

しがつ しせいしこう しゅうねんきねんこんだて てーま し こめ  
**4月の市制施行20周年記念献立** テーマ：つくばみらい市は米！

こんだて きんめまい はん てま きゅうにゅう しないさんこめこ げんまい  
 献立：金芽米ご飯、手巻きのり、牛乳、市内産米粉のみらいスティック、玄米ツナサラダ

しないさんやさい しる こめこ  
 市内産野菜のみそ汁、米粉のカップケーキ

Aブロック：4月24日（金） Bブロック：4月28日（火）

## つくばみらい市は た おうこく **田んぼ王国！？**

つくばみらい市の面積は7916ha（ヘクタール）です。

市全体の約38パーセントが田んぼで、みんなが知っている東京ディズニーランドが、約58個も入る広さなんです！その広い田んぼで、みなさんが給食で食べているおいしいお米が作られています。

おいしいお米作りに必要な条件は、①きれいな水、②天気、③広くて平らな土地、④栄養豊富な土がありますが、つくばみらい市はこの全てがそろっており、古くから「谷原三方石」とよばれる米どころとして品質の良いお米の栽培が盛んに行われています。そして個性豊かな様々な品種のお米が栽培されています。

さて、つくばみらい市ではどんな品種が栽培されているのでしょうか？

右のクイズにチャレンジしてみよう！！

し たつじん  
**これを知っていたら、あなたもつくばみらい市の達人！！**

## まいにち こめ た うんどう **【毎日お米を食べよう運動】**



この【毎日お米を食べよう運動】はお米に興味をもってもらういろいろな取り組みを行い、つくばみらい市で栽培されたお米をたくさん食べてもらえるようにする運動です。

- ①みらい米フォトコンテスト：お米や田んぼの風景をテーマにした写真コンテスト
  - ②みらい米おにぎりコンテスト：オリジナルおにぎりのアイデアを募集するコンテスト
  - ③バケツ稲作り体験：バケツで稲を育ててお米を収穫しよう！「バケツ稲作りキット」の配布 など
- そのほか、つくばみらい市では市内産米のPRや市内産米が食べられる飲食店のPRなどを頑張っています！

がつ こめ し こめ きゅうしょく た  
 4月のテーマは「米」！つくばみらい市はお米がおいしいんです。給食で食べているお米は、つくばみらい市でとれたお米です。毎日何気なく給食で食べているお米は、どんな土地で育ち、私たちのもとへ届くのか？  
 こんげつ し こめ しょうかい  
 今月は、つくばみらい市の「米」について紹介します。

クイズ！！

## つくばみらい市で栽培しているお米の品種ランキング

※令和7年産作付計画面積

1位 ① 面積：1804ヘクタール 収穫量：8659トン

いわずと知れた日本を代表するお米。強い粘りと上品な甘み、もちもちとした食感が特徴。給食ではこの品種を「金芽米」に加工して提供しています。

2位 ② 面積：237ヘクタール 収穫量：1137トン

ご飯の炊きあがりがつややかであることから命名された。コシヒカリと同等のおいしさで、お米の粒ひとつひとつが大きく、食べ応えがある。もちりとした食感で粘りが強く、お米の甘みも強い。

3位 ③ 面積：142ヘクタール 収穫量：681トン

茨城県が開発したオリジナル品種で、大粒でふっくらとした食感と、冷めても硬くなりにくい優れた食味が最大の特徴。

4位 ④ 面積：29ヘクタール 収穫量：139トン

茨城県が開発したオリジナル品種で、コシヒカリの「強い粘り」とササニシキの「柔らかさ・さっぱりとした食感」を合わせ持つ高品質な米。

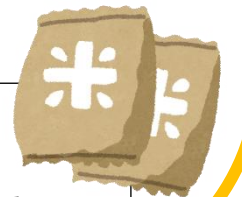
5位 ⑤ 面積：15ヘクタール 収穫量：72トン

甘みと旨みをしっかり感じられるが、後味はすっきりしている。秋田美人のように美しい白さがある。

①～⑤に入る品種がわかるかな？下から選んでね！

- ・にじのきらめき
- ・あきたこまち
- ・こしひかり
- ・ゆめひたち
- ・ふくまる

こたえは左下を見てね！



## きゅうしょく た ほん なんつぶ **給食で食べているご飯は何粒！？**



しょうがく ねんせい た ほん しょうがく ねんせい しょうがく  
 小学1～2年生が食べるご飯は120グラム、小学3～4年生は150グラム、小学5～6年生は165グラムです。それぞれ粒にすると、1～2年生で約2500粒、3～4年生で約3200粒、5～6年生で約3500粒になります！

ちい こめ つぶ ひと つぶ が 集 ま っ て、みん な の元 気 のも とに な る ご 飯 に な り ま す。お米は農家さんが田んぼをたがやし、田植えや水の管理を行い、手間ひまかけて大切に育てています。農家さんに感謝の気持ちをもって、ご飯をおいしくいただきましょう！