

# 並木第二保育園のお米について

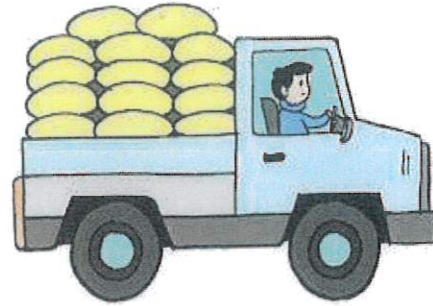


## やまぜんファーム



京都府相楽郡にある  
ファーム笠置

ファームおとのは  
(とまのはこども園とおとのは学園の  
間にあります)



並木第二保育園の内に  
お米専用の冷蔵庫があります！

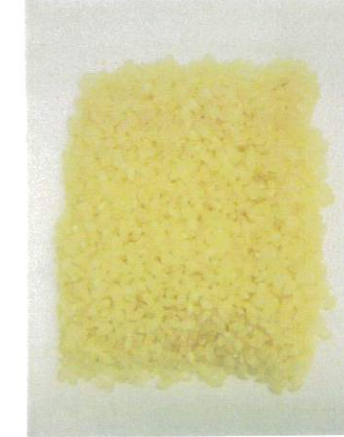


園まで運ばれ、お米専用の冷蔵庫に保管します

園に精米機があり、  
5分つき米と白米を  
精米しています！



玄米の状態では運ばれてきたものを、  
精米します



●5分つき米●

とびうお・いるか・くじら組に  
提供しています。

●白米●

めだか・きんぎょ・かに組に  
提供しています。

★月1回3～5オクラスは玄米を提供しています★

### ★並木第二保育園の米はどこで作っているの？

園で使用する米はすべてやまぜんファームのファーム笠置とファームおとのはで収穫したものを  
使用しています♪

### ★5分つき米と玄米の栄養価はどうか？

白米に比べ、5分つき米や玄米は食物繊維、鉄、ビタミンB1、Eなどが多く含まれています。  
特に玄米には体に必要な栄養素がぎゅっと詰まっています。

### ★玄米の味や食感はどうか？

白米に比べて外皮が多く残っているので、少し硬くプチプチとした食感をしています。  
噛めば噛むほど米の味を楽しむことができますよ！

### ★5分つき米の味はどんな味なの？

5分つき米は玄米と白米の中間の米です。  
玄米に比べて外皮が少ないので食べやすく、白米の甘味も味わうことができます。

### ★精米をしたときにでるぬかはどうしているの？

野菜のあく抜きに使用したり、子ども達が育てる野菜の肥料としても使用しています。  
ぬかが必要な方はお声掛けくださいね♪

\*災害時などライフラインが停止した時は、並木第二保育園内にある米用冷蔵庫に備蓄米を確保しています

# 並木第二保育園のお茶について

★山善福社会で提供するお茶はほうじ茶です★



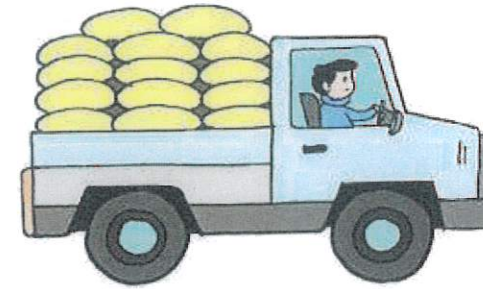
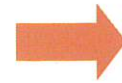
並木第二保育園内にある  
お米専用冷蔵庫の中で一緒に  
保管しています！



大きくなる前はこんな形を  
しています。



6月ごろに収穫時期を迎えます。  
京都府相楽郡にあるやまぜんファームのひとつである  
「ファーム笠置」で栽培しています。



並木第二保育園まで運ばれます



たくさんのお茶っ葉が入っています！

## お茶の作り方



① お湯を沸かす



② お茶の葉を入れる。  
30秒くらいで火を止める



③ 出来上がり♪

こうすることで、香ばしい香りと、  
さっぱりとして、後口もほうじ茶本来  
の味わいを楽しむことができます。



園でお茶っ葉をお茶パックに詰めています。  
パック詰めは子どもたちがお手伝いをしてくれます。  
部屋中、ほうじ茶のいい香りに包まれますよ♪

どんな香り、味がするの？

園で使用しているほうじ茶は香ばしい香りが  
あり、苦みや渋みはほとんどなく、口当たりは  
あっさりしています。