

見て👀感じて♡食べてみよう! ~ 魚のことを知って、おいしく食べよう ~

11月は「しまねふるさと給食月間」でした。最近、児童・生徒は、魚より、肉を好み、魚の切り身を給食に出しても骨がささるから苦手という傾向にあります。そこで、「しまねふるさと給食月間」にあわせ、「魚を丸ごと焼いて提供するのはどうだろうか」と思い浜田の「どんちっちあじの丸ごと焼き」を給食に出すことにしました。給食で「どんちっちあじ」を提供するにあわせ、出前授業を公募したところ、金兼手小学校6年生から希望がありました。今月は、浜田水産事務所から出前授業に来ていただいた様子を紹介します。テーマは、「魚のことを知っておいしく食べよう」です。

【ポイント① 水産業のことを知ろう】

Q. 鳥根県でよく獲れる魚はどんな魚?

A. のどぐろ、さば、あじ、いかなど

Q. なぜ、鳥根県で魚がよく獲れるの?

A. 環境がよく、水温がちょうど良いから。

< 漁業の3つの課題 >

- ① 魚の獲れる量が毎年変わる。
- ② 漁業は、石油をたくさん使う。
- ③ 魚を食べる量が減っている。

Q 浜田のどんちっち三魚、はどんな魚?

A のどぐろ、あじ、かれい

Q 「どんちっちあじ」と「ふつうのあじ」の違いは?

A 魚に含まれる脂の量

- ・「ふつうのあじ」 3.5%
- ・「どんちっちあじ」 10%以上

どんちっちあじは、プランクトンをたくさん食べているので、脂がたくさんあります。

【ポイント② 魚の正しい食べ方を知ろう】

1. 最初に魚の中心に切れ目を入れる。
2. 背中側の身から食べる。(頭側からしっぽへ)
3. お腹側の身を食べる。(硬い骨に注意!!)
4. 背骨と頭をとりのぞく。(左手でしっぽをつまみはして身をおさえながら取りのぞく。)
5. 骨をお皿の端にまとめる。
6. 下側の身を食べる。

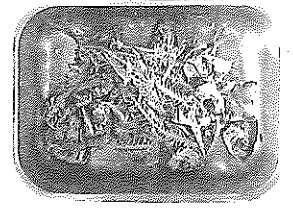
きれいに完食



あじに含まれる脂の量をはかってみよう!
 不発火機を使って脂の量をはかりました。



「上手に骨がはずせたよ!」
 「おいしかった」と子供たちは満足そうな様子でした。



下膳してきた食缶も上手に食べられた様子で残さいも少なかったです。