

# 楽しさは 美味しさの調味料

# mil・meal

ミ ル ミ ー ル

2012年4月号

発行責任者 ミールケア編集室  
発行所 株式会社ミールケア  
〒380-0921 長野県長野市栗田8番地1  
TEL.026-269-8800 FAX.026-269-8813  
<http://www.mealcare.co.jp>  
<http://www.mealma-ma.com>  
連絡先 フリーダイヤル0120-088-348  
E-mail : [info@mealcare.co.jp](mailto:info@mealcare.co.jp)

- 1 お客様訪問  
学校法人 泉ヶ丘学園 まこと幼稚園
- 3 みーる劇団長野公演、大盛況に終わる
- 5 本物の追求 みーるの“だし”
- 7 ミールケアオリジナル食「やわらぎ食」完成  
行事食：桃の節句「ひなまつり」
- 9 ミールケアNEWS  
「ぱくぱくだより」発刊100号を迎えて  
平成24年度入社式 祝！入社おめでとう！
- 11 みーる劇団 in 関東



## お客様訪問

学校法人 泉ヶ丘学園 まこと幼稚園  
埼玉県熊谷市上之1355 TEL.048-524-1261

# まこと幼稚園

## 「みつめたい、心の歩み」

あたたかく見守り、共に成長していきたいという強い思いから日々子どもたちと向き合っておられるまこと幼稚園様。閑静な住宅の中に、子どもたちの元気な声が今日も聞こえてきます。今回の施設様紹介は泉ヶ丘学園「まこと幼稚園」様を紹介いたします。



「優しい思いやりのある子」  
「明るい元気な子」  
「何事にもがんばる子」  
この3つを保育の目標として、幼児期にふさわしい環境の下、友達や先生と楽しく充実した幼稚園生活をしてほしい、また、人として生き

### 食を大切に

自園給食を開始して、子どもたちに変化がみられました。野菜や魚をよく食べ、たくさんおかわりをするので、子どもたちの身体つきもしっかりしてきたことから、改めて食の大切さ、成長の喜びを実感しています。  
おいしい給食を子どもたちが大好きになり、また家庭でも野菜や魚をよく食べるようになったと保護者の方にも喜んでいただいています。

### おわりに

「みつめたい、こころのあゆみ」  
このスローガンには、あたたかく子どもたちをも見守り、共に成長していきたいという私たちの思いが込められています。  
まこと幼稚園は、日常の保育や遊びを通して、自然に学び、成長続ける子どもたちに心地よい環境作りを、と考えています。さらに環境を整え、これからもより良い保育を続けていきたいと思っています。  
(柵澤忠勝園長先生)

### さんまの食育

受託後ほどよくして、ミールケア恒例の「さんまの食育」を行いました。初めて触るさんまに子供たちは驚いた様子でしたが、「さんまってぬるぬるしてるね」「目が赤いよ」「くさーい」など、素直な気持ちを聞くことが出来ました。さあ、今回の最大の山場、園庭で秋刀魚を焼きます。煙がもくもく上がり、焼ける姿をじっとみつめていました。旬の魚を旬の時に食べてもらい、美味しさを感じてもらえたと思います。また箸を使って食べる練習もします。お皿にのっている秋刀魚をしっかり見つめています。骨がとれたときの誇らしげな顔。そしてペロリと食べてしまった子どもたちの嬉しそうな表情が忘れられない思い出です。いのちをいただくこと、園様と共に食を思う気持ちを大切にしていきたいと思っています。(甘粕マネージャー)



こうやって骨をとるんだね

おいしい給食! 大好きです!

### 給食開始

まこと幼稚園の給食は、五穀米のごはん・味噌汁・おかず・お茶といった、昔から日本人が食べてきた伝統的な家庭の食事スタイルで実施しています。初めは好き嫌いがある子供

る力の基礎となる「心の育ち」を支えること、柵澤園長先生の力強い思いがあります。  
まこと幼稚園様は、自園で苗から収穫までを体験する菜園、好きな絵本を選んで持ち帰れる貸し出し文庫、仲間との団結、心を一つにおなかの底まで響く「和太鼓」、園庭でのマラソンなど、心が弾むたくさんの体験をしています。

私たちも、お友だちと一緒に食べることで、少しずつさまざまな食材に慣れ、心も体も健やかに成長していきます。  
保護者の方にも安心していただける、食材選びのこだわりや、下ごしらえから手作りを基本とする調理は、子供たちのすぐそばに給食棟があるから実現できることです。安全な食材、衛生的な調理、栄養バランス、バラエティに富む献立作りなど、「おいしく食べる」「楽しく食べる」子供たちの食環境を整えています。



これからも、このご縁を大切にしたい、一食一食心を込めて、また園児のみなさんの心に残る食事作りを目指していきます。

# みーる劇団「食べるって嬉しいな、元気な体1・2・3!」



最高演技とおもてなしで、いくぞ!オー!



キッチンスタジオ 野菜ジュースの完成です! 子供たちも一緒にマルモリダンス!



## 本番...緊張...心をひとつにして

いよいよ本番です。最終リハーサル準備、空の下での駐車場誘導、総勢100名のスタッフが公演を支えます。「最高の演技とおもてなしを!」これを合言葉にスタートしました。

## 長野県短期大学 ウインドオーストラ

この公演に大きな華を添えてくださったのが「長野県短期大学ウインドオーケストラ」のみなさんです。実はこの中に「関社長(ウッドベース)」と、本社の牧野さん(ホルン)が団員として参加していたのです。さて、オーケストラの皆さんは、この話がきてから、「音楽で食育をどのように表現しようか」「子どもたちが喜ぶ曲を選ばなきゃいけないね」と夜遅くまで話し合



関社長

牧野さん

いがなされたそうです。20分間と短い時間でしたが、楽しいものになりました。「今日の料理」のテーマにのって登場したかわいいコックさん。愛情たっぷり野菜がたくさん入ったジュースをリズムののって作ってくれました。また、マルモリモリの曲でダンスを披露してくれました。忙しい勉強の合間に懸命に取り組んでくれました。感謝の気持ちでいっぱいです。



## 心に残る演技とおもてなし食育公演 大盛況に終わる。

「大きなホールで公演をしよう!」  
「たくさん子どもたちにも見てもらいたい」  
小雪のちらつく1月29日(日)長野オリンピックの会場になった「ビッグハット」隣にある「長野市若里市民文化ホール」にて600人のお客様をお招きして実現しました。

と夜遅くまで話し合いがなされたそうです。20分間と短い時間でしたが、楽しいものになりました。「今日の料理」のテーマにのって登場したかわいいコックさん。愛情たっぷり野菜がたくさん入ったジュースをリズムののって作ってくれました。また、マルモリモリの曲でダンスを披露してくれました。忙しい勉強の合間に懸命に取り組んでくれました。感謝の気持ちでいっぱいです。

「ナッス」「トマッピ」「ダイゴ」「キユウバ」、そして4人の新しい声優さんも入って舞台初挑戦です!あの大きな着ぐるみは動きにくく、手が短いため表現するのがとても難しい。加えて、声優さんのセリフと動きを合わせるのには至難の業です。本番ギリギリまで練習し、迎えた本番は、ダンスもはつちり、大いに開場を盛り上げてくれました。声を枯らし、汗だくになりながら、心をひとつにして臨んだ劇。終わった時はやりきった爽快さと満足そうな顔。一番楽しんでくれたのもうれしですね。

何度か何度も練習し、述べ10000人の子どもたちの前で演じてきたこの劇。いよ

## 怪獣ベジゴラス登場! 大きな舞台に挑む



●演出が見事で、5歳の子はもちろん、小学生の子供も引き込まれ鑑賞していました。  
●子供たちも身を乗り出して楽しんでいました。わかりやすく、家族みんなで楽しい時間を過ごすことが出来ました。

## キャラクターショー



やったー!ダンス決まったね!

いよ想像を超えた大きな舞台で演じます。「声が届くように!」「遠くの席の子どもたちへ自分の演技が見えるように!」伝えたいメッセージをしっかり伝えよう!今ある力を出し切ることが私たちの使命です。今回は照明で様々なシーンを表現。演技を後押しします。そして、静まり返った会場内にベジゴラスからのメッセージが「野菜は体にいいんだよね、美味しいんだよね。気づけなくてごめんよ、かあちゃん」いつみてもグッとくるシーンです。

この舞台を目標に切磋琢磨してきた団員たち。大きな大きな皆さんの拍手をいただき、その幕は閉じました。その舞台裏はやりきった満足した顔と安堵の表情がありました。

アンケートでたくさんのお言葉をいただきました。



前日の雪が残るホール全景



ロビーはお客様でいっぱい



手作りの屋台で味噌汁を

幼稚園保育園スタッフのおもてなし  
無添加の味噌汁の試食と食育活動の展示

今回来て下さったお客様を玄関からステージ会場まで楽しくお迎えしよう!と、食育活動の展示をしました。園で行われる食育は年間10数回行われています。その中でも秋に行われる「さんまの食育」が一番大きいイベントです。その時に使われるさんまの模型も飾られました。じつと見入る人の姿が多く見られ、質問も。

また、ミールケアの給食でお出ししている無添加の味噌汁の試食も用意しました。国産のしいたけ、昆布のだしで作った味噌汁は子どもたちに大人気。「一緒にきてくれたご家族の方にも食べてもらいたい」と、寒い外から来た人たちを温かくお迎えした嬉しい一時でした。



食育で使用する「さんまの模型」



関東スタッフ力作「お菓子の家」

# こだわる“だし”への熱き思い

都道府県別に見た沖繩の男性平均寿命は、過去1位だったものが今では25位まで下がってしまいました。この一番の原因は、食生活の激変と言われています。沖繩では古くから「医食同源・薬食同源」の思想がありました。体にいい、手間暇かけた沖繩伝統料理が、アメリカの食文化に取って変わって、ステーキ、ハンバーグ、ホットドックなどの肉中心料理になってきたからです。

日本人の腸は、欧米の人よりも長いということをご存知ですか。これは、動物性の食事を中心とした民族と、植物性の食事を中心とした民族の「差」だと言われています。繊維食を多くとる民族は、ゆっくりに時間をかけて食べ物を消化しなければならず、それが、腸の長さに反映され

ると考えられています。また、肉食が多い日本人の体は、肉ばかり食べていると血液が酸性化して、中枢神経の活動が鈍くなり、アジドーシスという病状が出ます。さらに、直腸がんになる確率が高くなる。医学的に証明されています。

民族の遺伝子に遡った食生活がいかに怖いことかを知り、みーるの「マーマー」前から「だし」からでも植物性の天然だしにできないものかと考えていました。

## みーるのだしの素材は 国産の昆布と椎茸。

自然食ビュッフェレストラン「みーるの」のオープンにさかのぼります。昆布と椎茸だけの植物性素材は、クセがなくすっきりとした旨みでやさしい味。また野菜などの旬の新鮮な素材の持ち味を際立たせ、やさしく風味豊かな料理に仕上がるはずと。化学的に作られた旨味では味わえない、香り豊かな、心がほっこりする、どこか懐かしい味がする、それがみーるのだしの原型です。

この素材を変えることなく、今もなおみーるの「マーマー」にお越しのお客様、多くの幼稚園、保育園の子どもたちへ提供し続けています。



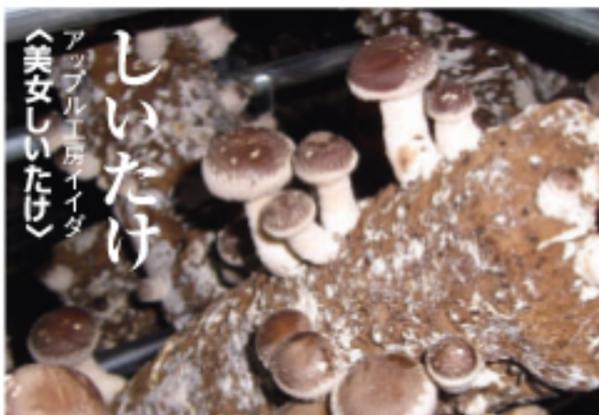
# 本物の追及 みーるの“だし”

## 無添加・無化学の植物性の天然だし完成



昆布も椎茸も、熱き思いのある人たちによって作り上げられます。これらの素材を生かして、みーるの「天然だし」が出来上がったのです。

# みーるの“だし” 素材への追求、そして生産者



地下5メートルで育つ極上の美しいだけ

しいたけも各地より厳選してきました。長野県産が一番なじみますね。長野県飯田市坐光寺にある、障害者支援施設「アップル工房イイダ」さんが作る「美しいだけ」です。

この栽培法は、地下5メートル程掘り下げたビニールハウスの中で作る極上の代物です。地上より温かい地下の特性を生かし、大切に作られています。ここは、障害者の方々の通年就業の場でもあります。

他にも、労務支援(A型)サービス提供事業としてオンデマンド印刷事業(リネン事業部付)、リネンサプライ・クリーニング事業(リネン事業部)、椎茸栽培・梱包発送事業(農産事業部)、障害者就労支援事業(パソコン教室)など、障がいを持った方でも、貴重な人材です。社会の中での自立を確かなものにしていきたい、このような活動もされています。



この二つの会社の「それぞれの思い」が一つの「だし」となりました。

## 相模女子大学からの推薦をいただきました。

相模女子大学  
元副学長 澤崎嘉男様



### 植物性だしを推奨します

植物性のだし汁はコンブやシイタケなどが原料であり、そのうま味成分は核酸系の5-グアニル酸やアミノ酸系のグルタミン酸で、核酸系成分が主体の動物性のだし汁とは大きく異なっています。これまで植物性だし汁は、動物性食品が一切含まれていないため、ベジタリアンやマクロバイオティクスの領域で利用されています。

本大学でミールケア社の植物性だし汁(シイタケ・コンブ)と一般的な動物性だし汁(カツオ節)について分析したところ、この両者のアミノ酸組成は全く異なることが明らかになりました(図)。ここで気になったのは、カツオ節だし汁に最も多く含まれているアミノ酸がヒスチジンであったことです。ヒスチジンは体内でアレルギーの伝達物質であるヒスタミンに変換することから、栄養指導では、アレルギーのある人はヒスチジンが多い青魚などの摂取を控えるように助言されています。魚アレルギーがあっても、加工食品である煮干しやカツオ節にアレルギーがある幼児は少ないですが、植物性だしではその心配がないことも利点と思われる。

また、味覚に敏感な平均年齢26歳の栄養科学部の教員が客観的に評価(官能評価法:香り、風味、うま味、コク、あと味、味付け)したところ、12名中9名が総合評価として動物性だし汁より植物性だし汁を好むという結果が得られました。以上から、植物性だし汁は意外と利用されていないものの、動物性だし汁に劣らず、安心安全であり、広く多くの方に推奨できると証します。

(平成24年3月26日)

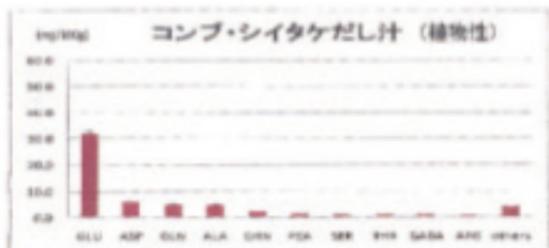


図 植物性だし汁と動物性だし汁の主なアミノ酸組成

今日に至るまで、幾度となく試行錯誤。素材を変えたり、幼稚園で試してみたり。楽しくやらせていただきました。その中で、このだしを導入しての1年間、子どもたちの風邪で休む日数や残葉量を調べました。そうしたら、前年対比で風邪で休む日も残葉量も半減していたのです。また卒業時、父兄の方から「なんだか、最近子どもが風邪で休まなくなった」と「好んで食事をするように変わった」とお声をいただき、「だし」のおかげかな?と聞かれ、とても嬉しくなりました。

私達はこれからもお客様に「おいしいね」と言っていただけのように、試作、研究を続けていき、多くの人たちへこの美味しさを伝えていけるよう努力してまいります。

## ミールケアの「やわらぎ食」



やわらぎ食「鶏つくね」



野菜の素材  
上：人参／下：ブロッコリー

**「やわらぎ食」の特徴**  
「やわらぎ食」の大きな特徴は、野菜や肉、魚の素材をそのまま活かして料理が作られているということです。  
キャベツ、ニンジン、ブロッコリー、それぞれの素材をミキサーにかけ、ペースト状にします。それをスルーバートナーなどの増粘剤を入れ固めます。料理を作るときと同じように、ロールキャベツにしたり、筑前煮に必要な素材を切り、そこにとろみのついた味付きのたれやあんをかけて仕上げます。素材があれば、料理ができる、これがミールケアオリジナル「やわらぎ食」です。



いつまでもやさしく食べられる  
ミールケアオリジナル食  
**「やわらぎ食」完成**  
少子高齢化の現代社会、老いても食べることに決意して断ち切ることができません。  
そして食べるのが苦痛であつてもいけないことです。  
「食べることは生きること」「いつまでも美味しく食べてほしいと願い、ミールケアの食事の在り方について研究が進み「やわらぎ食」が完成しました。



やわらぎ食「トマトフレンチ」

**老いても食べることにしたい**  
人様々ではありますが、年をとると体に変化が出てきます。そのため、今までのように食べていたことが困難になってくるという問題が出てきます。特に歯の問題です。次第に歯が抜けてきたり、歯茎が痩せて義歯が合わないことから、咀嚼（噛むこと）が難しくなったり、飲み込みがうまくいかないなど（嚥下）、思うように食事が摂れないこともあります。それでは食べる楽しみも失われてしまいます。  
そこで、開発されたのが、「やわらぎ食」。見た目は普通の食事と変わりなく、あつと驚くような仕上がりを目標としています。歯がなくとも歯茎で押しつぶせる柔らかさで、飲み込みや口の中のまとまりやすい、「つるん」としたのと越しのよい食感、それが「やわらぎ食」です。

### 開発者の紹介

「やわらぎ食」を開発したのは、ミールケア愛の郷（めぐみのさと）事業所の今井泰司調理師（チーフ）と佐藤久美子管理栄養士。事業所業務の合間に時間を作り、半年かけて約300種類の料理を開発してきました。またそれをレシビ化し記録を残しています。  
2人は長年携わっている老人施設で様々な経験を身近に感じ、見た目や食べやすさなどを確認しながら作り続けています。これからもミールケアオリジナル「やわらぎ食」を多くの事業所でお出しできるように努めてまいります。



佐藤久美子さん  
（管理栄養士）



今井泰司チーフ  
（調理師）

## Mealcareway 給食道を守りたい



知的施設 さくらの杜 育豊



老人施設 愛の郷



山宮保育園



佐藤病院 ケアハウス



有料老人ホーム シルバーホームまつしろ

### 各地の行事食を紹介

### 桃の節句「ひな祭り」3月

日本には風情豊かな伝統行事があります。3月3日は「ひな祭り」。老人施設だけでなく、多くの事業所から投稿していただいた工夫を凝らした行事食を紹介します。



やわらぎ食「うなぎ丼」



やわらぎ食「あじの山椒焼き」



やわらぎ食「ロールキャベツ」



〈きざみ食の例〉

**きざみ食と誤嚥の問題**  
高齢者施設や病院では歯の本数が少なくなった方、入れ歯があわなくなった方など咀嚼（噛みつぶし）困難なご利用者向けに、3種類程度のきざみ食が提供されています。具体的呼び方は異なりますが「粗きざみ・きざみ・極きざみ」など個人ごとの残された機能に応じたきざみ方で提供しています。  
きざみ食は、口の中に入れてから噛まなくても食べられますが、実は危険な誤嚥を引き起こす原因でもあるのです。



# ミールケアと幼稚園・保育園、そして家庭を支えたひとつのおたより「ぱくぱくだより」発刊100号

「ぱくぱくだより」の発行を始めたのが平成14年3月からで、長野市にある3つの保育園様で受託給食を始めさせていただき、翌4月からお便りを作成し、献立と一緒にお届けするようになりました。今年でちょうど保育園・幼稚園給食を開始して10年目、発刊100号を越えました。「ぱくぱくだより」なぜそう名付けたと言うと、「子供達に好き嫌いをしていないでなんでも「ぱくぱく」よく噛んで給食を食べて欲しい」と願いからです。お便りを作成するにあたり、現在で8人が引き継ぎし、試行錯誤しながら、縦にしてみたり、手書きで作成してみたり、絵を多く取り入れてみたり、内容も園での活動内容や食に関する事、健康について、給食での人気メニューのなどレシピーをのせてきました。

また、レシピーを活用して、実際にご家庭で料理する時の参考にしていたり、農薬問題、放射能問題など、食材の現状や改善点などの説明があり、安心したところ、意見などいただくことができ、今では情報を共有しています。

今後このお便りを通して、保護者の皆さま・子供達に、食の大切さ・楽しさ・安全性などもっとわかりやすく伝えていけるよう、進化し続け、楽しみにしていただけるよう内容の工夫もしてまいります。

(記：関東事業部 傳田 正行)



「ぱくぱくだより」4月号：実際にお配りしました

## 現「ぱくぱくだより」を担当して思うこと

私が「ぱくぱくだより」に携わらせて頂き始めたのは、ちょうど1年前前からです。過去のおたよりを見ていると回を重ねるごとに、内容が濃くなっているのを感じます。

その年、その年によって求めてくる情報というものは変わってきています。そのおたよりを見て、保護者の方々が「そうなんだ」という関心を持っていただけ、日々のご家庭の中で役立つ情報をお伝えしなければという気持ちで臨んでいます。

またほぼ毎号に記載されているレシピも、ご家庭で作って喜ばれるものと思いつ作成しています。季節の旬野菜や栄養面も考慮しています。



「毎月楽しみにしています！」というお言葉が何よりの励みです。これからも毎月、進化し成長し続ける「おたより」を作成していきます。

(記：若草幼稚園 関友樹 栄養士)



## 入社式

## 祝！入社おめでとう！希望を胸に、喜びの面々。

4月2日、今年もフレッシュな26名の新社員を迎えることができました。今年のお入社式は、サブライズで企画した「親からの手紙」が届き、読み上げました。感動的なそのシーンは、皆涙…涙…しっかりとその言葉を胸に刻み、社会人として歩む誓いの場となりました。これから、ミールケアという大きな家族でみなさんをバックアップしていきます。



卒業おめでとう、そして社会人デビューおめでとう。藍が一番合格を願っていた(株)ミールケアに入社させていただくことが出来て、本当に良かったね。これからあなたがむかう道は、学生の時と違い、年齢も性別も育ってきた環境も全く違う沢山の人々と接していく世界です。ミールケアの看板を背負って、佐藤病院様へ毎日何うことを心におき、ひとつひとつ大切に仕事に向かってください。背伸びをする必要はありません。解らない事は先輩やまわりのみなさんに教えていただきながら、決して解らないまま自分の判断で進める事はない事。朝も早いし、夜も遅いし大変な職場ですが、やるだけやってみよう。藍は患者さまに直接接する事はないかも…と言っていますが、病院には症状の違い患者様がたくさんいらっしゃいます。私達が毎日当たり前に摂れている食事も、自分の力で食べる事も出来ず、食べる楽しみが、生きる仕事

## ご両親様からのお手紙



事となっている方もいるでしょう。時にはその一食が人生最後の食事になることもあるでしょう。藍にとって、毎日が同じように思える食事の作業のその一食が、大切な一食になる。直接患者様のお顔を見れなくとも、思いを込めて優しい気持ちで、藍の元氣と笑顔と一緒に患者様にお食事を届けてください。患者様の笑顔につながります。必ず思いは伝わります。そんなステキなお仕事につけること幸せですね。

慣れるまで体しんどいかも知れませんが、いつもママが言っているように、丈夫にだけは生んで育てたつもりです。頑張ってください。今回入社まで免許が間に合わず、多くの方にお力添え頂き、ご協力頂き、助けて頂き、本当にありがたいお話です。

会社の配慮に感謝の気持ちを忘れず、少しずつ恩返ししていこうね。いつか藍が、じゃがいもサンや、にんじんサン、トマトサンになってみえる劇団でデビューする日を楽しみにしています。いつも言ってきたよね、パパとママはいつも藍の応援団です。

平成24年3月27日 mama

## 先輩からの応援メッセージ



私がミールケアに入社して、そして今の事業所に配属されて約1年が経ちます。初めころは不安ばかりで毎日一生懸命でした。しかし、皆さんの温かな支えがあり、時には厳しいお言葉を頂き今の私があります。今では現場の流れも掴め、盛り付けはじめ調理、最近では本社に行き献立発注業務を行うまでとなりました。今でも毎日不安はありますが仕事を任せて頂いていることに感謝し仕事に励んでいます。目の前の事に不安を抱いたとしても思い切って飛び込めば絶対自分への自信に繋がります。何事も恐れず頑張ってください。応援しています。

(記：さくらの杜育豊 今井 美咲)

# みーる劇団 in 関東

入場料 無料

5月27日(日) 13:30~14:40

成城ホール <http://seijohall.jp/index.html>

住所：〒157-8501 東京都世田谷区成城6-2-1

TEL 03-3482-1313 FAX 03-3482-7832

小田急線「成城学園前駅」下車・徒歩4分

(駐車場は公営駐車場が地下にあります。15分100円)

【申し込み方法】

(株)ミールケア企画/田子まで

お電話またはホームページからお申し込みください。

電話番号：026-269-8800

ホームページ：<http://www.mealcare.co.jp/>

多くの子どもたちへ食の大切さを伝えていきたい！  
全国行脚目指してスタートいたします。是非お越しください。  
5月27日(日) 関東公演が決定しましたのでお知らせ致します。



## 野生獣肉(ジビエ)活用研修会(鹿肉)に参加して

2月29日水曜日、長野県高山村基幹集落センターにて鹿肉についての研修会が行われ、メトロポリタンを代表して3名で参加してきました。

ジビエとは、鹿をはじめとする野生鳥獣の肉のことで、ヨーロッパでは秋冬の味覚として大変楽しまれている食材です。しかし年々、野生鹿は全国で増加しており、約10万頭が生息していると

言われております。長野県においては、この鹿における農作物への被害は深刻です。このような点に注目し、資源としての価値を見出して有効活用し、信州の豊かな自然環境、野生鳥獣との共存を目指していることといたします。今回の研修会では、長野県におけるジビエの取り組み、野生鹿の解体、鹿肉の調理実践と試食会が行われ、ハンバーグ、コンソメ、スパゲッティ、ポロネーゼ、ステーキなどすべて鹿肉で作られた料理を試食しました。味は、比較的臭みが少なく美味しく頂くことができました。



今後、アイリスにおきましても、ランチビュッフェやディナーのフレンチコース料理、マクロビオティック風コース料理の中に取り入れていき、信州の新たな魅力食材として、お客様を魅了する美味しい料理を提供して行きます。

メトロポリタンミールケアアイリス  
料理長 桐山幸夫



## 「いただきます」に込められた日本人の心

食育活動で、幼稚園様や保育園様に伺っているとき、「いただきます！」と、園児の元気な声が聞こえてくると、給食をつくれた私たちはとても嬉しくなります。

「ご飯を食べる前に、どうして『いただきます』と言わなければならないの？」  
「いただきます」というあいさつは、「みんなの命を、私の命にさせていただきます」という感謝の気持ちを表す言葉なのです...とお話をしています。

「いただきます」には、食に対する日本人の心が込められていると私は思います。なぜなら、食べ物に対して感謝の言葉を述べる民族は、世界中で日本人だけだと聞きます。

キリスト教やイスラム教の民族も、食事の前に祈りを捧げますが、それは神に対する感謝です。仏教の発祥地のインドでも、仏教を日本に伝えた中国でも、食べ物に感謝する習慣はありませんね。

この3月、たくさんの園児たちが巣立って行きました。卒園記念にと、私たちミールスタッフは長野県木曾産のヒノキ材でつくった「お箸」を卒園児さんにプレゼントをしています。本物のヒノキのにおいが漂う、とっても素敵なお箸なのです。卒園式に、みんなが大事そうに抱えてくれている姿を見ると、「ああ、給食作って良かったなあ」としみじみ思ふのです。

株式会社ミールケア  
代表取締役 関 幸博

### 【表紙写真】「千曲川と菜の花畑」

長野県飯山市、千曲川のほとり一面に咲き誇る菜の花は唱歌「おほろ月夜」の舞台となったところ。『奥信濃』と称される地、ここで四季折々の切花栽培を経営されている「梨元農園」代表・梨元 茂さんの作品です。



MEALCARE 株式会社ミールケア

事業本部 〒103-0028 東京都中央区八重洲1-5-15 田中八重洲ビル6F  
TEL.03-3516-1121 FAX.03-3516-1180  
本社 〒380-0921 長野市栗田8-1  
TEL.026-269-8800 FAX.026-269-8813

経営理念：「嬉しさを実感できる会社を創ります」

事業内容/幼稚園・保育園・KIDS MEAL/医療福祉・事業所等のMEDCA MEAL/自然食レストランMeal Ma-Ma

● 事業内容に関するお問い合わせは、フリーダイヤル0120-206-121 (お客様担当：田子・丸山)