

# 10月給食だより

令和5年度 10月号  
清瀬市立清瀬第五中学校  
校長 堀内雅之  
栄養士 津嶋美希

毎年10月16日は・・・

## 『世界食料デー』です



1945年10月16日に国連食糧農業機関(FAO)が創設されたことを記念し、毎年10月16日は、世界の食料問題を考える日として、国連により1981年から「世界食料デー」として定められています。

世界の一人一人が協力し合い、世界に広がる栄養不良、飢餓、極度の貧困を解決していくことを目的としています。

私たちは食べたいときにいつでも食べられる時代に生きていますが、近い将来、それが当たり前ではなくなる時代が来るかもしれません。食べられるのに捨てられる食品「食品ロス」をはじめ、日本の食料自給率の低さ、食材の安全性など・・・私たちを取り巻く食料問題は多岐にわたります。

これから先、世界中の人々が飢えに苦しむことなく生活するために私たちができることは何なのか、考えるきっかけになればと思います。

また10月は消費者庁が定める「食品ロス削減月間」でもあります。まずは身近なところの「食品ロス」を減らす取り組みから始めてみませんか？



## ～今月の献立紹介～

2日(月)「りんご」 11日(水)「りんご蒸しパン」、12日(木)「アップルトースト」  
・・・りんごは秋頃から旬を迎える果物です。11日には角切りりんごがたっぷり入ったりんご蒸しパン、12日は「紅玉」という品種のりんごを使った「アップルトースト」を作ります。

5日(木)「さつまいも」、26日「大学芋」  
・・・秋はさつまいものおいしい季節です。ほくほく食感を味わってくださいね。

20日(金)「清瀬産 柿」  
・・・清瀬市内の農家さんである「関園芸」さんに甘くておいしい柿を納品していただきます。

27日(金)「秋の香りご飯」  
・・・旬の栗が入った具だくさんの混ぜご飯です。

31日(火)「パンプキンプリン」  
・・・ハロウィンにちなんで、給食室手作りプリンを作ります。

参考文献：学校給食 10月号、農林水産省ホームページ「2020年世界食料デー」

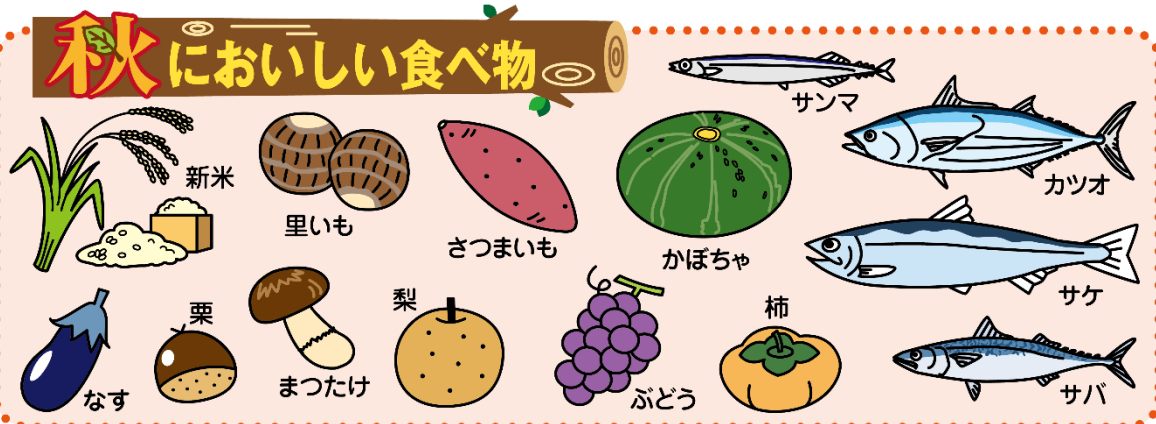
## 実りの秋・食欲の秋 旬の味覚を楽しもう！



「暑さ寒さも彼岸まで」というように、日に日に暑さがやわらぎ、過ごしやすい気候になりました。秋は、お米や、里いも、栗など、昔から日本人の食生活に欠かすことのできない作物が収穫を迎える季節です。また、漢字で「秋刀魚」と書くサンマをはじめ、サケ、サバ、カツオなどの魚は、秋になると脂がのっておいしくなります。

秋の実りや自然の恵みに感謝し、旬の食べ物をおいしくいただきましょう。

### 秋に美味しい食べ物



## よく味わって食べていますか??



皆さんは、どんな味が好きですか？食べたときに感じる味は「甘味・塩味・酸味・苦味・うま味」という5つの基本味に分けられ、料理は、この基本味の組み合わせによって、さまざまな味わいが生み出されています。また、おいしさを感じるのは、味だけでなく、料理の見た目、かんだときの音やかみごたえ、口に入れたときの温度など、さまざまなことが関係しています。食事のときは、それらを意識して、よく味わって食べましょう。

10月は・・・

# 給食に「政府備蓄米」が出ます！



政府備蓄米ってなに？



予期せぬ米の不作に備え、国が貯蔵している米のことです。平成5年に米の大凶作が起きたことが関係しています。当時は米の緊急輸入などにより対応しました。これを受け、政府は平成7年から米の備蓄制度を開始しました。政府備蓄米は、温度15度、湿度60%~65%の倉庫の中で鮮度を保った状態で備蓄されています。以前は「たくわえくん」という名前で一般販売もされていました。



なぜ給食に備蓄米が出るの？



農林水産省が、学校給食等に使用する米の一部に対し、政府備蓄米を無償で交付しているからです。幼児・児童・生徒に対し「米の備蓄制度」をはじめ「ごはん食の重要性」を理解してもらうことを目的としています。五中は今年度、70kgの備蓄米を提供していただきました。五中の給食では1回あたり、約30kgの米を炊いているので、これは五中の給食2,3回分(約690人前)の米に相当します。なかなか食べる機会のない「政府備蓄米」、ぜひ普段食べているご飯と食べ比べてみてくださいね。(使用する料理は未定なので後日お知らせします。)



お米の生産は基本的に一年一作で、その年の天候に大きく左右されることがあります。このため不作の時でも国民の皆さんに安心してお米が食べられるように、お米の備蓄制度があります。

## ■お米の備蓄運営のしくみ■

不作によりお米が不足するときに備え、適正備蓄水準を100万トン程度(6月末)として、国内産米を毎年約20万トンづつ一定期間(5年間程度)備蓄しています。不足時にはこの備蓄米を放出し、消費者への安定供給が図られます。

## ■低温保管されています■

備蓄米は玄米の状態で大切に低温保管されています。玄米は生きているため、長期保管に適していますが、常温で保管すると呼吸が活発になり、お米の温度も上がって変質してしまいます。そこで、備蓄米は、常に温度15℃以下、湿度も一定に保てる倉庫で保管して品質を保持しています。

## ■低温保管のメリット■

- ◆ 新米とほとんど変わらない品質を保ちます。
- ◆ 栄養分の損失を防ぎます。
- ◆ 脂質の酸化を抑えます。
- ◆ カビ等の微生物の繁殖や害虫の発生を防ぎます。
- ◆ お米の保管上の安全性が確保できます。

## — 政府備蓄米（無償交付） —

児童・生徒の皆さんに、「ごはん食の重要性」、「お米の備蓄制度」を理解していただくために、学校給食等<sup>※</sup>で使用するお米の一部に対し、備蓄米を無償で交付しています(交付する備蓄米は、直近の年産米です。)

※ 米飯給食用(米粉パン等を使用した給食も含む)、学習教材用、試食会用

関東農政局 東京都拠点 地方参事官室

〒135-0062 東京都江東区東雲1-9-5 東雲合同庁舎第(3階)

電話03-5144-5258 FAX03-5144-5275

食べて  
応援しよう!

被災地を応援