



しゅんのものって
おいしいね。

このままだとたべられないから
「せいまい」するよ。

いなほ



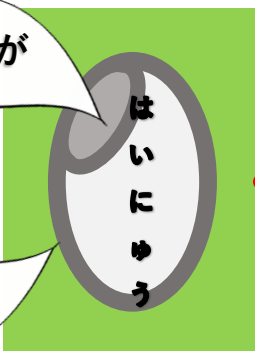
ここにおこめがはいって
いるよ。

げんまい

はいが

はい
に
ゅう

ぬか



ぬか
を
とると



はいがまい

はいが

はい
に
ゅう

はいが
を
とると



はくまい

はい
に
ゅう



いろがどんどんしろくなるよ。

いつもたべてるおこめはどれかな？
おうちでみてみよう！

ぽんぽんニュース

2026.10



名阪食品株式会社

<http://www.meihan-shokuhin.co.jp/>

〒330-0803 埼玉県さいたま市大宮区高鼻町1丁目25-1

Tel 048-650-6682 Fax 048-650-6683

今回のテーマは「しゅんのものっておいしいね」の中から
「しんまい」（おこめのはなし）をピックアップ！

お米ってどうやってできているか知っているかな？



お米を
図でみてみよう！

●新米の時期になります。お米はこの時期に収穫されて1年かけて（それ以上かかる事もあります。。）食べている事を伝えましょう。今が「新米」の時期で一番美味しくお米を食べる事が出来る時期だという事を伝えましょう。

●家で食べているお米はどんな状態なのかを観察するように促してみましょう。園で使用しているお米がどの状態なのか、お家と同じなのか違うのか、比べてみるのも楽しいかもしれません。

おとなの ぽんぽんニュース

2026.10



「新米」の期限

食欲の秋。「新米」の時期です。新米はつやもありみずみずしくとても美味しいですね。何気なくこの時期に新米という言葉を使いますが、「新米」と呼べるのは収穫された年の年末までに精米されたものなのです。お米の美味しいこの時期に、子供と一緒にお米を研いで炊いてみるのはどうでしょうか？

食のことわざ

「米の飯より思（おぼ）しめし」

米のごはんをご馳走してくれたことはありがたいが、それよりもご馳走してくれた人の気持ちがより一層ありがたいという意味です。

また、贈り物はその中身より、それを送ってくれた人の気持ちが嬉しいということなのです。

人の思いやりに感謝する気持ちをあらわしたことわざですね。

稲作の歴史と日本の食文化

約2500年前の縄文時代後期に、稲が大陸から日本へともたらされました。稲作はやがて狩りや漁、採集に代わって食料生産手段の主役になります。ここから安定住生活が始まり、日本独特の風土と文化が生まれたとされています。

田んぼを耕して稲を育てて生活をする。稲作は自然の力にその実りが大きく左右されますから、祖先の霊を田んぼの神様として信仰するようになったのは自然の流れだと言えます。田んぼ・イネにまつわる伝統行事やお祭りは、今も各地でたくさん伝えられています。稲からつくられる「ごはん」は日本の古くからの食文化なのです。

日本には、なんと400種類ものお米の品種があります。主食として日本人の食卓を支えてきたお米は、時代によって様々に進化を遂げ、その結果として品種がとて増えたようです。

味よりも量を重視した品種、田植え機での栽培に適した品種、味にこだわった品種、栄養素にこだわった品種……など、様々な種類のお米が存在します。いろんな品種を食べ比べてみるのも楽しそうですね。



名阪食品株式会社

<http://www.meihan-shokuhin.co.jp/>

〒330-0802 埼玉県さいたま市大宮区高鼻町1丁目25-1

Tel 048-650-6682 Fax 048-650-6683