



世田谷区から始めよう！

# 元気な子どもを育てる オーガニック給食

NPO法人 メダカのがっこう  
中村陽子



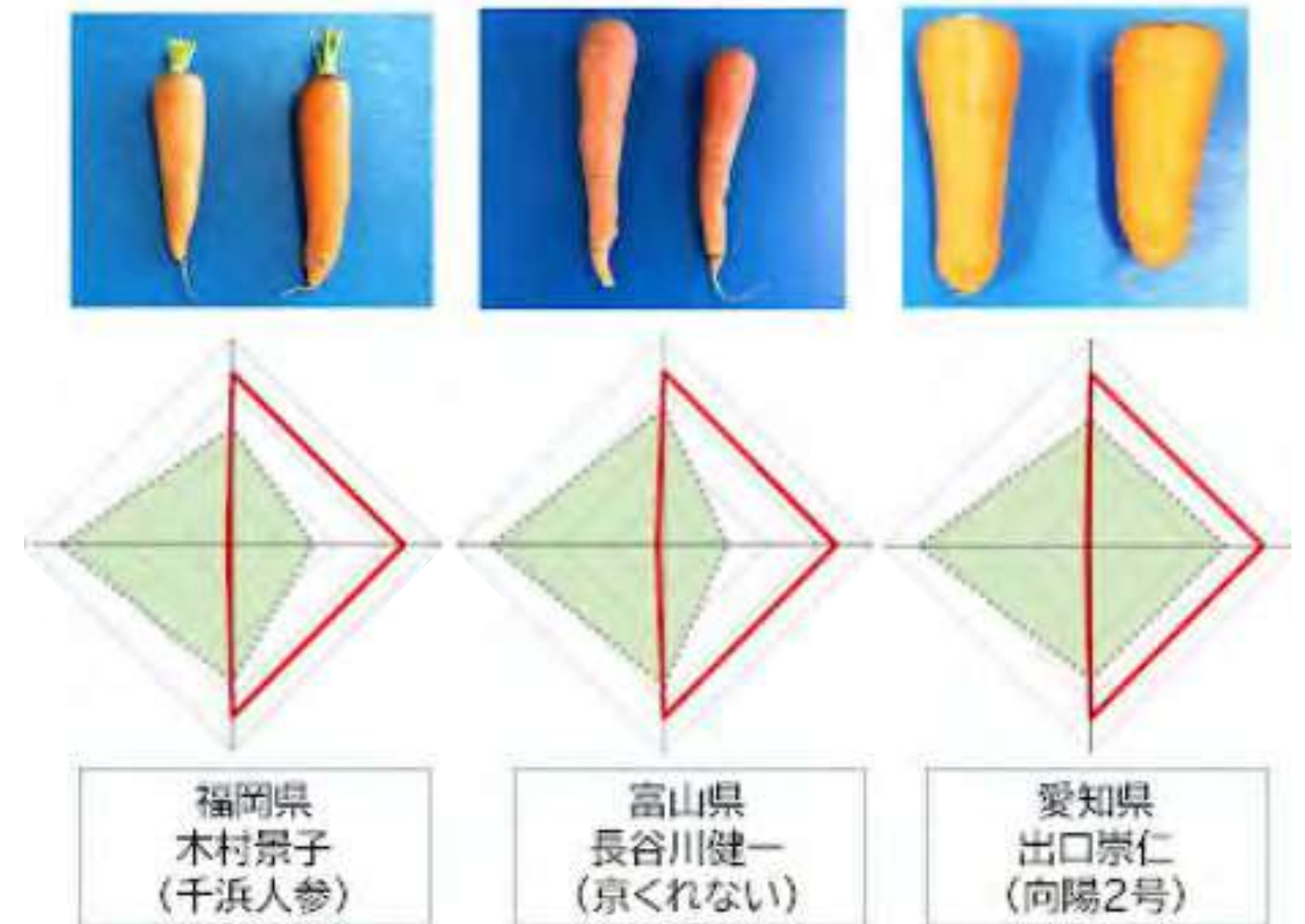
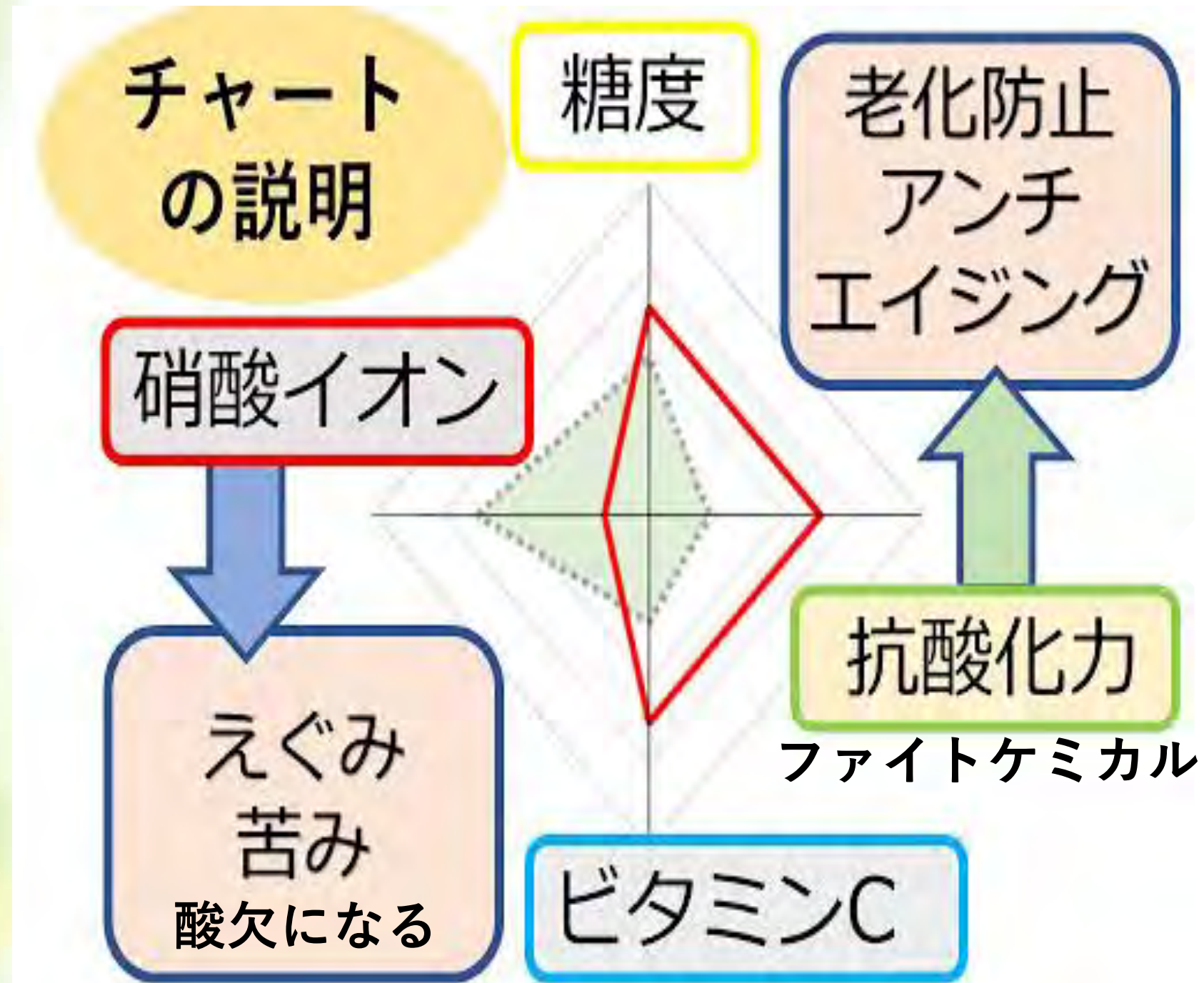


## 【給食が有機食材になると 子どもたちに『良いこと』がおきる】

- ①36.5度以上の子どもの割合が増えた  
(ミネラル・有機給食 仁尾小学校)
- ②年間の欠席日数が1/10になった  
(菌ちゃん野菜給食 マミー保育園)
- ③アトピーが改善したり、インフルエンザの欠席が減った  
(オーガニック和食給食 高取保育園)
- ④元気+集中して授業が受けられるようになった  
(無農薬米と和食給食 上田市の中学校、上記三か所)
- ⑤良い食べ物を選ぶ力が備わる  
(今治の地産地消給食)
- ⑥給食の完食率が上がり、残菜が減った

# 【なぜ有機給食は子どもを元気にするのか】

一般的野菜      有機野菜



2021 栄養価コンテストの結果から1例  
日本有機農業普及協会主催

# 【給食が有機食材になると 自治体に『良いこと』がおきる】

- ・ 有機米100%給食実施、8品目の有機野菜も一部から実現している  
千葉県いすみ市に起きた良いこと

- ①この町に住みたいという方や、この町で子育てしたいという移住者が増えた
- ②市民がよろこんで、市政への信頼が厚くなった
- ③有機農業面積が増え、生きものも増え、自然環境が良くなった
- ④有機農業に移行する方が出てきた
- ⑤有機農業を始める新規就農者が増えた
- ⑥給食の有機米が「いすみっこ」というブランド米になった

いすみ市  
農林課  
鮫田晋さん



YouTube→ <https://tinyurl.com/5a428hnw>



# 有機給食に移行する時の課題を考えてみる

有機農作物が  
足りない  
安定供給の問題

有機農作物と  
予算との差額は  
だれが負担するの？

有機農作物の  
大きさや量が  
納入基準に合わない

栄養士さんや  
調理師さんの  
負担がふえる？

まだ文科省が  
有機給食に  
動いていない



# 有機給食を実行している自治体が 安定供給のために取り組んでいること

有機農作物が  
足らない  
安定供給の問題

## 有機農業の推進

- ・ 有機農業の**技術研修**をする。（ex.民間稲作研究所 舘野廣幸さん）
  - 自然農法センター
  - 自然栽培農法 木村秋則さん
  - 中耕除草の自然農法 粕渕辰昭、荒生秀紀さん
  - 有機栽培技術 BLOF理論 小祝政明さん
  - 菌ちゃんふぁーむ 吉田俊道さん
- ・ 有機農作物を移行期間も含めて**高く買い上げる**。  
（韓国のように、**有機認証の費用を自治体が負担**する方法もある）
- ・ 有機認証にこだわることなく、**自治体独自の基準**をつくる。

# 有機農業技術 の紹介

有機農作物が  
足らない  
安定供給の問題



農薬も化学肥料も  
草取りも必要ない  
有機稲作教えます

民間稲作研究所



## 自然農法センター(公財 自然農法国際研究開発セ ンター)

70年以上の歴史を持つ無農薬栽培の研究、種子の維持管理販売、自然農法の研修、普及などを行っている。最近、長野県松川村、池田町など有機給食に使う有機米や野菜の栽培指導にあたっている。

## NPO法人民間稲作研究所

農薬を使わなくても草取りに苦労しない稲作技術を研究、米・麦・大豆の2年3作で日本の主要農作物の自給率を上げること、子どもたちを有機給食で健康に育てることに力を入れている。いすみ市や木更津市の有機米給食を支えた有機稲作技術の指導者でもある。

## 木村式自然栽培

奇跡のリンゴの木村秋則さんの稲作版。石川県羽咋市はじめ新潟県佐渡市他全国に広がっている。羽咋市の有機給食を支えている技術でもある。



## 吉田俊道(菌ちゃんふぁーむ)

雑草だけで土づくり、生ごみを漬物のように発酵させて土づくりし、病気にも虫にも強いファイトケミカルたっぷりの野菜を育てている。オーガニック和食給食の保育園を支えている。100%有機米給食のいすみ市の野菜栽培の指導にもあたっている。



## 小祝政明

(株) ジャパンバイオフィーム代表。毎年、栄養価コンテストを主催。経験や勘に頼るだけでなく客観的なデータを駆使した有機農業の実践を指導している。有機米給食100%を実現したいすみ市の野菜の栽培を指導している。著書に「有機栽培の基礎と実際」「小祝政明の実践講座」全4巻など多数。

## 木村式自然栽培 水稻マニュアル



## 【差額を解決している自治体の例】

有機農作物と  
予算との差額は  
だれが負担するの？

- ・ いすみ市や木更津市など実行している自治体のほとんどが、 **自治体負担**

### 差額の計算方法（例）

有機米と慣行米との価格差は147円/kg  
一食当たり85g、米飯支給回数月平均13.5回とすると  
 $147\text{円}/1,000 \times 85\text{g} \times 13.5\text{回} = 169\text{円}$

学校給食全量有機米に伴う

1か月の給食費値上げ分 169円 ←意外と安い！

YouTube→ <https://tinyurl.com/5a428hnw>



有機農作物と  
予算との差額は  
だれが負担するの？

## 差額を押さえる方法 3例

- ・ 武蔵野市は東京都で一番給食費が高いですが、それでも一食当たり わずか50円高。これで食材の水準が高い給食が何とか出来るのは、調理師さんたちが加工品を使わずすべて手作りしていることで、費用が抑えられている
- ・ 愛知県あま市では、デザートを減らして、調味料を変えた
- ・ フランスのオーガニック給食を支えているCPPの調理師さんたちによると、オーガニックの食材は料理法がシンプルになること、加工品を使わず、毎日手造りすることと、肉を食べない日を設けたことで費用が抑えられているとのこと

**オーガニック食材でシンプル料理を手作りすると費用が抑えられる**



# 【作る側の納入基準から食べる側の納入基準にする 武蔵野市の**食材選定基準**の例】

栄養士さんや  
調理師さんの  
負担がふえる？

## 【武蔵野市の主な 食材 選定基準】

- 米： 国内産、有機栽培・無農薬栽培・特別栽培等を優先する。指定生産者より購入
- パン： 学校給食会指定業者と、国産小麦による学校給食用パン供給契約を締結
- 牛乳： 飲用牛乳は低温殺菌牛乳であること（平成 29 年度より）
- 中華麺： 国内産小麦粉を使用したもの。無着色、無かんすい、卵不使用のもの
- うどん： 指定した盛岡・南部産の地粉、塩、水のみで製麺。埼玉県産（武蔵野台地）の小麦を使い製麺
- 肉・魚： 生産地、加工地などの履歴が確認できるもの。抗生物質不投与の家畜の肉  
毎月の給食物資選定委員会で、保護者, 校長会, 教員の代表, 栄養士が試食の上決定する
- 野菜・果物： 国内産、有機栽培・特別栽培及び市内産（地場）等を優先する
- 卵： 自家配合飼料（非遺伝子組換えの飼料）、抗生物質不投与の環境で育てられた国産鶏の卵
- 調味料類： 食品添加物、保存料・着色料無添加のもので、使用材料が極力わかるもの
- サラダ油： 遺伝子組み換えでない菜種を 100%使用したもの、ノルマルヘキサン処理をしていない

武蔵野市では自校式4校、2センター方式という形でもできている  
人員は拡充している

## 【負担が増える有機野菜導入を乗り越えた自治体の例】

野菜を洗う作業が大変になり、大きさが揃わなくなる  
ので、扱いに手間がかかる  
(泥付き野菜は調理場に持ち込めない、機械で洗えないなど)

栄養士さんや  
調理師さんの  
負担がふえる？

→長年有機給食を実行している、武蔵野市や今治市の栄養士さんや  
調理師さんの取り組みを伝える

調理室の外に野菜の洗い場がある(武蔵野市)



## いすみ市の例

JAや直売所の協力で集荷（保管・精米）→納品  
野菜規格も市が作成

お米はJAの普通の倉庫(低温倉庫)に保管、  
JAの精米所で週一回精米してセンターに納品。  
野菜は、有機野菜連絡部会(事務局：いすみ市農林課)  
の会員農家→ ごじゃ箱(直売所)→ 給食センター に納品  
野菜の場合、間に地産地消コーディネーター(農林課職員)が調整  
給食向けの野菜規格もコーディネーターが中心となり作成。  
給食に必要な野菜のロットを直売所でつくり、センターに納品



## 富士市の学校の例

民間の有機農家シードバンクが集荷

静岡県立富士特別支援学校の月1回のオーガニック給食は、富士山麓有機農家シードバンクの提案で始まり、地元で有機野菜を直売しているSeedCafeの店舗に集荷し、シードバンクがまとめて学校へ納品している。保護者有志が「野菜洗い隊」を作って納品。





栄養士さんや  
調理師さんの  
負担がふえる？

武蔵野市の栄養士さんは、  
虫が入っていたというクレームが来ても動じない

なぜ？

**「農薬・添加物・遺伝子組み換え食品などは、  
予防原則に従って回避する」**

という子どもを守る覚悟があるから

**「食材選定基準」** という方針があるから

# 【有機食材に変えやすい順番】

栄養士さんや  
調理師さんの  
負担がふえる？

- ①小麦を国産にする
- ②お米を有機米にする
- ③調味料を国産の米や大豆や小麦で作ったもの、遺伝子組み換えや添加物を使用していないものにする
- ④干物や海藻も吟味したものにする

↑ここまでは調理師さんの作業が増えないので比較的に変えやすい



【実行は『できるところから、1日から、1品目から、1品目の一部から』】

## 今治市の事例

- ・有機栽培がしやすい野菜(玉ねぎ、人参、大根、ジャガイモなどの根菜類)は90%以上有機のものもある

作りやすい野菜は？ 保管しやすい野菜は？

平成23年度立花地区学校給食に占める有機野菜・果物の割合(品目別)

|       |         |         |      | (kg) (%) |       |      |      |
|-------|---------|---------|------|----------|-------|------|------|
| 品 目   | 使用数量    | 内有機量    | 有機割合 | 品 目      | 使用数量  | 内有機量 | 有機割合 |
| たまねぎ  | 5,920.0 | 5,900.7 | 99.7 | ピーマン     | 217.1 | 6.5  | 3.0  |
| じゃがいも | 4,122.4 | 1,500.7 | 36.4 | 白ねぎ      | 190.7 | 83.8 | 43.9 |
| にんじん  | 3,056.1 | 486.0   | 15.9 | かぶ       | 173.9 | 5.6  | 3.2  |
| キュウリ  | 2,852.5 | 1,264.1 | 44.3 | トマト      | 153.3 | 50.1 | 32.7 |
| キャベツ  | 2,832.6 | 215.7   | 7.6  | みずな      | 145.6 | 8.0  | 5.5  |
| はくさい  | 1,320.1 | 112.7   | 8.5  | なす       | 144.1 | 11.9 | 8.3  |
| だいこん  | 1,305.1 | 892.2   | 68.4 | ミニトマト    | 118.2 | 4.0  | 3.4  |

YouTube→ <https://tinyurl.com/5a428hnw>



- ・ 難しい野菜は、有機栽培が可能な旬の次期だけ入れたり、それも全部まかなえない場合は、近隣の市町村、愛媛県などと範囲を広げて地産地消の方向性を実行している

## どこから有機を始めていくのか？

◎乃万調理場（1,129食）における主要野菜使用量

単位：kg

|     | 人 参   | 玉 葱 | 馬鈴薯 | 大 根 | ピーマン | 里 芋 | 胡 瓜 | 胡 瓜<br>(本) | レタス | トマト | トマト<br>(個) | アボカド<br>(11°ツカ) | な す  |
|-----|-------|-----|-----|-----|------|-----|-----|------------|-----|-----|------------|-----------------|------|
| 4月  | 131   | 288 | 178 | 74  | 0    | 0   | 160 | 0          | 38  | 40  | 0          | 0               | 0    |
| 5月  | 408   | 424 | 383 | 129 | 29.5 | 0   | 184 | 0          | 84  | 13  | 192        | 0               | 0    |
| 6月  | 353   | 558 | 277 | 97  | 21   | 0   | 206 | 0          | 47  | 27  | 0          | 140             | 46   |
| 7月  | 193   | 302 | 34  | 43  | 20   | 0   | 106 | 48         | 49  | 37  | 0          | 142             | 93.5 |
| 9月  | 308   | 431 | 97  | 92  | 19   | 38  | 150 | 0          | 90  | 13  | 285        | 0               | 57   |
| 10月 | 357   | 493 | 332 | 129 | 5    | 136 | 167 | 0          | 65  | 33  | 0          | 138             | 0    |
| 11月 | 290   | 395 | 171 | 152 | 53   | 126 | 130 | 58         | 62  | 9   | 0          | 131             | 40   |
| 12月 | 253   | 397 | 147 | 70  | 26   | 74  | 114 | 49         | 42  | 0   | 192        | 0               | 9    |
| 1月  | 286   | 348 | 181 | 200 | 24   | 113 | 114 | 0          | 69  | 24  | 0          | 0               | 0    |
| 2月  | 355   | 738 | 398 | 116 | 22   | 122 | 138 | 0          | 63  | 12  | 0          | 165             | 0    |
| 3月  | 217.5 | 383 | 180 | 127 | 20   | 0   | 112 | 49         | 56  | 12  | 0          | 67              | 0    |



# 最終目標は 有機のまちづくり条例！

個人の  
取り組み

自治体の  
個々の課の  
取り組み

まちづくり  
条例

まち全体のメリットに対して、見合う予算をつけることができる！

# 有機給食が含まれた、人と物とお金が循環する オーガニックシティーマップの案制作もおすすめ





## 【今、有機の風が吹いている！】

- ・ 2022年、農水省が「みどりの食料システム戦略」で有機農地面積を2050年までに25%約100万ヘクタールに広げる目標を掲げ、そのために公共調達の出口の1つとして学校給食を挙げている
- ・ 2022年2月25日環境省のグリーン購入法のなかで、有機農産物の調達が推薦され、国立の小中高校への導入も推薦されている

苦勞されてきた農家の方たちが、大きく変われるときが来た！

→**応援できるのは有機給食の活動をしている市民！**

# 【名を取るより実を取れ】

有機やオーガニックという言葉に、抵抗を感じる方たちがいる場合  
この言葉を使わなくても、子どもが元気になればよい

- ・「素性の分かる安全給食」  
(50年前に武蔵野市の境南小学校で使った言葉)
- ・「和食に還れ」  
(50年前に高取保育園西福江園長が使った言葉)
- ・「ミネラル給食」  
(無農薬の野菜や小魚のふりかけを  
導入した保育園などで使った言葉)
- ・「地産地消の給食」  
(今治市で始めた時の言葉)

→ **中身は有機食材をできるだけ導入している**





## 【日本には有機給食が実現する素地がある】

- 日本には、食で健康な心身を作るという歴史がある  
貝原益軒の食養生、石塚左玄の「食物養生法」、桜沢如一のマクロビオティックなど、世界を席卷した食事療法、食育の始まりが日本
- 自然農法の哲学は日本発  
自然農法の原点である福岡正信さんの「わら一本の革命」は20か国語に訳され、世界の福岡となっている
- 有機農業技術は世界最高水準  
日本の有機農業技術は、高温多湿という厳しい気候条件下で練られたものなので、世界最高水準である
- 子どもを慈しみ大切に育てる心は世界一

→だから、**日本中どの自治体でも有機給食は実現できます！**



課題  
できない理由



子どもが元気に育つ  
希望あるまち



私たちは、  
命を優先する農家と手を結び  
生きる環境と安全な食糧に困らない  
日本を次世代に残せるような  
先祖になります。