

# 食育だより



## 6月は食育月間



6月は「食育月間」です。食育は生きる上での基本であり、健全な食生活を送るためにとても大切です。特に子供たちにとっては、心身の成長に大きな影響を与えます。学校給食でも特に6月に食育月間にちなんだ食育に取り組んでいます。

### 6月15日は県民の日 千葉の恵みでまんてん笑顔



千葉県民の日は「県民のみなさんが、ふるさとを愛し、豊かな千葉県を築くことを期する日」として昭和59年に制定されました。

千葉県は三方を海に囲まれ、黒潮の影響を受け、温暖な気候と豊かな土地資源を活かし、米や野菜果物など多くの農産物が生産されています。また、様々な種類の水産物にも恵まれた「食の宝庫」です。

この機会に千葉県の農林水産物を知って、家庭でもとり入れてみましょう。 ちさん ちしょう

## 学校給食で注目している地産地消(=千産千消)

\*千産千消とは地産地消とは、地域(地元)でとれた食材を地域(地元)で消費しよう(=「地域生産・地域消費」の略)、という意味です。



四里(約16km以内)でとれたものを食べると健康に良い(四里四方)という考え方や、人間の体と土は切っても切れない関係だから、近くでとれたものを食べよう(身土不二)という考えが原点とされています。

千葉県では「地産地消」の「地」を千葉県の「千」におきかえています。



### 1. 我孫子産米の活用

我孫子市の給食では、一年を通して我孫子市でとれた「コシヒカリ」を使用しています。市内でとれたお米は玄米の形で冷蔵保管され、毎週必要な分ずつ精米して学校に届けられています。精白米以外にももち米、米粉も我孫子産を使用しています。

数少ない自給率100%の日本の米を大切にすること、また日本食や郷土料理を守っていくことを教えるため、主食を米に使う献立を週に約4回実施しています。

### 2. 我孫子産野菜の活用

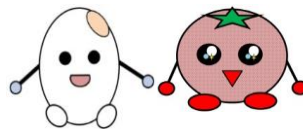
市内19校全校で、我孫子産の野菜を使い学校給食を作っています。我孫子市にある農産物直売所あびこんや契約農家から我孫子産の野菜を購入して我孫子産野菜の日献立をたてています。

春は菜花、キャベツ、夏はトマト、なす、秋は里芋、さつまいも、冬は大根、ねぎ、白菜、ほうれん草など、四季折々の野菜を使っています。

又野菜のPR、農家の紹介などを通して、生産者を身近に感じ、農業への感謝の心が育つように取り組みをしています。



### 3. トマこめだよりの発行



トマこめだより読んでね!

我孫子市栄養士会我孫子地区(久寺家中学校学区、白山中学校学区)がお届けする食育だより(トマこめだより)を1年に3回発行しています。我孫子地区での食育の取り組みやおすすしめレシピなどタイムリーな情報を発信しています。





