

11月給食だより

臨時号



令和5年11月22日
京ヶ瀬中学校

キラッと新潟米☆地場もん給食について

通常の「11月給食だより」でもお伝えしましたが、11月24日の献立は「キラッと新潟米☆地場もん給食」です。これは、新潟県からの『令和5年度「新潟県教育の日」に係る「米飯給食、地場産給食推進月間」への協力依頼』により、県内の学校給食実施校において県内一斉に米および地域の地場産物を使用した献立を11月中の学校給食で提供するという事業です。

阿賀野市の「キラッと新潟米☆地場もん給食」は、阿賀野市産のコシヒカリと食材を使用することで、児童生徒のみなさんに地元の食材についてあらためて知ってもらい、さらにお米をおいしく味わえるようにと願い、市内栄養教職員で考えた統一メニューにしました。



献立紹介 * ()内は阿賀野市産食材です

- ・ごはん (100%阿賀野市産コシヒカリ)
- ・安田産ピーマンメンチ (ピーマン、たまねぎ)
- ・チーズ入りきりざい (にんじん)
- ・みそけんちん汁 (さといも、だいこん、にんじん)
- ・牛乳 (安田地区の牛乳が含まれています)



京ヶ瀬中では11月9日から新米に切り替わりました。



この「キラッと新潟米☆地場もん給食」を実施する背景には、米離れが進んでいる現状があります。農林水産省によると、私たち1人1日当たりのお米の年間消費量は、60年前の111キログラムから51キログラムと半減しました。給食でも白いご飯の残量が多い傾向にあることから、白いごはんをおいしく食べて、その良さを見直す機会となることがねらいのひとつとなっています。

ごはんのみそ汁が育んできた健康

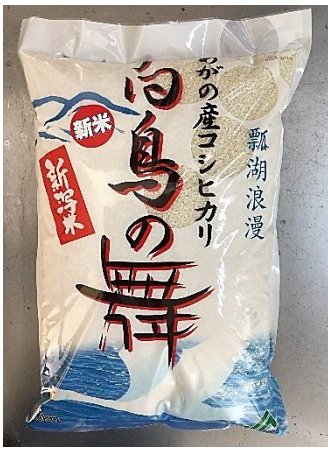
お米に含まれるたんぱく質にはリジンという必須アミノ酸が少ないのですが、大豆のたんぱく質にはリジンが豊富に含まれていて、お米のたんぱく質の欠点を補います。昔から「ごはんのみそ汁」は理想的な組み合わせだったのですね。



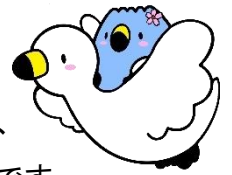
日本人とお米の相性



明治時代、ドイツから来た医師が東京から日光に行ったとき、14時間半を一人で走りぬいた人力車夫に驚き、何を食べているかを尋ねたら玄米ごはんをたくさん食べていたそうです。肉などは食べていないというので、ドイツの栄養学に合わせて肉を食べさせたところ、すぐに疲れてたくさん走れなかったそうです。日本人の体にはお米をたくさん食べる食事が体に合っている、と結論付けられました。



☆阿賀野市産コシヒカリ☆



毎日の給食でいただいている阿賀野市産コシヒカリは、水原・京ヶ瀬・安田・笹神地区で栽培・収穫されたものです。いちばん身近な地場産食材といえます。そこで、JA新潟かがやき水原カントリーエレベーターさんに、阿賀野市産コシヒカリについてお話をうかがいました。

左の写真(←)は給食で使わせていただいているお米です。「白鳥の舞」は、主に阿賀野市の学校給食用として約20年前にブランド化され、あまり市販はされていないそうです。今年のお米は夏の暑さで白く濁ったり、粒が小さくて割れやすくなったりしたため、新潟県全体で等級(品質を示す指標)は下がってしまいましたが、味はほとんど変わらずおいしくできたそうです。ひとえにお米の農家さんの努力のたまものです、とおっしゃっていたのが印象的でした。

「お米作りは自然が相手で、その年の天候に左右されてしまいますが、その中でも農家さんが本当に頑張ってくれているので、毎年おいしいお米をいただけているということ、児童生徒の皆さんにぜひ伝えてください」とおっしゃっていました。

(1トン入る袋に玄米を詰めている職員さん) →



八十八の手間(田起こし、畦塗り、種まき、苗作りなど)がかかるといわれるお米作り、その苦労があっておいしいお米をいただけることを、児童生徒の皆さんに伝えていきたいと思いました。

☆ピーマン☆



ピーマンメンチのピーマンは、安田地区の安田興和農事さんが作りました。苦みが少なく、甘みのあるピーマンです。安田興和農事さんのハウス内には、つやつやでみずみずしいピーマンがたくさん育てられていました。



(安田興和農事さんのハウス内)

☆さといも☆



さといもも阿賀野市で作られています。五泉市の「帛乙女」と同じ品種の「大和早生」が主流だそうです。今年の夏の暑さはお米をはじめ多くの作物に良くない影響がありましたが、さといもは順調に大きく育っているそうです！



(さといも掘り起こしトラクター)

阿賀野市には、ほかにもおいしい地場産物がたくさんあります。これからも給食で使わせていただき、児童生徒のみなさんにおいしく食べながら知ってもらえるよう、頑張りたいと思います。