

「特集」 教室で、うちで、みんなで

ギョツとおにぎり!

おにぎり名人になる!

「霧島おにぎりプロジェクト」に込めた思い NPO法人 霧島食育研究会 千葉しのぶ 16

課外授業! 身体でわかるおにぎりづくり ふるさと料理人 藤清光 18

米つくり農家のおにぎりアラカルト おしの農場 鈴木友子 24

セルフおにぎり給食 広島・三原市立三原小学校 土井美樹 26

調理員がクラスを訪問 残りごはんでおにぎり隊

神奈川・横須賀市立大塚台小学校 木村生子 28

おにぎり・おむすび・豆知識 30

おにぎりて授業!

家庭 教えて藤本先生! おにぎりてどんな授業ができますか? 34

総合 気仙沼おむすびプロジェクト 宮城・気仙沼市立鹿折小学校 38

総合 家族でつくろうおにぎりの日 長崎・波佐見町立南小学校 福田泰三 44

国語 高菜のおにぎりから「母ちゃんの声」が聞こえる 千葉しのぶ 48



保健 **ヨードデンプン反応で手洗い実験** 編集部 49

保健 にぎる前に手洗いを！こんなにちがう細菌の量 西島基弘 50

理科 **竹の皮で包んだおにぎりはなぜうまいか？** 長野・飯田市立三穂小学校 手塚恒人 52

コンビニおにぎりQ&A

「コンビニおにぎりは腐らない」って本当ですか？ 吉田啓子 56

「保存料・着色料不使用」なら安全ですか？ 西島基弘 58

ごはんを水に入れると浮いてくる油はなんですか？ 鈴木修武 60

「コンビニおにぎり」からみえてきたもの 広島大学附属中・高等学校 日浦美智代 62

小特集 **コストかけずにおいしい給食——食材高騰を乗り切る工夫**

東京 ミスター国産給食！ 江口栄養教諭のやりくり三カ条 東京・杉並区立三谷小学校 72

●ほんのひと手間でかわる！

市販品を手づくりにも編

福島 ジャム、ふりかけをボールに盛って配食 亀田明美 78

香川 四〇〇四〇円のゼリーが、六〇〇二二円に 白川恵美子 80

愛媛 市販ビーンズを手づくり 八戸で人気豆料理 庭瀬美喜 81

肉・魚を大豆にも編

香川 一kg五〇円のおからでハンバーグ 白川恵美子 82

京都 手づくり五目煮豆で四〇円節約 近藤直子 83

●やっぱりと和食・郷土食

福島 二五パターンの献立で給食管理が自由自在 亀田明美 86

兵庫 米に麦を入れて炊く 体調面でも効果あり 宮田さとし 91

長野 給食だよりで地元食材が集まった！ 古畑千賀子 94

大分 揚げ煮にしてコストも好き嫌いも減った 吉野操 95

●米粉が使える！

宮城 ところみ、揚げる、固める 米粉でつくる新食感の給食メニュー 菅原啓子 98

兵庫 地元産の米粉でケーキ、アカウオの磯部揚げ 種森ひかる 104

高知 育てた米でつくった米粉パンを給食に！ 野村ゆかり 102

栽培 学校農園を生かす

どこでもだれでもできる 種からの野菜づくり 「イチゴ編」 前

ペットボトルの鉢づくりと定植 文 竹村久生／絵 橋本洋子 112

学が意欲を引き出す 「イネの観察ノート」 ⑤ (最終回)

イネの収量を確かめる方法 松本重男 118

中学校 技術・家庭科 必修「生物育成」——私の実践と提案

つなぐことで栽培を広げ、誰でもできる学習に 大河原敏光 124

食育 学校給食を体験と学びの場に

給食を食べることに ⑤ 調理員はエンターティナー!? 奥瑞恵 128

何でも食べてみよう! ②⑨ (最終回) ノビル 金成泰三 132

▶カラー口絵・マンガ

家族でつくろう おにぎりの日 1

手塩でむすぶ極上おにぎり
——20個つくれば誰でも名人! 4

にぎる前には手洗いを! 8

オジサンの自由研究⑤⑨ 久し振りの手前みそ
トミタ・イチロー 163

食育ものがたり⑩（最終回） 架空の世界の食文化を描く物語 種村エイ子 134

教材 地域のモノ・コトを生かす

いまも生きる昔のモノサシ⑩（最終回） 命を支える月のリズム——カ月 岩瀬正幸 136

漢字から学ぶ 古代人の暮らしと心⑤（最終回） 漢字の漢に、なんで「ミ」がつくの？ 浅野真嗣 138

体験から生まれる算数⑤ ドフガイの好きな場所をどう調べるか？ 大井康嗣 140

田んぼの生きものを調べる⑩（最終回） 田んぼの世界認識 宇根豊 144

学校と地域 ともに元気に

小学生二〇万人の農村体験・「子ども農山漁村交流プロジェクト」を活かす⑤

集客・誘致 五つの方法 小椋唯一 148

実践ルポ

森の保育で子どもが育つ——木更津社会館保育園の挑戦④ かわいそうなのは「すぐにできてしまう子」 斉藤道子 152
販売で農作業への意識がかわる ナスの収穫・ミニニクの植えつけ 島根県立松江養護学校高等部（前編） 158

○読者プレゼント 64

○職員室におじゃまします 66

○私のブックレビュー 164

おもしろ地理学会編 『世界で一番気になる地図帳』 評者・田中千尋

姜尚中著 『悩む力』 評者・伊藤真理子