



食育だより

3年12月8日

白馬村学校給食センター



白馬では11月中旬に積雪となりました。晴れた朝のオレンジ色に染まるモルゲンロートに始まり日中の青空に映える初冬のアルプスの山々は、白馬村の自慢の景色ですね。



旬の給食食材

給食米



師走(12月)の意味

僧がお経をあげるために東西を馳せることから、「師が馳せる月」→「しはせつき」→「しわす」となったといわれています。「師」は「僧」を指すのが一般的。「馳せる」は「走る。急いで行く」という意味です。



【アキタコマチ】

給食の「主食」は、週4回が「ごはん」です。材料のお米の産地は、47への道の両側に広がる飯森地区の田んぼです。銘柄は「アキタコマチ」で、一年を通していただいています。11月中旬から、100%新米に切り替わりました。新米は水加減が難しく、機械で計る水から微調節をして炊きます。おいしいごはんは、プロフェッショナルな調理員さんの腕によるところも大きいです。



【紫米】



日本棚田百選の青鬼

月に1回、白馬村特産の「紫米」をアキタコマチのうるち米に6.5%ほど入れる『白馬紫米ご飯』が登場します。紫米も新米です。モチモチしておいしい紫米は古代米の種類で、標高が高い寒冷地でもよくできます。他の田に紫の色素を移さないようにするため、北城の青鬼だけでつくられています。美しい棚田のこの景色は『日本棚田百選』の一つです。

保存食

ぶんか文化

白馬には、大根、キャベツ、ねぎ、かぼちゃ、白菜等の秋野菜を、畑が雪で閉ざされる前に取り込み、干して保存性を高め、冬のビタミン不足を補う食文化があります。給食でも毎日のようにその恵みをいただいています。



◆PTA 試食会報告

保護者、学校、給食センター連携



PTA 試食会が、白馬中で 11 月 9 日、白馬北小で 11 月 17 日に開催されました。

コロナ禍、開催実施が懸念される状況だった為、白馬南小では実施の見送り、中学は施設厚生部北小は厚生委員会のメンバーを中心に少数参加、換気消毒、黙食、懇談無しで行われました。

参加の方々のご意見・感想(一部)を紹介します

◎栄養教諭の話聞いて

(中学)

- ・たくさんの給食を作るため、お汁の量を物差しで測ると聞いてびっくり。地産地消を心掛け子どもたちのために献立を考えてくださり感謝。
- ・映像がとてもよかった。どこで作られているかも見せていただけて良かった。
- ・減塩は常に課題。
- ・改めて大変な作業と、自分の作る食事を見直すきっかけになった。



(北小)

- ・子どもたちが給食を食べるために、たくさんの方々が関わっていることを改めて感じた。子どもたちの健康のために日々尽力いただき感謝。
- ・初めて知る事ばかりで大変勉強になった。地域の食を、もっと子どもにも理解してもらえたら良いと思う。私自身が他県からの移住のため郷土料理をよく知らないなので、学校で知る機会があり、良かった。

◎試食してみて

(中学)

- ・なかなか家では食べられない食材に触れられた。感激。
- ・味は薄めでしたが、それでも塩分多めと聞きビックリ。家でも薄味にしていきたい。

(北小)

- ・想像以上に薄味で驚いた。家での食事がどれだけ濃いのかと痛感した。味を濃くすれば美味しくなるのは当然だが、うす味でもいかに美味しく作ることが大切なんだと思った。
- ・シチューに大根葉が入っているのは初めて食べたが、美味しかったので家でも入れてみようかと思う。
- ・汁物など、とても温かい状態で食べられることは、とても嬉しい事。サラダも生では出せないそうだが、調理法により、歯ごたえのあるものになっていて、とても良かった。
- ・スプーンがなかったのでシチューが食べづらかった。チキンも大きくて箸では1口大だといいなと思った。パンが温かいといいなと思う。野菜がたくさん摂れてよかった。1食 295 円はすごい。

◎学校給食への要望や気づいたこと

(中学)

- ・これからもおいしい給食をお願いしたい。・もう少しパン、麺類を増やしてほしいようだ。

(北小)

- ・給食を食べる時間が短いと子どもたちからよく聞く。早食いになってしまわないか心配も少しある。

◎家庭で給食の話題

(中学) よく出る・・・36%

時々出る・・・64%

(北小) よく出る・・・25%

時々出る・・・75%