構成されています。月に一度、学校給食に関する意見交換会を開催し、学校給食の献立内容や食育の一層の充実化を図っています。会での活動は各学校において給食運営および、児童・生徒の適切な食育指導に生かされています。

## <栄養士会活動の様子>



8月には、魚市場の魚食普及スタジオ(調理室)を利用して、給食のレシピ開発に取り組みました。また、学校で実施している食育授業の様子を撮影し、見学会を行うことで、効果的な指導の方法について検討しました。

開発したレシピについては、11月10日に開催した教育フェスティバルで紹介しました。

1月24日～30日は、全国学校給食週間です。市内小中学校では、地場産物を活用した「ふるさと給食」が提供されます。

今回、塩竈市学校給食栄養士会で開発したレシピも活用していきます。右記のとおり、開発レシピの一例を紹介しますので、ご家庭でもぜひお試しください。

☎教育総務課保健食育係 ☎355-8461

## 開発レシピの一例

### のりスープ



#### 材料(5人分)

水	550cc	
A	干しいたけ…1個	[ 片栗粉…小さじ1 水…小さじ2
	絹ごし豆腐…1/3丁	
	もやし…1/2袋	鶏卵…1個
B	おろしにんにく…1㍻程度 (チューブ)	ネギ…15㍻程度
	中華スープの素…小さじ1	白ごま…小さじ1
	(鶏ガラスープの素でも可)	ごま油…小さじ1/2
	薄口しょうゆ…大さじ1	バラのり…5㍻
	黒こしょう…少々	塩…少々

#### 作り方

- ①干しいたけを水で戻し、細く切る。絹ごし豆腐はさいの目、ネギは小口切りに切る。
- ②550ccの水を鍋で沸かし、Aを煮る。
- ③具材が煮えたらBを加え、水で溶いた片栗粉を入れる。
- ④沸騰させた③に溶き卵を回し入れ、ネギ、白ごま、ごま油、バラのりを入れ、塩で味を調えたら完成。

バラのりは焼きのりをちぎっても代用が可能です



## 「はたちの献血」キャンペーン実施中!

—始めよう献血 君の勇気が命を救う—

「はたちの献血」は、献血者が減少しがちな冬期において、輸血に必要な血液を安定的に患者さんにお届けするため、新たに成人を迎える「はたち」の若者を中心に、広く献血に関する理解と協力を呼び掛けるキャンペーンです。

今年も1月1日から2月28日までの2カ月間にわたり全国で実施します。

昨今、急速な高齢化の進展により血液需要が増大する一方、10代から30代の献血者が減少しており、医療を支える血液の確保が危惧されています。将来を担う若い方からの献血が必要不可欠ですので、ご協力をお願いします。

☎生活福祉課総務係 ☎364-1131

### 1月の献血バスのお知らせ

とき 1月13日(日)  
10:00～11:45、13:00～16:30

ところ イオンタウン塩釜  
(マリンロードしおかせ)

※今後の献血の実施については、「広報しおがま」などでお知らせします。

