

# 食育だより



八尾市立永畠小学校

R7 食育部

今年も残すところ、あと1か月となりました。朝・夕の空気もすっかりと冷え、寒い季節になってきました。インフルエンザも流行していますので、手洗いうがいを大切に、そしてしっかり食べて、元気に冬休みを迎えましょう！給食最終日は23日（火）です。

## 12月から新米になります！！

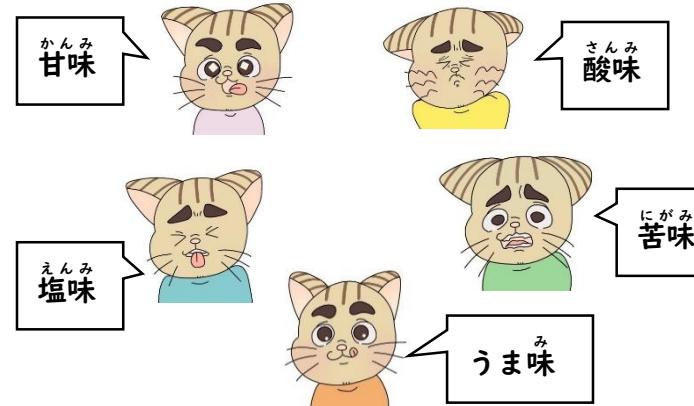


品種は滋賀県産の「キヌヒカリ」のままで、新米に変わります。キヌヒカリという名前は、「絹のような光沢のある米」という意味で、その美しい光沢としっとりした質感に由来しています。キヌヒカリはコシヒカリよりも粘りが少なく、サッパリとした味わいです。冷めるごとに甘みが増すのも特徴のひとつで、給食にはうってつけの品種になっています。新米は水分が多く含むので、炊く際の水分調整が難しいと業者さんがおっしゃっていました。今までと味の違いがあるか、よく噛んで味わってみましょう！



## 味わって食べよう！！

永畠小学校には、給食関連の掲示コーナーがあります。今月は和食の日（11月24日）だったので、しっかり味わって食べて欲しいという思いを込めて作成しました。イラストの表情から、甘味・酸味・塩味・苦味・うま味の5つ（基本五味）のうちどれかを想像し、舌をめぐると答えが書かれているという仕組みです。給食もこれらを意識して作っています。



## 栄養教諭(給食の先生)より

### 1・2年生お米についての勉強をしました

1年生は「お米とごはんとわたし」を題材に、お米を「炊く」とご飯になることや、ご飯を使った料理は何があるかを考え、意見を出し合いました。感想では「もっとごはんのことをしりたくなった」「ごはんはたくさんのりょうりにかわっているので、ごはんがなかったらたいへん」などが出ていました。その日の給食では、ご飯を無駄なく集めようとする姿があり、これからも継続してほしいと思います。



2年生は「いねとお米とわたし」を題材に、実物の稻や穀、玄米、白米を手に取り、色の違いや特徴を見つけ、意見を出し合いました。感想では「いねということばをはじめてきいた」「お米をつくるのがたいへんだとわかったので、たいせつにたべたい」「いつもたべているお米と色がちがった」など様々でした。給食時間では、お米だけでなくその他のメニューに対してもしっかりと食べようとする姿勢が見られました。

