

# 「うまいぞ!! みはら」給食

きゅうしょく つか みはらしさん のうすいさんぶつ しょうかい  
～給食で使った三原市産の農水産物のご紹介～

## 【お米について】

お米は、国内で唯一自給できる穀物で、普段食べているお米をうるち米といいます。

三原市で昨年にお米が植えられた面積は約 2,353 ヘクタール（マツダスタジアム約 1,025 個分）で、鷺浦町を除く全域で植えられています。

代表的なお米の品種は、「コシヒカリ」、「恋の予感」、「あきろまん」、「キヌヒカリ」、「あきさかり」などで、学校給食には、主に「あきさかり（農薬などを削減した特別栽培米）」や「コシヒカリ」が使われています。

## 【米粉について】

三原市は、中国地方（広島県、岡山県、山口県、島根県、鳥取県）、四国地方（愛媛県、香川県、高知県、徳島県）で最大規模の米粉用米の生産地です。

米粉は、お米を細かく砕いて粉状にしたもので、奈良時代からあり、もち米から作った白玉粉、うるち米から作った上新粉などが、だんごやもち、ようかんなどの和菓子、おかき、せんべいなどに使われてきました。

最近では、技術の進歩により様々な粉の作り方が生まれ、パンやケーキ、麺類などの様々な食べ物が米粉で作れるようになっています。

米粉の特徴は、食感がモチモチで、小麦粉と比べるとアミノ酸バランスが良く、油の吸収が低いヘルシーな食品です。また、小麦粉にはアレルギー症状などの原因のひとつであるグルテンが多く含まれていますが、米粉には含まれていません。

三原やっさタコのから揚げには、大和町に米粉製造専用工場を持つ増田製粉株式会社が三原市のお米から加工した「米粉」が使われ、おこめんスープには、大和町の株式会社おこめん工房で加工した食品の「おこめん」が使われています。

「おこめん」はグルテンフリー（小麦などに含まれるグルテンを食べない食事や食品のこと。）の食品です。

【おこめん】



【米粉】



## 【わけぎについて】

オーロラ MIHARA サラダのわけぎは、広島県が全国の生産量の約6割を占める日本一の生産地です。

木原町は「わけぎ発祥の地」とされ、約150年前の明治の初期から栽培を始め、現在、木原町のほか鷺浦町（佐木島）を中心とした沿岸部で、約60名が8ヘクタール（マツダスタジアム約3.5個分）の農地で栽培し、年間約100トン（1リットルの牛乳パック約10万個分）を生産しています。

わけぎは、種ではなく球根を植え付け、一球が株分れして増えていくことから子孫繁栄を象徴する食材として、桃の節句に好んで食べられています。

ねぎに比べ、くせがなく香りもやさしくてからみすく、辛味が少ないのが特徴です。

三原市内の一部スーパーや農業協同組合の直売所「やっさふれあい市場」などで売られています。

## 【白ねぎについて】

おこめんスープの白ねぎは、平成27年から大和町で生産拡大に取り組んでおり、現在では28名が約6ヘクタール（マツダスタジアム約2.6個分）の農地で生産されています。

大和町は、比較的ひんやりとして涼しい地域で、夏でも生育し、冬場の寒さにより甘い白ねぎになります。

昨年9月に大和地域農業振興部会が三原市立大和中学校の1年生に白ねぎの学校給食

メニューの考案をお願いし、選考した3品をアレンジし、1月に大和町と久井町の三原市立小中学校で提供されました。

## 【わけぎ】



## 【白ねぎ】



がつ だいわちょう くいちょう みほらしりつしょうちゅうがっこう てい

## 【れんこんについて】

オーロラ MIHARA サラダのれんこんは、大和町の篠や大草、  
椋梨、神田地区で約10年以上前から生産に取り組んでいます。

特徴は、甘みがあり、ホクホクとした食感です。  
生産者10名が約9ヘクタール（マツダスタジアム約3.9  
分）の農地で生産しており、寒い時期に大変苦勞して収穫して  
います。

大和町産の白ねぎとれんこんは、道の駅「よがんす白竜」や  
東広島市の農業協同組合の直売所「となりの農家」などで売ら  
れています。

【れんこん】



## 【鶏肉について】

おこめんスープの鶏肉は、三原市内の生肉専門店鳥徳と道の  
駅みはら「神明の里」、三原市内の生産者が連携したブランドの「み  
はら神明鶏」で、整腸作用のある生菌剤とハーブエキス配合の餌  
を与え、生産から小売までの一貫した体制により新鮮な鶏肉とし  
て提供されています。また、香りがよく、ほどよい弾力とコク・  
旨みが詰まった美味しい鶏肉です。

なお、三原市は肉用の鶏の飼育数で広島県の約3割弱を占め、  
県内1位の生産地です。

【みはら神明鶏】



## 【タコについて】

三原やっさタコのから揚げのタコは、  
三原市漁業協同組合のブランドの「三原  
やっさタコ」です。瀬戸内海の海流にもま  
れて身の引き締まったマダコを漁船から  
水揚げ後、すぐに活締めし、鮮度を保つ  
たまま急速冷凍と真空包装することで、  
解凍後もとれたての旨みと鮮度を保ってい  
ます。

【三原やっさタコ】



## 【その他の食材について】

オーロラ MIHARA サラダとおこめんスープのキャベツと大根、人参も、三原市内で生産されているもの  
を使っています。