

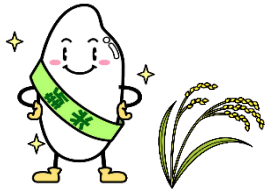
# 食育ひろば



令和6年  
11月  
No.39

## ～みんなに伝えたい 食のおはなし～

11月23日は勤労感謝の日。働くことをうやまい、感謝する日ですが、本来は、農耕民族である私たちが、働くことで恵みを得る（作物を収穫する）ことに感謝し、お祝いする日です。



### 秋の味覚の一つ 新米！の巻

おづみん、新米の季節がやってきたね～。



新米？  
いつものお米と何か違うの？



この秋に収穫して、

12月31日までに精米したお米を新米と言うのよ。

収穫してすぐだから、香りもよくとっても美味しいの。



わ～い、お米大好き！



3

泉大津市の学校給食でみんなが

食べているお米は、連携する農産地から質の高いお米を購入しているの。



さらに身体により良い栄養価やうまみを残した特別な金芽米加工をして提供しているのよ。

4

お米の主な栄養素（炭水化物）には、

☆ 脳の働きを活発にする

☆ スタミナ（体力）を保つ

など、身体にとって大切な働きがあるのよ。

美味しいお米をしっかりと食べて、元気に過ごそう！

