



# 食育だより



第7号  
平成30年10月31日  
我孫子市立並木小学校

## 千葉の恵みを味わおう

実りの秋、千葉県でもたくさんの大地の恵みが収穫を迎えています。野菜や果物だけでなく、海に囲まれ温暖な気候の千葉県では漁業や酪農も盛んで、肉や魚、卵、牛乳、のり、花など多くの農林水産物が生産されています。

そんな千葉の恵みを、千葉県に住む人で消費しようという取り組みが「地産地消」です。千葉県では、「地」に千葉の「千」をあてて、「千産千消」と表現しています。千産千消のメリットとしては、

- ①とれたての新鮮なものが手に入る
  - ②身近な人が生産している安心感、親近感
  - ③近場で消費するため、長距離を運ぶためのガソリンが節約でき、CO<sub>2</sub>n排出が少なくなるなど環境にやさしい
- などがあげられます。

今月は千産千消を推進するために、県内の小中学校で「千産千消デー」が実施されます。千産千消デーには、千葉県産の食材をたくさん使って給食を作ります

並木小学校では11月28日に千産千消デーを実施します。千葉県でどのような食べ物が生産されているのか、食べて味わって知ってください。

## 学校給食でも千産千消を推進しています！

私たちが住む我孫子市では、米をはじめ、トマト、小松菜、ねぎ、じゃがいも、白菜、さといもなど、多くの農作物が生産されています。

我孫子市でとれた農作物を、我孫子の子どもたちに味わって知ってもらうために、給食のお米は1年を通じて我孫子市でとれたコシヒカリを使っています。また、我孫子産野菜の日には、地元の農家の方から直接新鮮な野菜を納品してもらい給食を作っています。11月はさつまいも、大根、白菜、キャベツ、小松菜などを納品してもらう予定です。

給食のお米は  
我孫子産のコシヒカリです。

化学肥料や農薬を  
なるべく使わずに育てた  
おいしい野菜だよ。

我孫子市でとれた野菜を  
給食に使っています。



我孫子産米の「米たろう」



我孫子産野菜の「トマ子ちゃん」



## 千産千消デーのメニュー紹介

並木小学校の千産千消デーは11月28日です



### 《いわしのかば焼き》

いわしは、銚子港でたくさん水揚げされ、千葉県を代表する魚です。脳細胞を活性化するDHAや、コレステロールを下げるEPAが豊富に含まれています。

### 《のり和え》

富津市、木更津市、船橋市、市川市の東京湾沿岸では、のりの養殖が行われています。ゆでたを千葉県産ののりで和えた、磯の香りが食欲をそそる和え物です。

### 《お米のムース》

千葉県産のお米を使ったムースです。いちごソースがかかっています。

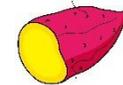
### 《牛乳》

千葉県は日本酪農発祥の地です。生乳の生産量は全国5位です。



### 《さつまいもおこわ》

我孫子市でとれたもち米とさつまいもを使い、給食室でさつまいもおこわを炊きます。

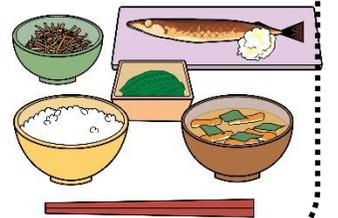


### 《かぶのみそ汁》

千葉県ではかぶがたくさん生産されていて、生産量は全国1位です。特に隣の柏市で多く生産されています。白い根っこの部分も、緑の葉っぱの部分も、両方無駄なく使ってみそ汁にします。

## 11月24日は「和食の日」

平成25年12月に「和食：日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産に登録決定されました。それを受け、和食文化の保護継承の大切さについて考える日として、11月24日を「いい日本食」「和食」の日と制定されました。和食の味わいの中でも最も重要なのが「だし」です。みそ汁やすまし汁はもちろん、煮物やおひたしなど、様々な料理の味を決定付ける味の要です。11月22日の給食は和食の日にちなみ、秋の味覚がたくさん入った吹き寄せご飯、昆布とかつお節のだしがきいたにらたま汁など和食の良さが感じられる献立にしました。



### 並木小ホームページで給食のレシピ紹介をしています

去る9月26日に1年生と転入生の保護者の皆様を対象に、給食参観を行いました。たくさんの皆さまのご参加ありがとうございました。給食参観時のアンケートの中で、作り方のリクエストがあった献立のレシピを、ホームページで紹介しています。ぜひご覧下さい。並木小トップページ→給食→給食レシピでアクセスして下さい。

