「乾しいたけ給食」の取組

1月15日㈬、東京都葛飾区立の小・中学校全74校、約2万9，000人の児童、生徒を対象に、乾しいたけを使ったメニューを味わう「乾しいたけ給食」が実施されました。

乾しいたけ給食は、国産乾しいたけの普及活動を行う「日本産・原木乾しいたけをすすめる会」と林野庁が連携し、子どもたちの食育の一環として、葛飾区立の全小中学校に対して乾しいたけを提供し、実現した取組です。

同会では、古くから日本の食文化と山村社会の形成に貢献してきた乾しいたけについてのおいしさや栄養などを知ってもらうことで、学校給食での利用拡大を目指したいとしています。

また同日、葛飾区立清和小学校では、給食に先立って4年生56人に、きのこに関する出張授業が行われました。授業ではきのこの種類や特徴、栽培方法、しいたけの栄養などについての説明が行われたほか、様々な種類のきのこ等が実物展示されました。

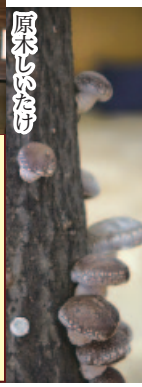
一般財団法人日本きのこ研究所の研究員・佐原隆太さんによる出張授業。

「乾しいたけには、骨を丈夫にするビタミンDや、老廃物の排せつを促すカリウム、便秘を予防する食物せんい等が豊富に含まれています。」

給食時間にメニューについて説明する清和小学校栄養士の筒井恵奈子さん。「太陽の光を浴びて栄養たっぷりの乾しいたけは骨を丈夫にします。マラソン大会でも疲れにくくなったり、早く走れるようになるかも。残さず食べましょう。」

出張授業が行われた視聴覚教室に10種類のきのこを展示。

「このきのこ（ほこりたけ）、指で押すと胞子が出てくるよ。」



清和小学校の乾しいたけ給食

- きのこピラフ
- 肉だんごスープ
- ごまドレッシングサラダ
- 牛乳

※きのこピラフには乾しいたけ、エリンギ、しめじが使われ、スープにも乾しいたけが使われています。

配膳前から「おなかのへる匂いがする」「はやく食べたい」と好評の声も出ていた乾しいたけ給食。

「今まで食べたきのこのなかで一番おいしい」（4年生女子）、「毎日でも食べたい」（4年生男子）と好評で、用意された給食もたちまち完食。

「実際に触れ、給食で食べることで、食わず嫌いだった子どもたちもしいたけが好きになっていきます。正しい知識を持ち、体験することが重要です」と語る清和小学校の朴木一史校長。