



# おいしいよ! 壬生産 コシヒカリご飯



## 自校炊飯 スタート



食育だよりバックナンバーは壬生町公式サイト<http://www.town.mibu.tochigi.jp/>  
トップページ>町からのお知らせ>各課からのお知らせ(学校教育課)

## 食育だより

H23.12.22発行  
第14号  
壬生町教育委員会

学校給食で使用しているお米は、壬生町産のコシヒカリです。これまで、町内8校は炊飯を業者に委託、藤井小と羽生田小の2校のみ給食室内でご飯を炊く「自校炊飯方式」で実施してきましたが、9月より新たに稲葉小と壬生北小を自校炊飯に切り替えました。今後も順次自校炊飯への移行を計画しています。



### 自校炊飯はおいしいよ 壬生北小 6年 佐久間麻緒

私達の学校は、全児童が毎日ランチルームでおいしく給食を食べています。わんぱく隊というたてわり班で食べたり、学年ごとに食べたりします。毎年春には、「たんぼ給食」秋には、「階空給食」という行事給食があり、北っ子の森が見える野外ステージや広い校庭で給食を食べます。

自校炊飯に変わってからは、お米はふっくらしていてつやつやです。しかもたきたてなので、ご飯がまわくほくしていて、とてもおいしいです。どんなおかずとも合います。

新米になってからは、ご飯が光っています。また、前よりマナーが良くなりました。みんな、茶わんを持って食べることができるようになりました。私は、自校炊飯になってから、おいしいきたてご飯が食べられるようになって、とても幸せです。みんなが正しいマナーで食べてくれているので、給食委員長として良かったと思っています。

裏面もご覧ください



自校炊飯の導入により、炊きたてのふっくらとしたうまみのあるおいしいご飯(ご飯だけでも食べられる)が毎日食べられるようになりました。最後の一粒までおいしく食べられるため、今までに比べると残す子がほとんどいなくなりました。また、ご飯の器が変わり、食器を持って食べられるので、姿勢もよくなり食事マナーの向上も見られます。

なお、本校ではランチルームにて、縦割り班で給食を食べています。ご飯をよそう児童は、家庭科の学習を兼ね高学年が担当し、学年や個に応じた量を盛りつけています。そのため低学年の子どもは、自分に合った量を配膳してもらえるのでうれしそうです。お互いによい関係が見られます。

稲葉小で聞いてみました

## 教員・調理員の声

ご飯の炊き方が変わっただけで、給食にも子どもたちにも劇的な変化がありました。

給食の時間に合わせてご飯のスイッチを入れるので、炊きたてのおいしいご飯を提供することができるようになりました。子ども達も残さずに食べてくれるので、給食を作ることがうれしいです。

また、自校炊飯なので、炊き込みご飯やピラフなど、バラエティーに富んだメニューも手作りすることができるようになりました。子ども達が喜ぶ姿を目にすることができ、今まで以上にやりがいがあります。



### ご飯残食率の推移

A校の昨年度同時期の比較  
全体量に対する残食の割合を示したもの



おいしいご飯は正しくお箸を使っていただきましょう!

## お箸を正しく持てますか?

壬生町学校栄養士会では、10月の健康ふくしまつりと11月のJAふれあいまつりに出展し、食育についての普及活動を行いました。今年のテーマは「お箸の持ち方」です。

にぎり箸など、幼児期の未熟な持ち方は手の機能が発達途上だったことによるもので、遊びや生活の中で手の機能が発達した小学校低学年が直し時です。美しく箸を使えることに興味を持たせ、日常の食事場面でほめて上手にさせましょう。

食事の作法の中で箸の使い方はとても重要です

箸が正しく使えないと

- ・魚や煮物など、じょうずに箸が使えないと食べられないものが多く、食べにくいものは嫌になりがちです。
- ・料理の多くが箸だけで食べられるため、箸の使い方が違うだけで周囲に悪い印象を与えてしまいます。

箸が正しく使えると

- ・料理が美しくおいしく食べられます。
- ・会食時などに、周囲に好印象を与えます。

町長も豆つかみゲームに挑戦!



お子さんの持ち方を確認してみてください

- ・手の力をぬく。
- ・上の箸を、鉛筆を持つように持つ。  
使うのは中指と人差し指。  
親指は力を入れずにそえるだけ。
- ・上の箸だけ、動きます。  
上の箸を動かしているときに、軽く力が入っているのは中指と人差し指だけ。  
親指・薬指・小指に力はいりません。  
→子どもの手の甲から大人が手を添えて、力の入り方を確認してあげてください。

