



しょくいく
食育だより

令和2年11月20日

門川町学校給食共同調理場

フード・アクション・ニッポン！

国産の消費拡大に向けた国民運動



※ 基本メッセージ
子供たちの子供たちも、
その、ずーっと先の子供たちも
食べていけますように

フード・アクション・ニッポンとは、日本の食を次の世代に残し、創るために、国産農林水産物の消費拡大を目指した取組です。より多くの国産農林水産物を食べることによって、食の安全と豊かさを確かなものとして子供たちの世代へ引き継いでいくことを目指します。

食の未来は、ニッポンの未来。そのために“おいしいニッポンを”選択して、使う、食べることで、その料理や素材、食文化や、顔が見える安心が、未来に引き継がれていきます。

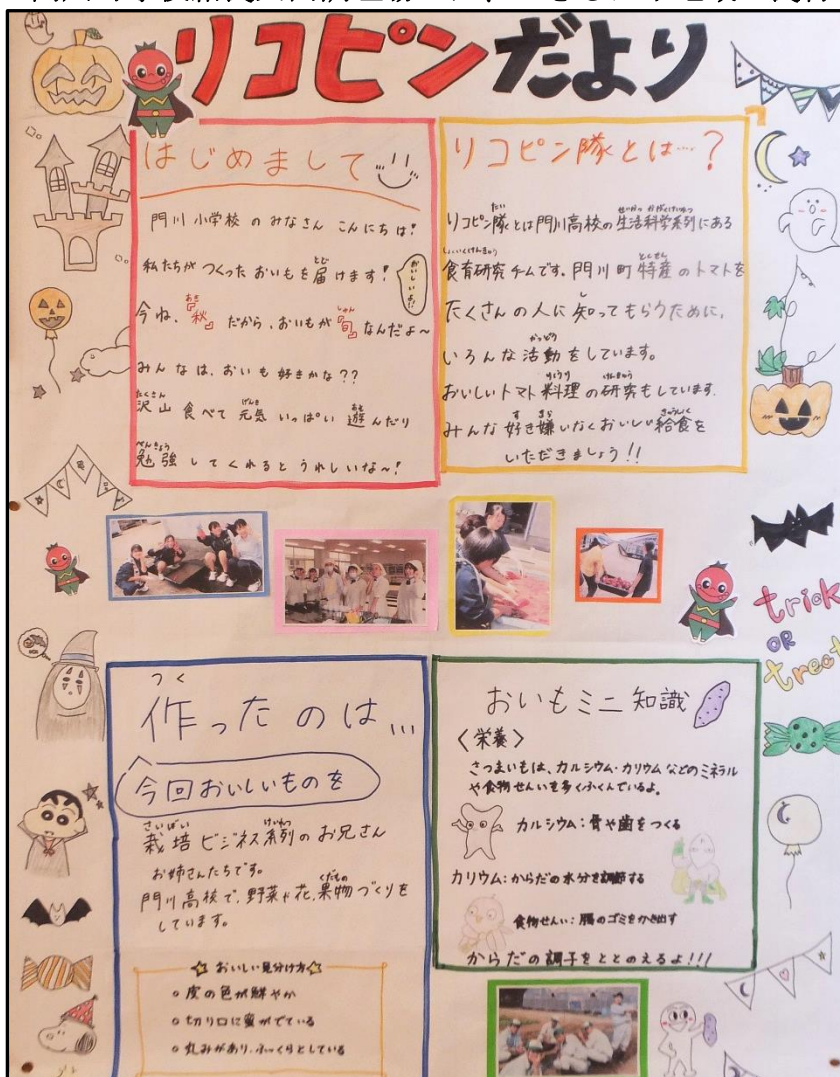
11月は、地産地消推進月間です。地産地消とは、国内の地域で生産された農林水産物を、その生産された地域内において消費する取組です。

門川町学校給食共同調理場では、できるだけ地域の食材を使うようにしています。国産

は75%～80%、その内、県内産は35%～40%です。砂糖、小麦粉等、国産との値段の差が大きいものは輸入品にしています。油も国産の米油に変えました。

残念なことに、門川町で多く生産されているトマトは使っていません。給食で使うには、へたを取って、切って茹でなければなりません。

(学校給食衛生管理基準で果物以外は加熱するようになっています。) 6人の調理員さんで1000人分の給食を作っているのに、缶詰のダイスカット(角切り)を使っています。門川産のトマトは美味しく安全で素晴らしい食材ですが、値段が高い、加工されていない等の理由で使っていなかったのです。目の前に良い食材があるのに何とかできないかという



【 門川高校の生徒が作成した掲示資料・栄養黒板下に掲示 】

のが悩みでした。今回、門川高校との連携によってこの問題が解決できそうです。リコピン隊という食育研究チームの高校生が、栽培、加工等、他の学科に問い合わせたりしながら、形が不揃いで値段の安いトマトを、加工できる所に持ち込んではどうかと模索しています。また、11月10日には、栽培ビジネス系列の高校生が作ったさつま芋を、給食に提供してもらいました。当日は、さつま汁にして美味しくいただきました。食の未来を担う高校生の姿、頼もしいですね！

健康によい食生活！

小学6年生は、家庭科で1食分の食事について学習しています。

献立作成の手順

主食を決める → おかず（主菜・副菜）を決める → しる物・飲み物

これが栄養バランスのとれた献立の基本となります。献立を立てる時は、実際に作ることができる料理で立てるように指導しています。作らないと食べることは出来ません。いつまでも親に頼るのではなく、自分にできることは進んで実践することが大切です。そのためにも、「弁当の日」にしっかり取り組ませましょう。

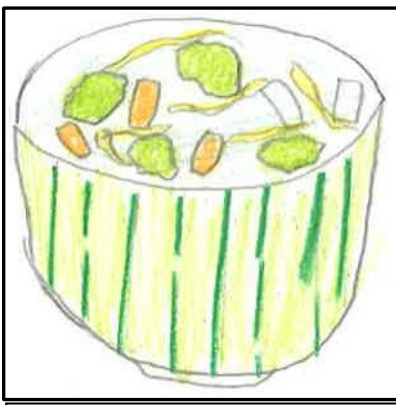
門川小学校・弁当の日

【6年生・お弁当】



前日に唐揚げを作っていたので、いつもよりスムーズに作れました。買ってなくて足りない野菜もあったけど、家にあったもので、栄養や彩をよくできました。ほとんど全部自分で作れたので良かったです。

【5年生・野菜スープ】



今回の料理は、**緑**をテーマにした「野菜スープ」に取り組みました。とてもおいしかったです。手軽に作れる**緑**の料理です。次は主食・主菜・副菜をそろえて、健康によい食事を作りたいです。

【5年生・ロールキャベツ】



自分の作ったロールキャベツは、おいしく栄養がたっぷり入っていて、食べていてうれしかったです。ゆでる、切る、混ぜる等があったて、作っていて楽しかったです。また、家庭科で習った調理法を使った料理を作っていきたいです。

【6年生・お弁当】



家庭科で学習した調理法・炒めるを使ってウィンナーをいためることができました。又、思っていたより卵焼きが上手く焼けてうれしかったです。とてもおいしかったのでまた作りたいです。そして、また作る時はちがうおかずも作ってみたいです。

(文責) 門川小・宮本