

がつ にち すい
2月8日(水)

ふるさと給食の日



※ふるさと給食とは…白老産の食材やアイヌ料理を用いた給食



ふきの炒め煮

「ふき」が出回る季節になると、「春が来たな」と思いますよね。ふきは春が旬で春の季語にもなっています。

独特のほろ苦い味と香り、シャキシャキした歯ざわりが特徴のふきは、数少ない日本原産の伝統野菜だといわれています。

アイヌ民族の方は保存をして、1年中食べていたそうです。

いなきびごはん

いなきびは、「もちきび」とも呼ばれ、冷めても、もちもちとした食感が続き、よく噛むと甘味を感じられる雑穀です。

亜鉛や鉄分などのミネラルのほか、善玉コレステロールに働きかけるタンパク質も豊富に含まれています。

本日の献立

- ◎いなきびごはん
- ◎たらオハウ
- ◎イモシト(芋団子)
- ◎ふきの炒め煮
- ◎牛乳

ふきの炒め煮

牛乳

イモシト
(芋団子)

いなきび
ごはん

たらオハウ

イモシト(芋団子)



ハレの日(お祝いの日)や儀式などの特別な日にお供え物やご馳走として、シト(団子)が作られました。

北海道の郷土料理に「いもち」「かぼちゃ団子」がありますが、日本各地には、じゃが芋だけではなく、さつまいもや里芋を使ってお団子を作る地域があります。

たらオハウ



たらはイオマンテの料理として「たらの塩煮」が欠かせないなど、白老では昔から身近な魚です。

たらの名前の由来は諸説ありますが、その中から3つ紹介します。

- ①たらの身は真っ白なことから「血が足らぬ」と呼ばれ、それが転じて「たら」と呼ばれた。
- ②たらの体は「まだら模様」になっていることから、「たら」と呼ばれた。
- ③たらは大食漢の魚で「たらふく」食べることから、「たら」と呼ばれた。

どの説が濃厚だと思いますか？

イランカラッテ！ おいしい給食のあとは、アイヌの人たちのたべものにまつわるクイズにチャレンジ！

(白老町政策推進課アイヌ政策推進室 作成)



アイヌの人は、うみやかわ、やまでとれる
いろいろなたべものをどのくらいとるでしょう？

- A: とれるものをぜんぶとる
- B: じぶんたちがたべるぶんだけとる
- C: ばしょをうつしながら、すこしずつとる
- D: 1つのばしょで、とれるだけとる



アイヌの人が、もっともおそれたものは、
つぎのうちどれ？

- A: びょうき
- B: じしん
- C: ききん(たべものがまったくとれなくなること)
- D: つなみ



アイヌの人は、ききんがなぜ、
おこるとかんがえていた？

- A: とれたたべものをそまつにする
- B: たべものがとれてもカムイ(かみ)に、かんしゃのおいのりをしない
- C: わるいカムイがききんをおこす
- D: シカやクマが、ふえすぎたから



アイヌの人は、ききんやふゆにそなえて、
たべものをどのようにしていた？

- A: はっこうさせる
- B: けむりでいぶす
- C: かんそうさせる
- D: こおらせる



アイヌの人が、ぎしきやおいわいのとき、
かならずつくりようりは、つぎのうちどれ？

- A: うどん
- B: だんご
- C: いなきびごはん
- D: まんじゅう



アイヌの人がだんごをつくるとき、
つかうざいりょうはどれ？

- A: イナキビ
- B: ジャガイモ
- C: カボチャ
- D: こめ

ぜんぶ、こたえられたかな？
わからないことがあったら、
しらべてみてね！

こたえは



食材王国しらおい
イメージキャラクター
【のんの】



オハウのあじつけにつかうものはどれ？

- A: こんぶ
- B: どうぶつのあぶら
- C: さかなのあぶら
- D: しお



アイヌの人はフキを、たべるいがいに
どんなものにして、りょうした？

- A: こや
- B: なべ
- C: あまがっぱ
- D: くつ