

# 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過ごしてください。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まいりました。  
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」にはなっています。(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、稲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・中華とどんな料理にも合わせられます。

#### <ごはんでは豊かな食習慣を>

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。

#### <ごはんでは生活習慣病の予防>

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。



## 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。

### ●きたくりん

稲の病気に強く、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年デビューで不動の人気。たれ通りがよく、丼物に向いている。

### ●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。