

9月：

ふるさと食材伊万里



夏休みは楽しく過ごせましたか？

おうちで、赤・黄・緑の食べ物をしっかりたべて
元気もりもりのみなさんにクイズです。

今月のふるさと食材が何か知っていますか？

ヒント

- ① いろはむらさきいろです
- ② きみどりいろのものもあります
- ③ たねがあるものと、ないものがあります
- ④ まるいつぶが、たくさんついています
- ⑤ くだものです



- ① 「いろ」は、「むらさきいろ」です
- ② 「きみどりいろ」のものもあります
- ③ 「たね」があるものと、ないものがあります
- ④ 「まるいつぶ」がたくさんついています
- ⑤ 「くだもの」です

9月：ぶどう

ふるさと食材伊万里



こたえは「ぶどう」でした。

今月のふるさと食材伊万里

本日の給食にも登場する「ぶどう」についてお知らせします。

伊万里でつくられている「ぶどう」



伊万里ぶどう生産者 古野さん
ぜいさんしや

伊万里ぶどうがいちばん多く収穫
されるのは8月の中旬頃です
おお しゅうかく
ちゅうしんぐう



ピオーネ



西九州食財ネットワークHPより



伊万里は四季を通してフルーツを味わえる、「フルーツの里」でもあります。

たくさんの農家の方が、「ぶどう」や「なし」「イチゴ」などのフルーツを生産されています。

伊万里では大粒で甘くコクがある「巨峰」「ピオーネ」や、皮ごと食べられる「シャインマスカット」を主に栽培しています。

今日の給食に登場するのは「巨峰」です。

伊万里でつくられている「ぶどう」



西九州食財ネットワークHPより



ぶどうの産地である伊万里市では、ぶどう栽培にかかわる農家の方が協力して、栽培方法や手順を統一することで安全性を高め、甘みがたっぷりでつややかなぶどうの栽培にとりくんでいます。

昔は稲を育てていた土地を活用し、ハウスなどでの栽培が盛んです。定期的に苗の管理を行い、ルールに沿って水やりをしたり、肥料をまくことでぶどうの品質を向上させる根域栽培という栽培方法を進められているそうです。この方法で、ぶどうの甘みが増し、おいしく美しい状態で収穫ができるそうです。

おいしいぶどうを食べられるのはこういった農家の方々の努力のおかげなんです。

ぶどうのはたらきを知ろう①

【おもなはたらき】

からだのちょうしをととのえる

【おもな^{えいようそ}栄養素】

^{しょくもつ}
食物せんい

^{ちょう}
腸のちょうしをととのえます



みんなが大好きな「ぶどう」その主な働きを紹介します。

主な働きとしては、からだの調子を整えます。

主な栄養素としては、「食物繊維」があり、腸の調子を整えます。

ぶどうのはたらきを知ろう②

【一口メモ】

ぶどうを乾燥させた「干しぶどう」には、なまのものよりおおく「食物せんい」がふくまれています。
その量は、約4倍です。



また、「ぶどう」を乾燥させた「干しぶどう」には、生の「ぶどう」より多く食物繊維が含まれています。

その量は、約4倍です。

給食センターでの作業

今日のぶどうの粒は約11,000粒！370房ほどのぶどう



今日のぶどうは、小学生ひとりあたり2粒、中学生一人あたり3粒の予定で、小学校・中学校全体で11000粒ほどありました。1房に30粒前後ついているので約370房のぶどうを納品してもらいました。

では、給食センターではどのように作業しているのかを見てみましょう

①房から一粒ずつ手で切り離しているところです！

ぶどうにキズをつけないように、注意しながらの作業でした。この作業が、12人で40分ほどかかります。

②濃度が濃い酢につけて消毒をします。③ぶどうは、流水で水そうをかえながら、3回洗います。そして、丁寧に数をかぞえて配缶をしてくださっています。

伊万里の特産であるぶどう。

手間をかけておいしくつくってくださる農家の方や、おいしく食べてもらうために1個ずつ丁寧に扱ってくださる調理員さんたちに感謝をしましょう。

ふるさと食材伊万里の日：ぶどう

楽しい給食時間を過ごしましょう♪



今日のぶどうのお話、いかがでしたか？
今日も楽しい給食時間を過ごしてくださいね。