

いただきます

令和7年(2025年)12月25日

札幌市立北野台中学校

札幌市立平岡中学校

12月の降雪量は例年になく少ないのですが、かえって、ツルツル路面には悩まされますね。生徒の転倒事故も心配です。外見より手袋、帽子など身を守る服装を心がけてほしいと思います。また、市内ではインフルエンザ、コロナウイルスなどの感染流行も聞かれましたが、両校ともに何とか乗り切ったようです。年末年始も健やかにお過ごしください。なお、給食は1月16日から始まります。(始業式の日はありません。)

今年もまた
おいしい季節が
やってきました！ 北海道米！

給食のお米は11月の下旬か
ら新米になりました。
品種は「ななつぼし」です。

●北海道米は食味ランキング「特A」「A」を獲得！

日本穀物検定協会の調べでは、「ゆめぴりか」「ななつぼし」が基準米（複数産地の「コシヒカリ」のブレンド米）と比べて特に良好なことを示す「特A」ランクに、「ふっくりんこ」が良好な「A」にはいっています。（2024年産）今年も猛暑で生育が心配されましたが、品質は例年並み、収穫量は前年度より6%ほど多くなっています。

●北海道米はクリーンで安心

近年は猛暑が続いているとはいえ、本州に比べればまだ、冷涼な気候の北海道の気候は、稻の病気が発生しにくく、農薬の使用量が全国平均より低く抑えられています。さらに土作りや栽培方法などを工夫し、化学肥料を抑える米作りを積極的に取り組んでいます。

ごはんの
良さ！

<どんな料理にもあうごはん>

淡泊な味のごはんは和食・洋食・中華など
どんな料理にも合わせられます。

<ごはんで生活習慣病の予防>

水分が多く、脂肪が少ないごはんは、量の割には、腹持ちも良く、エネルギーが低いヘルシーな食品です。

<ごはんで豊かな食習慣を>

ごはんを主食にすることで、さまざまな
食品を食べる習慣をつくりましょう。

パン食では難しい、海藻や豆製品・根
菜のおかずとの組み合わせが可能にな
ります。



こんなにある北海道のお米

●ななつぼし

その名の通り、よいお米の条件とされる、「味」「白
さ」「つや」「ねばり」「かおり」「柔らかさ」「口当
たり」の7つ全てに優れている。

●ほしのゆめ

1996年にデビュー。食味も向上し、冷めてもおい
しいと定評がある。どんなおかずにも合わせやす
い。

●おぼろづき

やわらかい食感と強い粘りが自慢。ほのかな甘みと
独特な官能評価では、新潟コシヒカリと並ぶ高い評
価を受けている。

●きたくいん

稻の病気に強く、農薬が
減らせる品種。やわらかく、
粘りが強い。



●ふっくりんこ

2003年にデビュー。その名の通り、ふっく
らとした柔らかさが最大の特徴。

●きらら397

1988年にデビューで不動の人気。たれ通りが
よく、丂物に向いている。

●ゆめぴりか

これまでの品種改良を重ねてきた北海道米
の技術の粋ともいえる品種。官能評価でも堂々
のトップ。

●えみまる

直播式で、低温に強い。味はななつぼしに匹
敵します。

●大地の星

冷凍ピラフに適した加工用品種。