とよた　きゅうしょく　ニュース

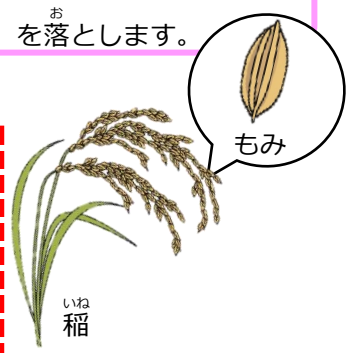
2023　1月号

編集　栄養教諭・学校栄養職員

米ができるまで

米農家の方は、約１年かけて米を育てています。「米」という字を分解すると「八」と「十」と「八」に分けることができます。このことから、米作りは「八十八の手間がかかる」と言われています。これは農家の方が、それほど多くの手間をかけているという意味で、米を大切にしようという思いが込められています。

3月ごろ	4月ごろ	5月ごろ	6月～9月ごろ	10月ごろ
田おこし	種まき・苗を育てる	代かき・田植え	稲の成長・草取り・水の管理	稲刈り・だっこく
田んぼをたがやし、田植えにそなえます。	種もみを発芽させ、苗を作ります。	田んぼに水を入れ、土を平らにならします。育てた苗を植えます。	稲が育つように肥料をまいたり、草取りをしたりします。また、稲の生育に合わせ、水を入れたり抜いたりします。	黄色く実った稲を刈り取ります。刈った稲は乾かして、穂先から「もみ」を落とします。



米の栄養

米は黄色のグループの食品で、炭水化物が豊富に含まれています。炭水化物は、体を動かしたり、脳の働きをよくしたりします。

米の変身

米は、いろいろな食品に変身します！

せんべい　だんご　米粉パン　日本酒

安全・安心！
豊田の米「大地の風」

学校給食では、豊田市で作られている「大地の風」という種類の米を使用しています。

「大地の風」を栽培している米農家の杉浦俊雄さんにインタビューしました。

大地の風の特徴

「大地の風」は病気や虫に強い品種です。農薬をほとんど使わずに栽培しているので、安全・安心に食べることができます。

Q.１日にどれくらいのお米を収穫できますか？

「コンバイン」という機械を使って、多い日で、**１日８０トン**（茶碗約120万杯分）収穫します。**稲穂の色**をよく見て、収穫時期を見極めています。

▲コンバイン

Q.子どもたちにメッセージをお願いします。

米農家　杉浦　俊雄さん

私たちは、きれいな田園を守るために命をかけてお米を作っています。心を込めて作った「大地の風」を、残さず食べてくださいね。

堤小学校　米栽培の取組

堤小学校の５年生が、総合的な学習の時間に米についての学習を行いました。田植え、食に関する指導、稲刈りを通して米を大切に食べる気持ちを育てる取組です。

5月　田植え

学校近くの田んぼをお借りして、田植えを行いました。ロープで目印をつけ、一列ずつ植えました。

腰が痛いな。

今は機械でもできるみたいだけど、昔の人は手作業でやっていたなんてすごいな。

7月　食に関する指導

栄養教諭と担任が連携して、食に関する指導を行いました。テーマは**「お米のよさを知ろう」**です。

お米は栄養豊富な食べ物だと分かったよ。一粒一粒大切に食べたいな。

11月　稲刈り

５月に田植えをした米を収穫しました。３人１組で鎌を使って順番に１株ずつ刈り取りました。

大変な作業だな。これからもお米を残さず食べたいな。

新任栄養教諭の紹介

猿投中学校
松岡　沙紀　先生

４月から栄養教諭として、猿投中学校と北部給食センターを毎日行き来しながら働いています。

給食センターでは、栄養のバランスや食品の組み合わせなどを考えて献立作成をしています。他にも、給食で使う食品の受け取りや味付けの確認をしています。

学校では、今日の給食のポイントを話してクイズをしたり、生徒から「魚のおすすめの食べ方を教えてください」などと質問を受けたりしています。

これからも、子どもたちが笑顔で元気になれる給食を届けていきたいです。

このたまねぎの産地はどこですか？大きさや形は整っていますか？

▲給食センターで野菜を受け取っている様子

クイズ

記事を読んだら、たべまるをタップして答えてみよう。