

# 10月の給食だより

平成 29 年 9 月 28 日  
高岡市立戸出東部小学校



9月も下旬になり、日に日に秋の気配が色濃くなってきました。日中は暑さを感じる日もありますが、朝晩の風は冷たく、気温差が大きくなってきましたね。体調管理をしっかりと、元気に過ごしましょう。



ごはんをしっかりと食べていますか？

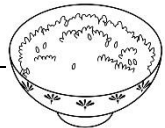
10月は新米の季節！

新米の季節になりました。給食のごはんも、10月上旬には、高岡市産コシヒカリの新米で炊いたものが届きます。新米で炊いたごはんは、色が白く、粘りがあり、ふっくらしているのが特徴です。

日本人は、昔から米を主食としてきましたが、最近では食の欧米化などで、米の消費量が年々減少していると言われています。この機会に、米について考えてみましょう。

## 《お米クイズ》 さんたくクイズです



Q 1	お米一粒を植えると、何粒のお米ができるでしょう。 ① 約80粒      ② 約800粒      ③ 約1600粒	
Q 2	私たちがふだん食べているお米は、次のうちどれでしょう。 ① もち米      ② うるち米      ③ うるとら米	
Q 3	お米を量るときは、「合」「升」「斗」「石」という単位が使われます。この基準を、最初に統一した人は誰でしょう。 ① 織田信長      ② 豊臣秀吉      ③ 徳川家康	

### Q 1について

一粒のお米を植えると、秋には約20本の稲穂が実ります。1本の稲穂に約80粒のお米がつきます。だから、一粒のお米からは、20×80で、約1600粒のお米ができます。

ちなみに茶わん1杯分のごはんは、約3500粒なので、ほんの2～3粒のお米から、茶わん1杯分のごはんができることになります。

答え： ③ 約1600粒

### Q 2について

ふだんから主食として食べているごはんは「うるち米」です。おもちや赤飯を作るときに使う「もち米」に比べて、ねばり気が少ないお米です。

「うるち米」の中に、「コシヒカリ」など、全国にたくさんの種類があります。富山米といえば、コシヒカリのイメージが強いですが、富山生まれの品種「てんたかく」や「てんこもり」「富富富」も作られています。

答え： ② うるち米



### Q 3について

「合」「升」「斗」「石」は、日本独自の単位で、「尺貫法」といわれています。この基準を最初に統一したのは豊臣秀吉で、「太閤検地」によるものといわれています。1合は約150gです。10合で1升、10升で1斗、10斗で1石になります。ちなみに、高岡の街を開いた前田利長公は、加賀百万石（毎年15万トンのお米がとれる土地）の藩主でした。

答え： ② 豊臣秀吉

