

♪♪♪♪♪ メッセージ ♪♪♪♪♪

打倒、夏バテ！日々の食事から元気をチャージしましょう！

★★★ 今月のもくじ ★★★

●注目情報

- ◆令和4年度北陸農政局「食育月間」の取組ページを更新しました
- ◇「第7回食育活動表彰」優れた取組を募集しています！
- ◆近畿農政局で「学生おべんとうコンクール2022」を開催中
- ◇たがやすラボ「食育」コミュニティメンバー募集
- 会員等の皆様からのお知らせ
 - ◆上越市で「正善寺工房 体験教室」を開催
 - ◇砺波市で「となベジニュース」～8月31日は野菜の日～
 - ◆福井県で「ふくいっ子アイデアメニューコンテスト」を開催
 - ◇石川県で「～地産地消・ガンバレいしかわ食材～『世界にはばたく じわもんごはんレシピコンテスト』」を開催
 - ◆金沢市で「環境講演会 持続可能な食を考える」を開催
 - ◇羽咋市で「栄養・運動教室」を開催
 - ◆敦賀市で「G・Gクッキング」を開催
 - ◇福井市で「あなたの料理」を開催
 - ◆福井市で「男の料理教室」を開催
 - ◇新潟市で「9月の料理教室、園芸講座、展示会」を開催
- イベント情報の募集について
- 「消費者の部屋」の展示について
- お知らせ
 - ◆メールマガジン「あぐり北陸」の配信について
 - ◇新型コロナウイルスに関する情報について
 - ◆災害に関する情報について
- 事務局からのお知らせ
- 編集後記

●注目情報

- ◆令和4年度北陸農政局「食育月間」の取組ページを更新しました
「食育推進」イベントの概要等を掲載していますので、是非ご覧ください！！
詳しくはコチラ↓
<https://www.maff.go.jp/hokuriku/safe/monthly/index.html>
- ◇「第7回食育活動表彰」優れた取組を募集しています！（締切：8月31日必着）
食育推進活動を行っている皆さん、まだ間に合うのでぜひご応募お願いします！
詳しくはコチラ↓
<https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/hyousyo/7th/boshu.html>
- ◆近畿農政局で「学生おべんとうコンクール2022」を開催中
学生の皆様の応募、一般の方の投票をお待ちしております。
詳しくはコチラ↓
<https://www.maff.go.jp/kinki/syouhi/seikatu/syokuiku/3bento0630.html>

◇たがやすラボ「食育」コミュニティメンバー募集
食育について交流できる場所ができました！食育に取り組んでいる方はもちろん、食育に関心がある方の会員登録をお待ちしています！
詳しくはコチラ↓
<https://tagayasu-lab.jp/>

●会員等の皆様からのお知らせ

イベントについては、諸般の事情により中止となる場合がございますので、詳細については各イベントお問い合わせ先までお願いします。

◆上越市で「正善寺工房 体験教室」を開催
詳しくはコチラ↓
<https://www.maff.go.jp/hokuriku/safe/shokuiiku/net18/event2208n.html>

◇砺波市で「となベジニュース」～8月31日は野菜の日～
詳しくはコチラ↓
<https://www.maff.go.jp/hokuriku/safe/shokuiiku/net18/event2208t.html>

◆福井県で「ふくいっ子アイデアメニューコンテスト」を開催
詳しくはコチラ↓
<https://www.maff.go.jp/hokuriku/safe/shokuiiku/net18/event2208f.html>

◇石川県で「～地産地消・ガンバレいしかわ食材～『世界にはばたく じわもん ごはんレシピコンテスト』」を開催
詳しくはコチラ↓
<https://www.maff.go.jp/hokuriku/safe/shokuiiku/net18/event2208i.html>

◆金沢市で「環境講演会 持続可能な食を考える」を開催
詳しくはコチラ↓
<https://www.maff.go.jp/hokuriku/safe/shokuiiku/net18/event2209i.html>

◆羽咋市で「栄養・運動教室」を開催
詳しくはコチラ↓
<https://www.maff.go.jp/hokuriku/safe/shokuiiku/net18/event2209i.html>

◆敦賀市で「G・Gクッキング」を開催
詳しくはコチラ↓
<https://www.maff.go.jp/hokuriku/safe/shokuiiku/net18/event2209f.html>

◇福井市で「あなたの料理」を開催
詳しくはコチラ↓
<https://www.maff.go.jp/hokuriku/safe/shokuiiku/net18/event2209f.html>

◆福井市で「男の料理教室」を開催
詳しくはコチラ↓
<https://www.maff.go.jp/hokuriku/safe/shokuiiku/net18/event2209f.html>

◇新潟市で「9月の料理教室、園芸講座、展示会」を開催
詳しくはコチラ↓
<https://www.maff.go.jp/hokuriku/safe/shokuiiku/net18/event2209n.html>

●イベント情報の募集について

◆北陸農政局では、本メールマガジン登録者の皆さまが取り組まれている「食」に

関する活動や今後のイベント予定等をご紹介します。イベント予定等のある方は、お気軽に以下メールアドレスまで、メールをお願いいたします。

イベント等の情報をお寄せいただく場合は、様式は問いませんが、「イベント名」「主催者」「開催日時」「開催場所」等を明記願います。また、イベント情報の締め切り日は毎月10日です。

メールアドレスはコチラ↓
hoku_syouhi01@maff.go.jp

◇北陸農政局管内各県で行われる、食育イベントに関する情報
詳しくはコチラ↓
<https://www.maff.go.jp/hokuriku/safe/shokuiiku/event.html>

●「消費者の部屋」の展示について

北陸農政局では、消費者の皆さまとのコミュニケーションを深めるため「消費者の部屋」を設け、農林水産行政や食生活などに関する情報の提供や展示、消費者相談などを行っています。お気軽にお立ち寄りください。

北陸農政局「消費者の部屋」の紹介動画はコチラ↓
https://www.maff.go.jp/hokuriku/safe/consumer/snnai_f.html

【開催中】令和4年8月1日（月曜日）～令和4年8月31日（水曜日）

★展示テーマ：「見て！食べて！北陸の園芸特産作物とブランド畜産物」
北陸で主に栽培されている園芸特産作物や畜産物、牛乳・乳製品等についてパネル、冊子等で紹介します。

※開室時間：月曜日から金曜日：9時～17時（祝日及び年末年始は除く）
各展示の最終日は14時まで

※詳しくはコチラ↓
https://www.maff.go.jp/hokuriku/safe/consumer/snnai_f.html

【予告】令和4年9月1日（木曜日）～令和4年9月30日（金曜日）

★展示テーマ：【NIPPON FOOD SHIFT（ニッポンフードシフト）】
消費者、生産者、食品関連事業者、日本の「食」を支えるあらゆる人々と行政が一体となって、考え、議論し、行動する国民運動「ニッポンフードシフト」を紹介します。

●お知らせ

◆メールマガジン「あぐり北陸」の配信について
北陸農政局では、各種農政に関する情報について掲載したメールマガジン「あぐり北陸」を配信しています。当メール同様ご登録いただくと幸いです。
詳しくはコチラ↓
<https://www.maff.go.jp/hokuriku/mm/agrihokuriku.html#aguri>

◇新型コロナウイルスに関する情報について
北陸農政局においては、農業者や食品事業者等からのご相談に対応するため、相談窓口を設置しています。
詳しくはコチラ↓
https://www.maff.go.jp/hokuriku/news/corona_madoguchi.html

◆災害に関する情報について
農林水産省における災害に関する情報を随時更新しています。
詳しくはコチラ↓
<https://www.maff.go.jp/j/saigai/index.html>

●事務局からのお知らせ

◆【配信先変更および配信中止の手続きについてはこちらをご覧ください】

<https://www.maff.go.jp/hokuriku/mm/index.html#haisin>

食育ネットほくりくの会員の皆さまには、引き続きのご協力とご愛読をお願いいたします。

◇北陸農政局では、「食育ネットほくりく」メールマガジン会員とは別に「食育ネットほくりく」会員も随時募集しています。

詳しくはコチラ↓

<https://www.maff.go.jp/hokuriku/safe/shokuiiku/net-index.html>

●編集後記

8月も後半、まだまだ暑い日々が続いていますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。夏は体温調整のために汗が多く分泌されます。人は汗をかくと、水分のほかに塩などのミネラル分が流出します。そのため、塩分を含んだしょっぱい食べ物を欲します。しかし、塩分をとりすぎると血圧が上がり、循環器疾患のリスクや胃がんのリスクが上昇する可能性があります。現在、日本人一日当たりの食塩摂取量の平均値は10.1gです。第4次食育推進基本計画では、食塩摂取量を8g以下にする目標を掲げています。日本人がとっている塩分のうち、約3割は魚介や肉の加工品、インスタント食品や菓子類などに含まれている「目に見えない塩分」です。調味料として使う塩分を控えることはもちろんですが、これらの目に見えない塩分をとりすぎないように食事を調整することも大切です。私は、しょっぱいお菓子を食べすぎないように気を付けます。

！私の上司に突撃質問コーナー！

今月の上司：補佐（お酒を嗜むのが好きな50代男性）

Q、健康のために意識していることはありますか？

A、高血圧の薬を飲んでいるので、グレープフルーツを食べないようにしています。

食育ネットほくりく事務局【北陸農政局 消費・安全部 消費生活課】

〒920-8566 石川県金沢市広坂2-2-60（金沢広坂合同庁舎）

電話：076-232-4227 FAX:076-261-9523
