

令和7年度高知県学校給食衛生管理・食育研修会 実践発表

# 南国市の中学校給食 ～かがやく明日への人づくり～

南国市学校給食センター 所長 須藤 千佳  
南国市立鳶ヶ池中学校 栄養教諭 寺石 由依



南国市食育キャラクター  
こめおくん

令和7年7月24日  
高知県立県民文化ホール(オレンジ)

キャラクターデザイン  
高知県立高知東工業高等学校美術マンガ部



南国市食育キャラクター  
まいちゃん

# 南国市について



## のーがえい

※のーがえいとは土佐弁で「塩梅がよい」「ちょうどよい」「心地がよい」などの意味

南国市観光協会サイトより



人口 46,999人 (2020年8月31日現在)

県庁所在地  
JR後免（こごえ）  
です。  
『土佐日記』  
や、四国を  
あつた岡豊  
性的なカブ  
訪れる方か  
太平洋や二  
は坂本龍馬

人口推移 (2025年5月31日現在)

人口の詳細へ >

最新 >

人口 45,684 人 男性 / 21,856人 女性 / 23,828人 世帯数 22,769 世帯



南国市公式SNS



### 市章

市章は南国市の「ナ」の図案化で第一画のなす翼で飛躍発展を、第二画で団結と平和を示すもので伸びゆく南国市の姿を象徴しています。



### 市の花/タチバナ

白木谷は、県の指定を受けたタチバナの自生地。樹齢200年以上の木もあるほどです。白い清楚な花をつけ、実はミカンに似ており、奈良の昔から常世の木として珍重されました。



### 市の木/ヤマモモ

太陽の恵みを受けて梅雨の6月に熟す暗赤色の果実。海岸沿いに自生・栽培されており、十市は県内有数の産地。甘酸っぱい味は、郷愁を誘います。



### 市の鳥/オナガドリ

国の特別天然記念物に指定。長いものは尾が10m程にもなり、1年に約1m伸びます。白豚、褐色、白色の3種類があります。



### 市のPRキャラクター/シャモ番長

リーゼントがトレードマークの17歳(高校3年生)。市在住の高校生の提案によって生まれた南国市のPRキャラクターです。

4000年の歴史をもつ土佐打刃物など様々な産業があります。ごめんケンカシヤモや山地酪農、ヤギ牧場などの畜産業のほか、温暖な気候を生かしたシシトフ、シヨウガ、オウゴンなどの農業も盛んです。南国市での早場米、白木谷地区の四方竹、十市のヤマモモなど、南国市の様々な地域で育てられる農産物が広がっています。



国指定の伝統工芸品 /

土佐打刃物

土佐の刃物の歴史は古く、鎌倉後期から戦国時代にかけて、「武具刀剣専」の需要に応じて刀鍛冶「五郎左衛門吉光派」が繁栄。江戸時代には「土佐打刃物」として確立されました。土佐打刃物の特徴は日本刀の作刀技術から生まれ、引き離した「自由鍛造」、自在に形を作ることができる反面、鍛冶師には熟練が求められます。1998年、「経済産業大臣指定伝統工芸」に指定されました。



職人の技が光る逸品!



小さなガラス工房 透千

世界に一つだけのオリジナルガラスの製作ができるガラス工房、リサイクルガラスを利用した吹きガラス体験が人気です。



ミロク製作所

世界にシェアを広げる精密機械加工のミロクグループ、県内輸出企業のトップクラスを堅持しています。真鍮やクレー射撃銃技術の研のほかに、工作機械や自動車用木製ハンドルなどを製造しています。



1000 MILE City Guide Feature Industry in Nankoku City Nankoku City is home to a variety of industries, such as Toy-Uchiyama, a manufacturer with 400 years of history. Agriculture also flourishes, with sweet peppers, shiso, citrus, etc. Some of the region's warm climate, as featured industries such as Henka Shimo chickens, mountainous city farms, goat ranches, and more. Agriculture can be found in various parts of Nankoku City, such as the famous rice on the Kisha (Shochiku) (Kushu Sancho Shochu) (Kishida) region, and yamomomo (an peach) in Tact.

なんこくの秋の味覚 /

四方竹

四方竹の旬は、10月からわずか1ヶ月程度。秋しか味わえない希少な山の幸です。明治10年頃、南国市白木谷の方が中国から持ち帰ったのが始まりと言われていて、現在では白木谷の特産品となっています。切り口が四角いことから、この名がつけられていて、やわらかく、シャキシャキとした食感が特徴で漬物、炒め物、天ぷらなど様々な料理によく合います。

シャキシャキ食感がクセになる美味しさ



超早場米

超早場米や米の二期作で知られた高知の米どころ、南国市。現在では輸入自由化と減反によって二期作栽培は少なくなりましたが、全国有数の超早場米の産地として生き残っています。高知県でも最も広い、肥沃な穀倉地帯の年間生産高は、約14億円と県内トップです。

十市の亀蔵さんが発見!



亀蔵ヤマモモ原木

高知県の果花であるヤマモモは、太平洋沿岸の特に海岸線を中心に多く自生しています。肉厚でジューシーな実になるヤマモモとして人気の品種「亀蔵」は十市の島田亀蔵さんが発見、品種化に成功しました。亀蔵さんが発見した原木は今も十市に残っています。



パプリカ

新たな南国市の特産品を目指し、パプリカの栽培を行っています。オランダ式高耐高ハウスは、高さが5.5mもあり、最先端の環境制御設備を備えています。大きく肉厚で甘み強い希少な国産パプリカです。

まほろばトマト

土佐まほろばの果と、呼ばれる南国市で、水分を強力投入し、有機肥料を用い、減農薬で栽培した完熟のトマト。トマト本来の甘みと豊かな風味を持ったまほろばトマトは甘みとコクがギュッとつまった南国市ブランドトマトです。



南国市の野菜

南国市では冬期も温暖な気候を生かした、野菜や花などの施設園芸も盛んです。代表格の野菜は、シシトフ、シヨウガ、ピーマン、オクラ、小ナスなど。

## ごめんケンカシャモ

南国市の「ごめんケンカシャモ」は全国でも珍しい100%純血種。うまみ凝縮、ゆごたえ抜群のぼんまもんです。



南国市には他にもシャモ料理がいっぱいあるからね!



南国市PRキャラクター  
シャモ番長

## 十菜シャモあんぱりかた麵

「ごめんケンカシャモ」と十市の地元野菜を使ったご当地グルメです。食育の一環として南国市十市小学校児童とごめんシャモ研究会がタグを編み寄りました。2018年「土佐の食1グランプリ」で準優勝に輝いた逸品!

## 「坂本龍馬が愛したシャモ鍋」

### シャモ鍋社中

「ごめんケンカシャモ」を使用した料理を提供している飲食店が集まり「シャモ鍋社中」を結成。南国市の各所にて「ごめんケンカシャモ」を使った「シャモ鍋」が味わえます。

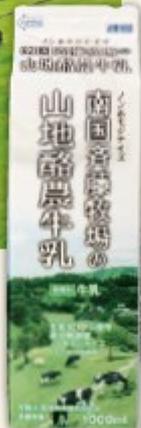
山の地形を生かした  
広大な牧草地で  
自由に育った  
乳牛です



## 完全放牧牛の生乳 100% /

## 斉藤牧場の山地酪農牛乳

南国市白木山の山頂に広がる広大な牧場で、散歩も食事も牛まかせの「完全放牧」で育てた健康な牛から採れる生乳を100%使用した、成分無調整の本物の牛乳です。



### ヤギミルク

川添ヤギ牧場が国産原料のみで飼育したヤギから搾乳した牛乳ならぬヤギ乳。栄養満点で消化に優しいヤギミルクは、臭みがなく飲みやすいと人気です。



## みんな大好き久保田のアイス /

## 久保田食品の冷菓

高知県民に馴染みの深い、地元高知の素材にこだわった冷凍食品で有名な久保田食品は南国市岡豊町にあります。豊かな自然の中で「南国のヤマモモ」などを使ったアイスキャンディーなどを作っています。



南国産  
パプリカ  
100%

## 「かける、からめる万能ソース」

### パプリカソース

「道の駅 南国・風見屋」と「地元生産者」共同開発のオリジナル商品です。地元産の赤パプリカを使って、「南国びじん」をコンセプトに、女性をからだの中から美人にするおいしさを追求した自産自作!化学調味料はもちろん、砂糖も使用していない安心のおいしさです。



## 「高知のソウルドリンク」

### リップル

南国市物部にある、ひまわり乳業のロングセラー乳酸菌飲料。40年以上にわたって販売されており、高知県民なら誰もが一度は飲んだ事のある定番飲料です。また物部の製造工場では平日限定で工場見学も実施しています。



## 「火曜日限定のスペシャルレストラン」

## 農家レストラン「まほろば畑」

道の駅南国「カフェレスト風見屋」が定休日となる火曜日に不定期でオープンする農家レストラン。南国市内の農家の女性が運営しています。料理は地元の旬野菜を中心としたバイキング形式で常時約20種類ものアイデア料理が並びます。



## やなせたかしが育ったまち

「アンパンマン」の生みの親「やなせたかし先生」は多感な少年時代を南国市ごめん町（当時は長岡郡後免町）で過ごしました。漫画家・デザイナー・詩人などマルチに活躍したやなせ先生の原点が、ここ南国市にあります。



南国市観光協会：やなせたかしゆかりのスポット

# 南国市の学校給食と食育



## 小学校給食

- 公立幼稚園 1園
- 小学校 13校
- 自校方式(直営)  
(うち1校のみ親子方式)
- 統一献立
- 栄養教諭・講師  
全小学校13校中6校へ各1名
- 食数 約2700食
- 小学校:1食単価 290円  
(うち保護者負担270円)  
幼稚園:1食単価270円  
(うち保護者負担30円)

## 中学校給食

- 平成29年12月 供給開始
- 中学校 4校
- センター方式(調理配送委託)
- 小学校の献立に準ずる
- 栄養教諭 1名(中学校籍)
- 食数 約1030食
- 1食単価 345円  
(うち保護者負担300円)

# 小学校における地場産米導入・ 家庭用電気炊飯器を使った 自校炊飯の取組

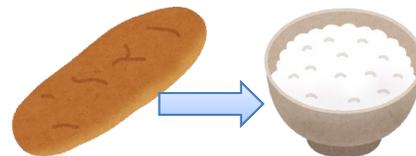


# 地場産米(中山間棚田米)導入と 自校炊飯の開始

## ○パンから米飯へ

昭和49年度:米飯給食 月1回の実施を開始

昭和52年度:米飯給食を全市に定着するため、委託炊飯開始  
月2回実施となる 以降徐々に米飯給食の頻度増



↓  
食べる時に、ご飯が冷めておいしくない。  
特に、冬場には残飯が多くなる。

## ○政府米から地場産米へ

? 米どころ南国市でなぜ他地域のお米を給食に出さなければならないのか?

「生産者のわかる安全安心なお米を子どもたちに食べさせたい」



教育長

平成9年度 地場産米(中山間棚田米)の導入を決定  
中山間地域活性化・農業振興策として



南国市役所

南国市公式Facebook

顔が見える農家の苦勞を感じ取り、  
感謝の心を身に着けることができる

相乗効果

顔が見える消費者のためにと意欲  
が湧く

付加価値を付けた学校給食を目指して温かく食べることのできる自校炊飯へ

# ご飯をさらにおいしく食べるためのアイデア →電気炊飯器の導入

○平成9年度～

自校炊飯に切り替えるための実験を2校で開始

1校:一括炊飯方式      **比較**      1校:家庭用電気炊飯方式

- ◇持ち運びが手軽で、コンパクトである。
- ◇家庭的な雰囲気である。
- ◇温かく、おいしく食べられ、食が進む。
- ◇残飯が少ない。



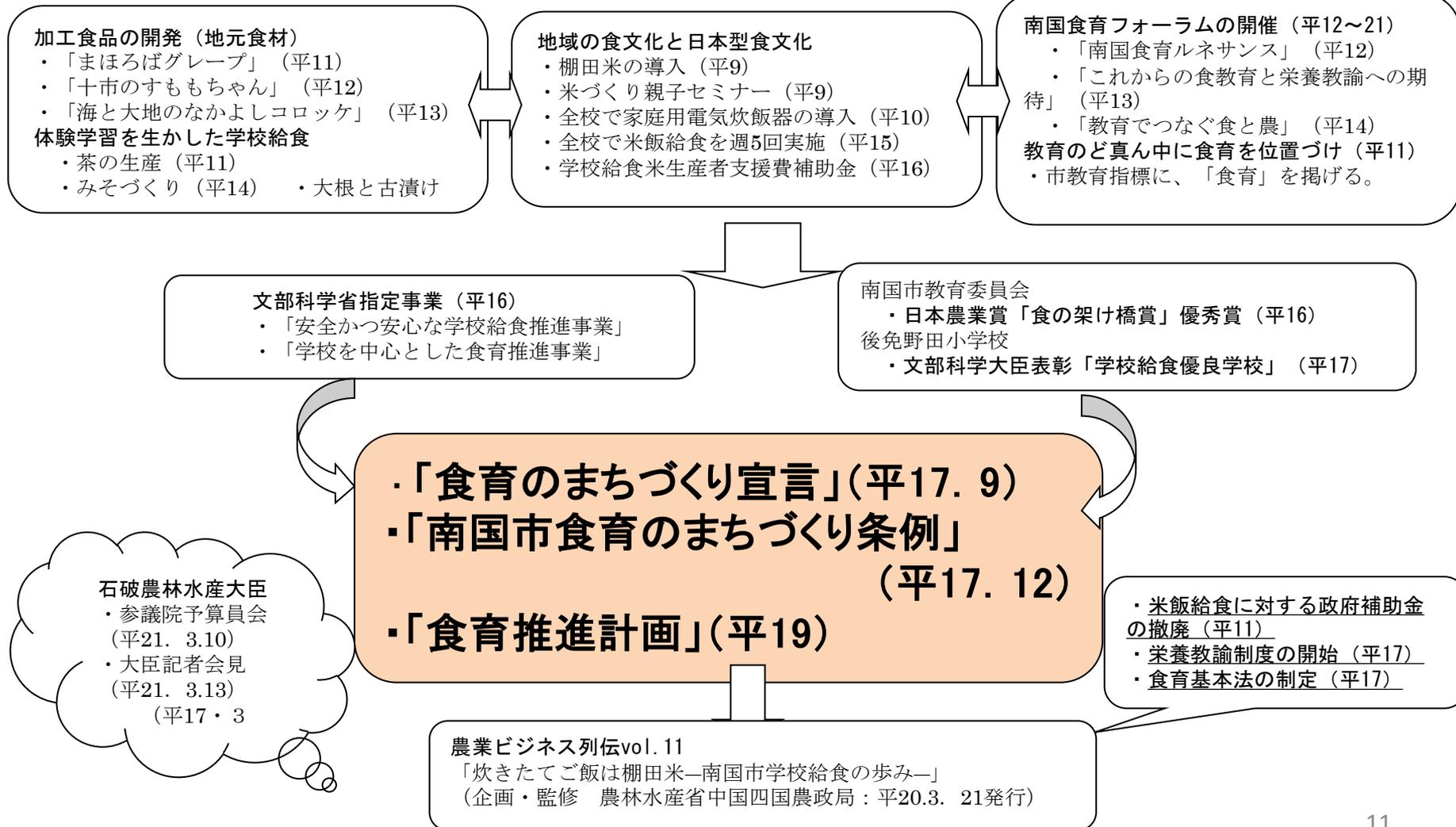
○平成10年12月

小学校全校で家庭用電気炊飯器による自校炊飯スタート

○平成12年度 無洗米導入

○平成15年度 小学校全校で米飯給食を週5回実施

# — 学校給食改革から始まった南国市の食育 —



# 南国市学校給食の歩みー文部科学省等指定事業ー

◆平成元年:「学校給食における学校・家庭・地域の連携推進事業」

(文部省、日本体育・学校健康センター)

\* 国府小学校(2年間)

◆平成9年:「栄養教育推進モデル事業」(文部省)

\* 国府小学校

◆平成16年:「学校を中心とした食育推進事業」(文部科学省)

\* 後免野田小学校(2年間)

◆平成16年:「安全かつ安心な学校給食推進事業」(文部科学省)

\* 教育委員会(2年間)

◆平成18年:「栄養教諭を中核とした学校・家庭・地域の連携による食育推進事業」

(文部科学省)

\* 後免野田小学校(1年間)

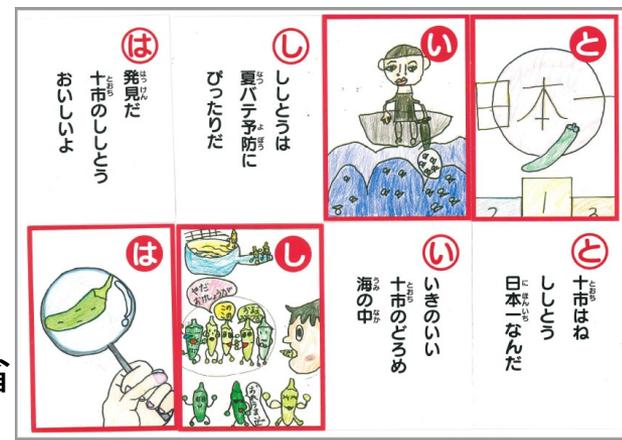
◆平成20年:「子どもの健康を育む総合食育推進事業」(文部科学省)

\* 教育委員会(1年間)

\* 食育学習プログラム～お弁当づくり～

◆平成27～28年:「スーパー食育スクール事業」(文部科学省)

\* 十市小学校



十市小学校 食育キャラクター しし十市郎(とおちろう)

# 重点項目1. 安全で良質、安価な物資の選定と供給 ～献立作成・物資選定部会の開催～

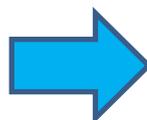
南国市学校給食運営委員会

## 献立作成部会

6月（2学期分）、10月（3学期分）

1月（翌年度1学期分）に実施。

栄養教諭・学校栄養職員、調理職員、保護者代表、学校長代表、事務局のメンバーで学期毎の献立を検討します。



## 物資選定部会

7月（2学期分）、11月（3学期分）、

2月（翌年度1学期分）に実施。

栄養教諭・学校栄養職員、調理職員、保護者代表、学校長代表、事務局のメンバーで学期毎の給食に使用する物資の選定を行います。



# 重点項目2. 地産地消の推進

地場産米の使用

小学校：中山間棚田米、中学校：平場米



農業高校提供食材の活用・連携

とうもろこし、玉ねぎ、じゃがいも、白菜の活用

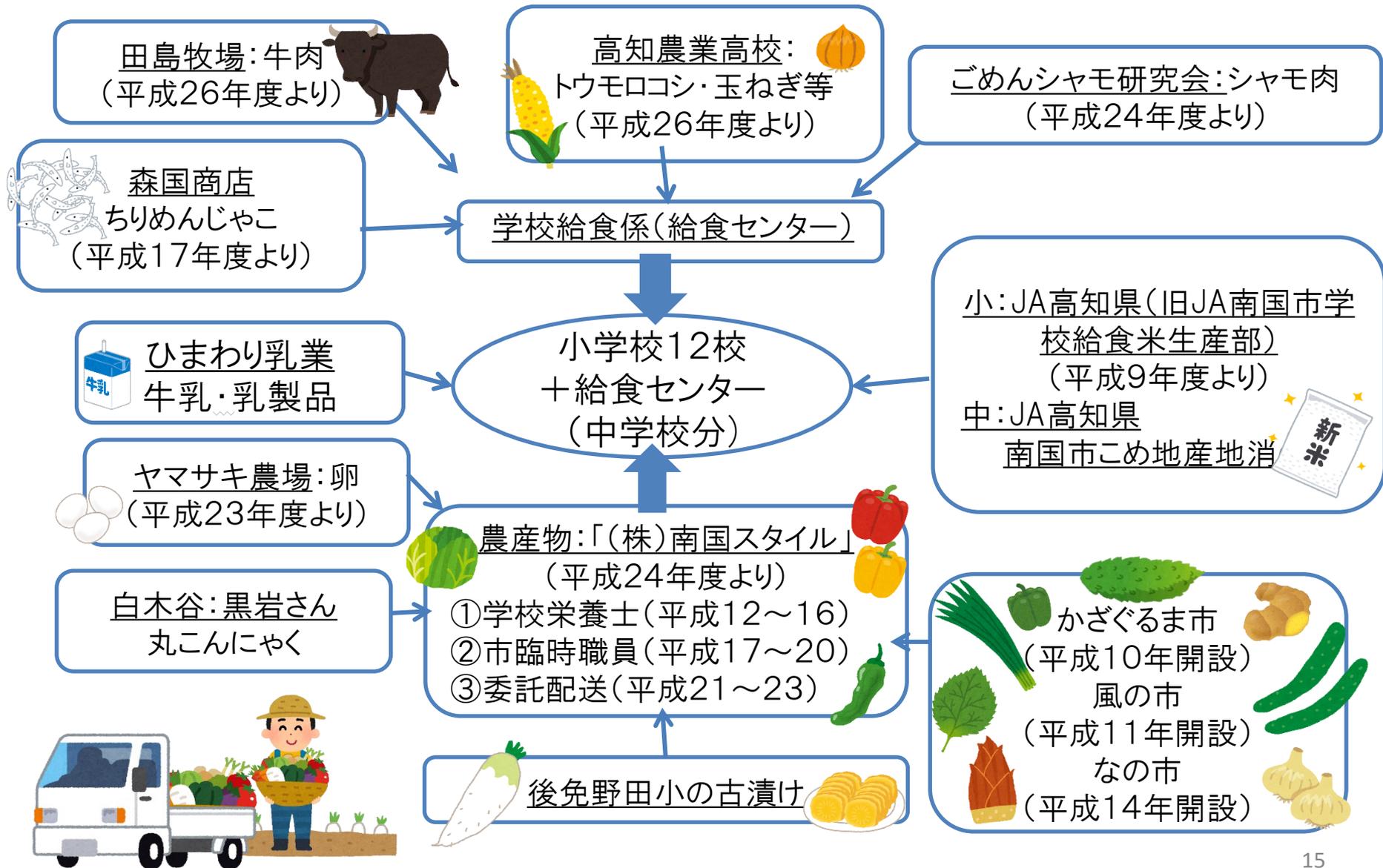


地場産品の活用

たけのこ、四方竹、卵、しらす干し、牛肉、パプリカ、丸こんにゃく、漬物、その他南国市産の野菜等の活用



# 学校給食における地場産物の納入状況



# 児童の体験学習

## 地元生産者と連携した取組の推進

後免野田小学校

南国スタイル協力の下、  
古漬け用大根の栽培・収穫体験

大根の種まき  
(9月)



大根の収穫  
(12月)



収穫した大根は竿に干され、地域の冬の風物詩「白壁」に。  
年末から漬け込まれ、半年後に古漬けの完成。

# 学校給食週間(1/24~1/30)

## 南国たっぷりの日



~令和4年度~

田島牛の牛めし

牛乳

すいとん汁

後免野田小学校の漬物

ぽんかん

南国市の田島牧場で育った牛肉を使った「田島牛の牛めし」、南国市産の野菜や丸こんにゃくをふんだんに使用した「すいとん汁」、後免野田小学校の児童が種まき・収穫をした大根で作った「漬物」、南国市岡豊地区でとれた「ぽんかん」が登場しました。

# 重点項目3. 学校給食を通しての食教育の推進

## 調理職員・栄養教諭による手作りみそ(平成元年度～)

毎年12月末に仕込み、4月の新学期から使う白みそ作りです。

全校分で40口(340kg)の白みそ「学校みそ」を仕込みます。



# 重点項目4. 衛生管理の充実

## 学校給食調理職員等夏季研修会 (市主催)

例年夏季休業中に実施

【対象者】 調理職員(臨時職員含む)・栄養教諭・学校栄養職員

【講義内容】 衛生管理研修、地元農業法人の取組紹介、  
アンガーマネジメント、応急処置法 など



# 重点項目5. 学校給食充実のための 家庭・地域への啓発活動の実施



**NANKOKU 給食だより**

## 学校給食のお米は南国市産

南国市の学校給食では、原則週5回ごはんが提供されます。小学校・中学校ともに、全て南国市産米を使用し、年に数回提供される米粉(パン)にも、南国市産米からできた米粉が使用されています。

小学校では、市北部の中山間地域で栽培されている棚田米(ヒノヒカリ)と、平野部でとれた平場米(コシヒカリ)を使用しており、家庭用電気炊飯器で炊飯していることが大きな特徴です。各校の給食室で炊飯した後、子どもたちが教室に炊飯器を運び、ほかほかのごはんを盛りつけていきます。

中学校では、平場米(コシヒカリ)を使用しています。学校給食センターで電気式連続炊飯器を使って炊飯し、保温食缶に入れて各校に運びます。



南国市役所



南国市役所  
4時間前

1月13日(金) 中学校給食

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・生菓子そおでん...もつと見る

1月10日お正月献立

1月13日



↑ 市公式  
FacebookへのQR  
コード



**NANKOKU 給食だより**

## しまろ 給食デビュー

南国市は、日本のシトウ産地です。シトウはストレスを受けると辛くなる性質があり、それを「あたり」と親しみを持って呼ぶことがあります。「しまろ」は、高知県が10年かけて開発した、辛くないシトウです。

昨年度、大塚小学校3年1組では、南国市の特産品であるシトウの生産量が日本一であることを知り、シトウを広める活動を行いました。

地域の農家の方々とながり、JAなどの協力も得て、栽培、収穫から販売まで、それぞれの現場で学び、収穫も体験しました。また、3月には「土曜市」で販売も行い、キャラクターを考案してPRに取り組みました。

そしてついには5月20日、「しまろ」が小学校給食に初登場!この日は「高知の食べものいっぱい入っちゃん」で、「高知家のスタミナ炒め」に使用しました。6月にはたちばな幼稚園、秋には中学校でも提供される予定です。

十市小には、食育キャラクター「しまろ」がいるよ!

市公式サイト  
「広報なんこく」へのQR  
コード→



# 南国市学校給食センター



# 南国市学校給食センター

- ・開設・・・平成29年12月1日
- ・食数・・・約1,030食／日  
(最大調理能力:1,600食／日)
- ・受配校・・・**中学校4校**
- ・形態・・・完全ドライシステム
- ・熱源・・・オール電化
- ・敷地面積 4,814.12m<sup>2</sup>
- ・建物面積 1階 1,196.34m<sup>2</sup>  
2階 384.87m<sup>2</sup>

# 人員構成・業務内容

南国市教育委員会事務局  
学校教育課 学校給食係

(人員構成 7名)

- ・所長
- ・栄養教諭 1名
- ・栄養士 1名
- ・事務職員 2名
- ・会計年度任用職員 2名

市立幼稚園・小学校給食も  
担当

(業務内容)

- ・献立作成
- ・栄養管理
- ・食材発注
- ・給食費徴収
- ・食材費支払い

# 委託業者

(人員構成 25名)

- ・調理 16名
- ・配膳員 5名
- ・配送員 2名
- ・洗浄・清掃 2名

(業務内容)

- ・給食調理業務
- ・配送回収及び配膳業務
- ・施設・設備の清掃及び  
安全点検業務
- ・衛生管理業務

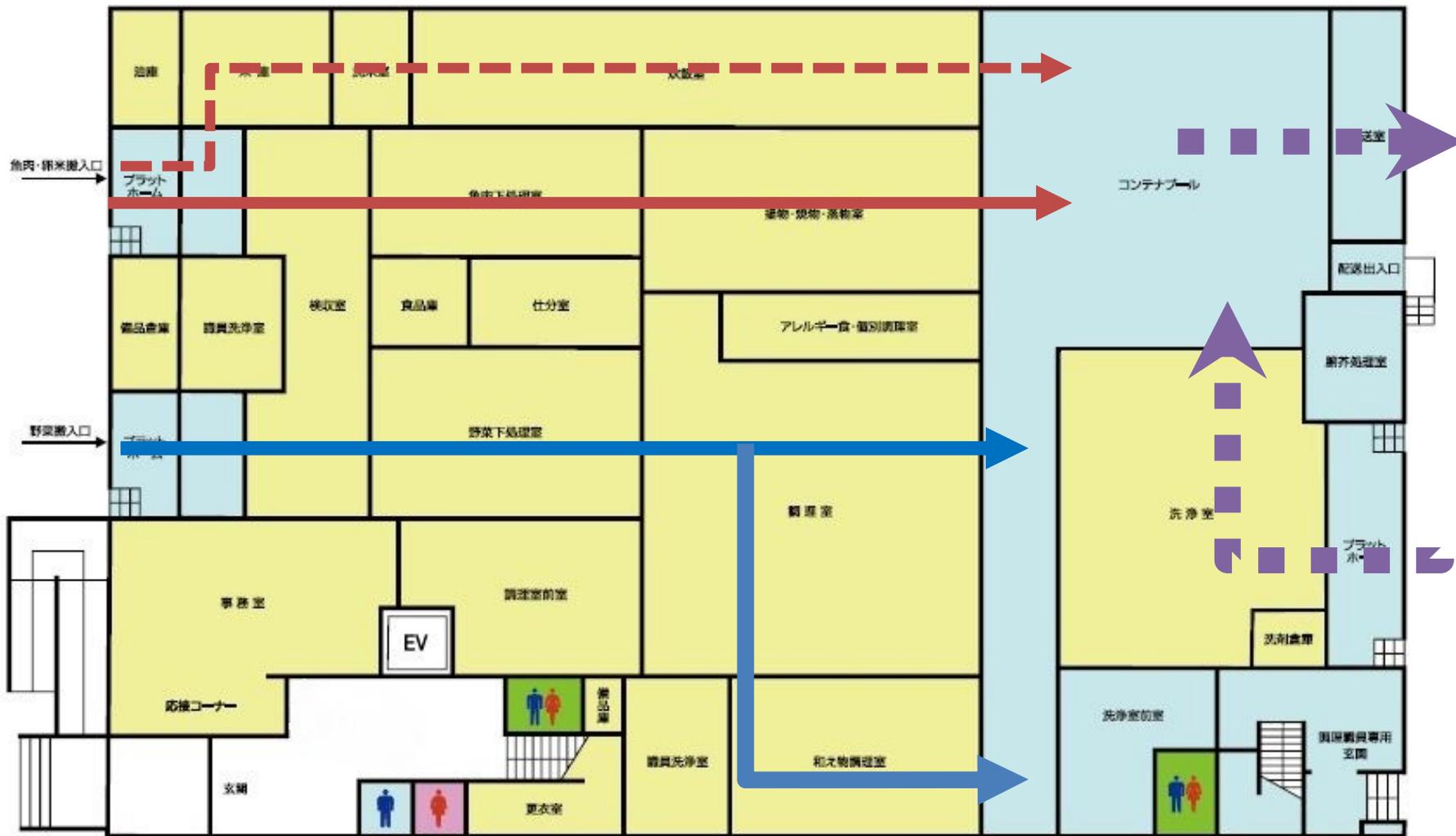
# 災害時における食料供給について

- ・災害時においては、食料供給拠点施設として、3,600食の炊飯を5回(18,800食分)行えることを想定。

米庫とローリングストックにより、常時、米1,880kgを備蓄。

自家発電装置の設置













2025/07/01 10:32:08

# 食育について

大切にしている「六育」

- ・「智」育
- ・「徳」育
- ・「体」育
- ・「食」育
- ・「才」育
- ・「防」育



- ・南国市学校給食センターでの取り組み
- ・所属校（鳶ヶ池中）での取り組み

高知の食べ物いっぱい入っちゃう日



シャモ番長

# 南国市学校給食センターの取組について

## ①地元食材・給食の充実

・南国スタイルの食材

・高知農業高校



# 南国市学校給食センターの取組について

- ・ 高知の食べ物いっぱい入っちゃう日



# 南国市学校給食センターの取組について

## ・千歳市との食材交流



千歳市食材交流献立



# 南国市学校給食センターの取組について

## ②給食時間の指導の充実

- ・ 小学校栄養教諭と連携した給食指導

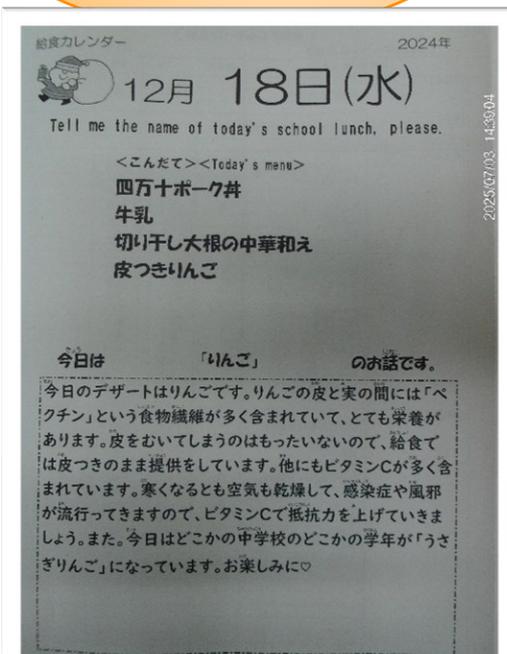


# 南国市学校給食センターの取組について

## ②給食時間の指導の充実

### ・各学校での給食放送

皮つきりんごの日、  
ある学年だけは、  
うさぎりんごに！



なつかしい



かわいい♡

# 南国市学校給食センターの取組について

## ②給食時間の指導の充実

### ・各学校での給食放送

小学校で開発した  
パンが中学校給食  
に初登場！



おいしい♡



いただきまーす！

給食カレンダー 2025年

7月4日(金)

Tell me the name of today's school lunch, please.

<こんだて><Today's menu>

ジンハニーパン  
ほうれん草と白アジウジュース  
鶏のからあげ  
小松菜のかつマヨあえ  
夏野菜のコンソメスープ

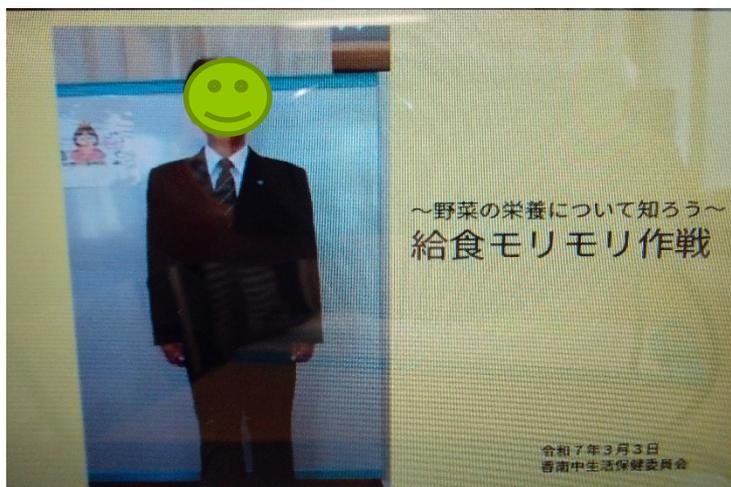
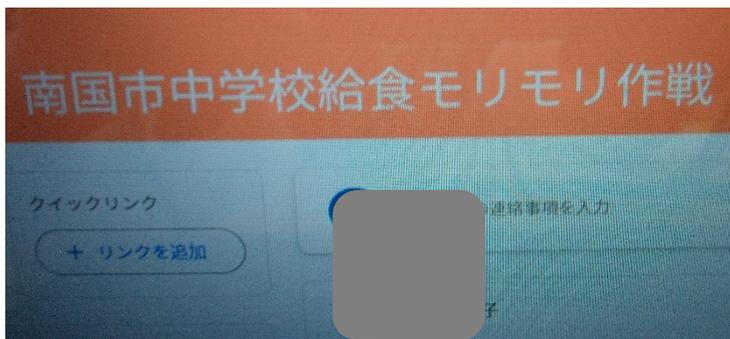
今日は「ジンハニーパン」のお話です。

ジンハニーパンは昨年度の長岡小6年生が県産米の消費量を増やしたいという目標を持ち、学んで行く中で開発されたパンです。米粉のパンに、ジン=ジンジャー(生姜)、ハニー=はちみつを加え、子どもからお年寄りまで食べられるように、考えられたそうです。何回も何回も試作を重ねた自信作だそうです。中学校給食では今日が初登場となります！味わって食べて下さい。

# 南国市学校給食センターの取組について

## ③ ICTの活用

- ・南国市養護教諭連絡協議会中学校部会との連携



# 所属校（鳶ヶ池中）での取り組みについて

- ① 毎日の巡回指導
- ② 先輩から後輩へ



# 所属校での取り組みについて

## ③ 掲示物の充実





**ご清聴ありがとうございました。**

**「南国市特産品 四方竹」**