



【発行】株式会社 参栄
「親と子の食育新聞」
〒060-0051 札幌市中央区南1条東3丁目9-2 札幌MIDビル5階
TEL:011-221-2971
FAX:011-221-4717
メール:info@shokuiku.online
ホームページ:http://www.shokuiku.online

Take Free
札幌市教育委員会のご協力をいただいております。

vol.93
目次

- 今日は何の日? 食の記念日
- 食育訪問 in 信濃小学校
- HBCラジオ「親子稲刈り体験教室」開催

次号の発行は、

2024年12月19日の予定です。

「親と子の食育新聞」は、札幌市内の小学校へ配布、その他、道内各地のスーパーマーケットなどにも設置しています。

「親と子の食育新聞」
読者アンケートに回答して頂いた方へ
ステキなプレゼント!

**北海道
まるやか
てんさい糖**
280g/袋

**1袋を
10名様に
プレゼント!**

提供 日本甜菜製糖(株) ☎011-261-6145

プレゼント応募方法
応募用のURL情報はLINEにてお送り致します。是非「親と子の食育新聞」LINE登録をお願い致します。それ以外での応募の方は、右記アンケートにご回答の上、保護者様のお名前と年齢、お子さまのお名前と学年、郵便番号・住所・電話番号を明記し、ハガキ、ファックス、メールなどでご応募ください。

締切: 2024年11月19日(火)当日消印有効
発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

「親と子の食育新聞」
公式アカウント

ぜひフォローしてくださいね!

Instagram LINE

SHOKUIKU.NEWS

— お詫びと訂正 —
Vol.92号にて下記のように誤りがありました。
・食育訪問にて、栄養教諭の野寺佑奈先生のお名前のふりがなに誤りがございました。(誤)ゆな (正)ゆうな
・表紙イラストにてお母さんと女の子の浴衣ですが、右前のところ左前となっております。
ここに深くお詫びし、訂正させていただきます。

2024年10月 「親と子の食育新聞」
読者アンケートご協力のお願い

保護者アンケート
Q1:今回のプレゼント商品についてどんなイメージを持ちますか?
Q2:秋の味覚といえばなんですか?

小学生アンケート
Q1:平日の朝は何時に起きますか?何時に朝食を食べていますか?
Q2:秋から冬にかけて、やりたいことはありますか?

〒060-0051 札幌市中央区南1条東3丁目9-2 札幌MIDビル5階
株式会社 参栄 親と子の食育新聞
「アンケート係」、「親子会員申込」、「プレゼント応募」いずれかを明記
■FAX:011-221-4717 ■メール:info@shokuiku.online

編集後記

秋の味覚といえはきのこ。その中でも鍋料理には欠かせない栄養満点のしいたけですが、実は嫌いな人も多いようです。その理由として最も多いのが「匂い」や「味」。実は、しいたけにしか含まれない「レンチオニン」という有機硫黄化合物が関係しているそうです。

好き嫌いは良くないのですが、このようにしいたけ嫌いな人には科学的根拠があるようです。特に乾燥しいたけを水に戻すと「レンチオニン」は多くつくられるので、苦手な人はより匂いが気になるかも。苦手克服の際は、焼いて食べると匂いが減るそうなのでお試しください。

SDGs NEWS



北海道コカ・コーラ株式会社

水資源保護活動の推進

全ての命の営みの根源にある水資源。その持続的な活用を図りながら、次世代の北海道のためにできることとして、北海道コカ・コーラ株式会社では、製品をつくるのに使用した量と同等の水を自然に還元する取り組みを行っています。以下、指針として3つの「R」をご紹介します。

Reduce

Reduce (リデュース) 製造に使用する水の削減

工場 製造に使用する水 製品になる水
は、空のボトルの殺菌に薬剤を使用しない殺菌システムを取り入れたことにより、洗浄水の大削が可能と



Recycle

Recycle (リサイクル) 水の再利用

札幌工場の排水処理は微生物の力できれいな働きを活性化させ、汚れた泥等の発生量を少なくする「ラグーン処理方式」システムを取り入れ、国の排水基準よりもさらに高い基準で処理を行っています。

Replenish

Replenish (リプレッシュ) 水源域で森づくり

札幌市清田区の札幌工場で製造に使用している水は、同区にある白旗山を水源とする、長い時間をかけて育まれた地下水。札幌市との「環境事業に関する協定」に基づき、長期間白旗山の森づくりを進めています。またその一環として、2024年10月にはグループ社員によって、250本の植林を行いました。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



私たちは、SDGsに取り組んでいきます。

SDGsとは? 「持続可能なよりよい社会の実現を目指す」世界共通の目標のことです。

Advertisement for Kama Eto Ganehiko featuring a white bear mascot and product images.

Advertisement for Hokkaido Natural Water featuring a water bottle and scenic background.

Advertisement for Mitsumoto Coffee featuring a coffee cup and a QR code.

Large graphic for 'Food Memorial Day' (食の記念日) with a clock face and text.

Advertisement for Furuta Cream Chocolate Day (10月14日).

Advertisement for Furuta Malt Chocolate Day (10月14日).

Advertisement for Food Education Day (毎月19日).

Advertisement for Furuta Pumpkin Seed Day (10月26日).

Advertisement for Furuta Malt Day (10月26日).

Advertisement for Food Memorial Day (2022).

Advertisement for Morinaga Bifidus Yogurt Day (11月1日).

Advertisement for O'Havo Probiotic Day (11月8日).

「おいしさと夢と健康を」のフルタ製菓株式会社が2021(令和3)年に「フルタ柿の種」の発売10周年を記念し、さらに多くの人に食べてもらうことを目的に制定。日付は、柿もチョコレートも10月から、最盛期の思いから、「柿の日」を10月26日に。

Advertisement for O'Havo Probiotic Care (体内菌質ケア) with a product image.

和5)年に制定。ヨーグルトは乳酸菌や酵母を混ぜて発酵させて作る発酵食品だが、「ビフィズス菌を配合したヨーグルト」は一部の商品のみの。同社の「森永ビヒダスヨーグルト」は1978年11月1日に発売され、日本でいちばん長く販売されているビヒダス菌ヨーグルトです。

小学校 食育訪問

札幌市立信濃小学校 (厚別区) は、1893(明治26)年10月に開校。校木は藤。大行寺の住職が卒業記念に植えた藤が始まりです。春から初夏にかけて、うす紫のきれいな花が子どもたちをあたたくく見守っています。

開校	1893年(明治26年)10月
児童数	439名
教職員数	34名
調理員	7名
子学校	厚別西小学校
児童数	252名
教職員数	24名
給食数合計	約756食

(令和6年9月時点)

食育授業のプログラムは多彩

食育授業では、各学年の実態や成長に合わせた食指導のテーマを決めて取り組んでいます。食べることに興味を



◎食指導風景：給食時間中、子どもたちに声掛けしている様子

札幌市立信濃小学校(厚別区)は、1893(明治26)年10月に開校。校木は藤。大行寺の住職が卒業記念に植えた藤が始まりです。春から初夏にかけて、うす紫のきれいな花が子どもたちをあたたくく見守っています。

人気の給食メニュー
ラーメン・揚げパン・ピビンバ

変えていく調理員さんたちを「どんぐりレンジャー」と紹介し、子どもたちも興味を持って学んでいけるよう工夫。「あつ今青レンジャーさんがおいもを切っている!!」



◎給食メニュー：ピビンバ、小松菜スープ、揚げぎょうざ、牛乳

栄養教諭へのきっかけ

安田先生は、今年の

「赤レンジャーさんが食器を運んでいる、大変そうだね」と興味

をもつて見てもうえたとが嬉しかったです。月に一度、日本各地の郷土料理やご当地メニューなどを食べても

安田先生の好きな給食メニュー
たぬきうどん・カレーラーメン・とりめしなど、たくさん(笑)

「学校を選んだきっかけは、小学校での栄養実習です。給食室でいそがしく働く調理員さんの姿に目を奪われたこと、そして何より子どもたちがおいしそうに食べている姿がかわいらしかったことで、学校の栄養士になりたいと思いました。学校栄養職員から、念願の栄養教諭となった時はとても嬉しかったですね」と話してくれました。

取材の最後に、「食事はとても大事なことで、苦手なものも、がんばって一口でもいいから口にしたいな。みんなが大人になった時に給食のことを思い出してくれると嬉しいですよ」とすてきなエールを送ってくれました。

「子どもたちの成長が手に取るようにわかり、食べるのが成長につながる、食が大切なんだということに改めて実感しています」と安田先生。

「学校を選んだきっかけは、小学校での栄養実習です。給食室でいそがしく働く調理員さんの姿に目を奪われたこと、そして何より子どもたちがおいしそうに食べている姿がかわいらしかったことで、学校の栄養士になりたいと思いました。学校栄養職員から、念願の栄養教諭となった時はとても嬉しかったですね」と話してくれました。

春、信濃小学校に赴任。前任校は中学校です。「子どもたちの成長が手に取るようにわかり、食べるのが成長につながる、食が大切なんだということに改めて実感しています」と安田先生。

今日は何の日?
食の記念日

うまい棒 学校賞
優秀作品には豪華商品を贈呈

11月11日 **うまい棒の日**

スナック菓子、おもしろお菓子、懐かしい菓子などの企画・販売ま

11月24日は **鯉節の日**

ヤマキ

11月24日 **鯉節の日**

ヤマキ

11月24日 **鯉節の日**

鯉節のトップメーカーであるヤマキ株式会社(本社・愛媛県伊予市)

森永 アロエヨーグルト
アロエ粒数 50%増量

12月10日はアロエヨーグルトの日

12月10日 **アロエヨーグルトの日**

牛乳や乳製品を中心にさまざまな食品を製造販売する森永乳業株式会社が、1994(平成6)年のこの日、体のなかからキレイになれる「食べる化粧品」というコンセプトで、「素肌とカラダのために」をキャッチコピーに、日本で初めてアロエ葉肉入りのヨーグルトを発売したこと

12月10日 **アロエヨーグルトの日**

保存食品。鯉節を削つたものを「花かつお」と呼び、だしで味わう和食では大切にされています。日付は、11と24で「いいふし(節)」と読む語呂合わせから、11月24日としました。

HBCラジオ 親子稲刈り 体験教室 開催

はじめての
稲刈り体験に大興奮

去る9月15日(日)に、

江別市美原地区の田んぼで、「HBCラジオ親子稲刈り体験教室」(主催・北海道米販売拡大委員会HBCラジオ、後援・北海道米食率向上戦略会議、協賛・美原若衆「江別市美原地区生産者グループ」・新えべつ土地改良区・美原地域環境保全会・J道央)が開催されました。

参加親子72名がバス2台に分乗して江別市美原地区へ。同行者は、HBCラジオ「気分上昇ワイドナルミッツ!!!」パーソナリティの田村美香さんと、HBCアナウンサーでファイターズ中継実況等担当の山内要一さんのお二人。
当日の稲刈り指導に当たってくれる美原若衆の方々が、参加親子

みんなは、毎日食べている北海道のお米がどのように作られているか知っているかな。春に植えた苗は大きく育ち、まぶしいばかりの黄金色の穂をつけました。

を現地で出迎えてくれました。前日の雨で田んぼの稲穂はしずくに濡れた状態だったので、稲刈りの前に、普段なかなか見ることができない「南美原揚水機場」を見学しました。揚水機場は、農業で水を使うためにつくられた、石狩川から水を汲み上げるポンプ場です。今年一年間で14,404,000トンもの水(25メートル

プール35,478杯分)を使用したそうです。稲刈り体験のできる田んぼに移動して、さっそく稲刈りの開始です。鎌を手にするのも初めての子どもたちは緊張気味でしたが、美原若衆の指導で少しずつ緊張もほぐれ、「楽しい!」「思ったよりも、上手に稲刈りできた!」と至る所で元気な声が聞こえます。



親子で稲刈り



南美原揚水機場見学



刈った稲穂をしばり出す



根元から上手に刈れている

「いつも食べているお米がどうやって作られているか、子どもにもじかに見せることができるとよかったです」と親御さんの声。「わたし、ごはんが好きで、特にゴマ塩のおにぎりが大好きなんです!」と、刈り取った稲穂をかかげた女の子が話してくれました。お昼は、美原若衆がおいしいおにぎりとお汁・からあげ・ポテトサラダを用意してくれました。稲刈り作業でお腹を空かせた子どもたちは、おにぎりを頬張ってニッコリ。食後は、HBCの人気キャラクターもんすけも参加してのクイズ大会で、大いに盛り上がりつつ楽しいひと時を過ごしました。

最新鋭の精密設備を取り入れた工場では、おいしいお米を食卓に届けるために品質管理、衛生管理、生産管理が

ホクレン パールライス 工場見学

稲刈りの後は、石狩市新港西2丁目にあるホクレンパールライス工場を見学。最新の精密設備を取り入れた工場では、おいしいお米を食卓に届けるために品質管理、衛生管理、生産管理が

徹底されています。工場のエントランスに入ったら、ごはん探検ツアーのスタートです。(問題・お米1俵(60kg)が収穫できる田んぼの広さは? ①サッカーグラウンドの約1/2 ②バレーボールコート約1/2 ③卓球台の約1/2)係の人の丁寧な解説を聞きながら、館内を楽しく見学しながらクイズに挑戦しました(答え①②)。



ホクレンパールライス工場見学

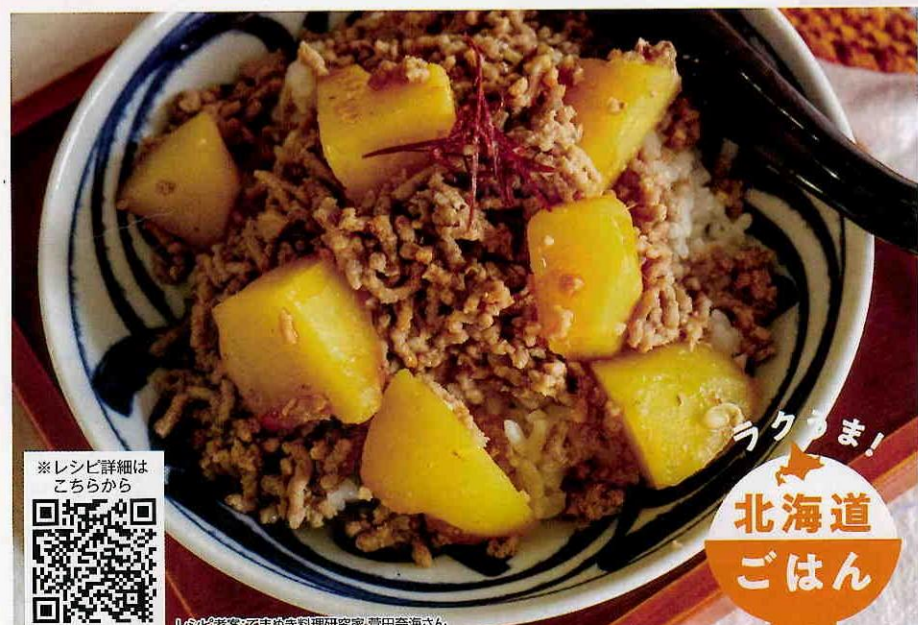


もんすけと一緒にクイズ大会

ほおばる。がんばる。 北海道米LOVE



道産じゃがいもと豚ひき肉の韓国風ほったらかし煮丼



ラクうま! 北海道ごはん



レシピ考案: ぐまめき料理研究家 菅田奈海さん

道産かぼちゃのチーズもち



ラクうま! 北海道ごはん



レシピ考案: ぐまめき料理研究家 菅田奈海さん