

佐久穂の  
給食は、  
おいしい



佐久穂八ヶ岳野辺山高原3.6牛乳

佐久穂八ヶ岳野辺山高原3.6牛乳は、乳脂肪分3.6%以上のおいしい牛乳です。この八ヶ岳の自然を背景にした工場から、新鮮に毎日お届けしています。

栄養成分表(1コップ1杯200ml当たり)

エネルギー	134kcal	炭水化物	9.5g
たんぱく質	6.8g	食塩相当量	0.2g
脂質	7.8g	カルシウム	227mg

(1杯)ヤシロン調べ

保存方法：要冷蔵10℃以下



## 長野県 佐久穂町 ちいさな町の給食のおはなし

はじめに

長野県南佐久郡佐久穂町。信州の東端に位置し、都心とのアクセスも良好ながら、山があり、川があり、自然の近さに日々清々しさを感じられる人口約二万一千人のちいさな町。

この町に子連れで移住した私は、子どもたちが都会にはない恵まれた環境で育っていることに驚きの連続でした。その一つが「給食」。

東信地域の晴天率の高さ、朝晩はキュッと身が引き締まる寒暖差、八ヶ岳から届く風、水：食べ物を美味しくする風土の中で、地域の愛をギュッと詰め込んだ給食。

全国的に見て給食の形は様々で、給食がない地域もある一方で、佐久穂町では当たり前「おいしい」「あたたかい」「あんなに給食が食べられている」。

地元の人たちにとってはもはや当たり前なことが、この町の当たり前じゃない魅力に感じられてなりません。

移住前にこのことを知っていたら、それだけで移住の決め手になったかもしれません。

そんな都会から来た移住者の私の目から見た佐久穂町の給食の記録です。

佐久穂町地域おこし協力隊

山上雅子



# おいしい給食は、地域ぐるみ。



給食に使われる食材は、地元産ばかり。産地との距離の近さはもちろん、町の生産者と学校が手を取り合っているからこそできること。新鮮で、生産者の顔もきちんと見える安心なものが、当たり前前に食べられる幸せ。

地域が抱く思いは、ひとつ。  
「子どもたちが健やかに育ってほしい」  
そのまごころと縁でつくる、給食。  
子どもたちを安心感で包みます。



生産者招待給食



# 「給食がおいしい」って当たり前？

二〇一五年、町内の三つの小学校と二つの中学校が統合し、佐久穂町立佐久穂小・中学校はできました。小中一貫校の給食は、広い校舎内にある給食室でつくられています。

自校式給食は温かい。  
「早く食べないと冷めちゃうよ！」  
写真を撮っていたらある児童から  
そう声をかけられハツとした。  
そうか、給食って温かいのか。

その温かさを何の疑問もなく当たり前前に感じられ育つ九年間。  
その「温かさ」は、単純な温度の話だけではなかったのです。





食材にも、  
触れてみる。

「食育」なんて難しいこと、今すぐには  
伝わらないかもしれない。  
ただ、作った人の姿を見つめ、その思いに  
耳を傾ける。  
毎日の給食に込められているいろんな人  
の思いに触れるこの瞬間。  
この積み重ねは、いつか子どもたちにしみ  
渡るはず。  
毎年、給食に使う食材を子どもたちが自  
分たちの手で収穫・生産し、仕入れます。  
小学校三年生では、佐久穂町の特産で  
ある果物(ブルーベリー、ブルーン、リンゴ)  
の収穫。  
五年生では米作り  
(田植え〜稲刈り〜脱穀)。  
生産者さんから直接教わり、思いを聞く  
体験を通して、子どもたちは何を感じる  
でしょうか。  
大人になって振り返ったとき、残る何か  
があるのではないだろうか。

畑から、きみたちの口に届くまで。

「佐久穂の子どもたちに、地元の野菜  
はおいしい!」って思ってもらいたい」

いそベジ農場では、有機JAS認証を  
取得した有機野菜を市場に出荷して  
います。

そこで育てられた農薬や化学肥料を  
使用していない新鮮な野菜も給食で  
使われています。

「みんなに胸を張れる野菜をつくら  
ていきたい」

佐久穂町では、地産地消にも積極的に  
取り組み、おいしい野菜が育つ環境で  
あるということを日々の給食で子ども  
たちにも伝えていきます。

太陽と愛情がいっぱい込められ、キラ  
キラと輝く美しい野菜たちが今日も  
学校給食へと送り出されています。



## この地域ならではの「さくほ給食」

「さくほ給食」の日は、この町ならではの献立がずらりと並ぶ。  
 主食も、おかずも、汁物も、デザートも、地元食材のフルコース！  
 自分たちの暮らす地域の歴史や風土を、「おいしい」で学ぶ。  
 忘れられない地域の味やぬくもりが愛着として残っていくように。



## 給食室から、いつも見守っているよ。



### 佐久穂町にある私立小学校の新しい取り組み～私立大日向小学校～

佐久穂町には、イェナプラン教育に基づいた日本初の学校「私立大日向小学校」もあります。  
 廃校となってしまった旧佐久東小学校の校舎が利用されており、かつてのランチルームを「大日向食堂」として再生させ、お昼の時間になると子どもたちが思い思い自由に食事を楽しんでいます。  
 大日向小学校の給食は、「給食」と呼ばず「学校ごはん」と呼ぶのだそう。  
 佐久穂産の食材も取り入れたメニューが日々を彩り、大人も子どもも誰もがワクワクするような幸せな時間をつくり出しています。  
 二〇一九年の開校時から、一般にも開放され地域の皆さんとの接点としても機能しています。  
 二〇二二年二月現在、感染症対策の観点から一般開放は見合わせております。



例えば、スポーツの大会が近くなると「カツ丼」。おうちのご飯に負けないくらいの愛情と工夫を。  
 「子どもたちに毎日会って、反応も直に受け取れる。食べ手が見える。苦手も分かる。  
 だからこそいろんな味の体験をしてもらいたくなる」  
 と話す栄養教諭の胡沢先生。

給食用物資納入業者

佐久穂町農産物直売所

八千穂漁業

須田商店

橋本屋

(有)正木屋商店

(株)マルヒデ

(有)福嶋屋

ミート&デリカ やまぐち

相馬醤油(資)

山本屋靴店

(有)四ツ目屋

協同食品(株)長野工場

(株)佐久浅間ライフナー生活宅配センター

(有)古越製麺所

(株)ナガキュウ

(公財)長野県学校給食会

(有)光食品

細萱商店

(有)炊飯センター柳澤

(株)ヤツレン

※2020年の情報です。

発行年月2021年2月 取材期間2018年～2020年

企画・写真・文 佐久穂町地域おこし協力隊 山上雅子

編集・ディレクション team OHAYASHI

発行 佐久穂町役場総合政策課

長野県南佐久郡佐久穂町大字高野町569番地

0267-86-2553



おいしい給食が、つくりあげるもの。

いつも当たり前にある「おいしい」は、

子どもたちを温かな愛情で包み、体と心を育てていく。

その「当たり前じゃない」贅沢を「当たり前」にする、つながり。

ちいさな町ならではのこそ自然に紡がれていく思いと縁。

「子どもたちの笑顔が見たいから」

ただその優しさでつくられている給食。

だから佐久穂の給食は、おいしい。