

10月7日（金）、10月11日（火）にJA新潟中央会主催の「米ふれあいスクール」に午前部普通科3,4年次フードデザインの授業で参加しました。

シャカシャカおにぎり、キンパ、米粉のすいとん汁の3品を作りました。改めてお米のおいしさを実感し、米粉の魅力を知った一日でした。日本農業新聞（10月15日）に授業の様子が掲載されました。



こめ隊
おこめ隊
がたおこめ隊
にいたおこめ隊
にいたおこめ隊
にいたおこめ隊

高校生にご飯食PR

ふれあいスクールで3品調理

JA新潟中央会が事務局を務める新潟県米消費拡大推進協議会（愛称「にいがたおこめ隊」）は10月上旬、新潟県産の米をもつと食べてほしいとの思いから、新潟市立明

米粉のすいとん汁など3品を調理する明鏡高校の生徒

鏡高校で高校生「米ふれあいスクール」を開いた。普通科の3、4学年20人が参加。調理実習や食生活に関する講義を通じて、ご飯食の良さをPRした。

講師は、県栄養士会の鈴木亜未管理栄養士が務めた。調理実習では、地元JA新潟市の

ブランド米「キラキラコシヒカリ」を使った「シャカシャカおにぎり」「折りたたみキンパ（おにぎりず）」と「米粉のすいとん汁」3品を調理した。6班に分かれて、約1時間で完成。生徒は講義を聞きながら完食した。鈴木管理栄養士は

「ご飯は粒食で腹持ちが良い。一日の中で最も大切な食事である朝ご飯は、お米がお薦め」と呼びかけた。

JA新潟市の担当者は管内農業の概要を説明し、主な栽培作物や農産物直売所キラキラマーケットを紹介した。

応援隊は2022年度、同スクールを県内17校で28回開き、約620人の生徒が参加する予定だ。