

【様式 3】

③食育の日の取組

<p>提出都道府県名 政令指定都市名</p>	<p>福島県</p>
<p>取組市町村名 取組団体・企業名</p>	<p>国見町</p>
<p>取組の名称</p>	<p>町広報における 毎月19日は「みんなで食べる国見の日」 に合わせた食育に関する情報発信</p>
<p>実施時期</p>	<p>通年（月1回）</p>
<p>取組に該当する食育ピクトグラム（複数選択可）</p>	
<p>取組内容</p>	<p>○対象 国見町民</p> <p>○目的 町では、毎月19日は「みんなで食べる国見の日」と位置づけ、食育に関する情報を提供することにより、町や家庭で受け継がれてきた郷土料理を食べる機会や食生活について振り返る一助とする。</p> <p>○内容 毎月中旬に発行される町広報に、2016年作成「国見町食卓図鑑」より季節に合わせた郷土料理の紹介や、注意したい食生活について情報を掲載し、19日に合わせて啓発に努めました。</p> <div data-bbox="858 1615 1396 1989" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>毎月19日は「みんなで食べる国見の日」</p> <p>町では毎月19日を「みんなで食べる国見の日」とし、家庭や地域で受け継がれた料理を食べよう推奨しています。国見町食卓図鑑から今月のおすすめメニューはこちら！</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;">  <p>「さといもの煮っころがし」</p> <p>【作り方】 ① 惣手は皮をむいて食べやすい大きさに切り、湯でもみ、ぬめりを取る。 ② 惣手を下茹でする。 ③ 鍋に水と調味料と惣手を入れ、煮る。</p> </div> <div style="width: 45%; border: 1px solid black; padding: 2px;"> <p>【材料】 惣手………400g 水………1と1/2カップ みそ………大さじ1と1/2 砂糖………小さじ2 酒………大さじ1</p> </div> </div> <div style="margin-top: 10px; background-color: #f0f0f0; padding: 5px;"> <p>check 町民親士からのワンポイントアドバイス</p> <p style="text-align: center; background-color: #fff9c4; padding: 2px;">下茹ですて、塩分カット！</p> <p>惣手や大根など固い食材で煮物を作る時は、一度下茹ですること、少ない調味料でもしっかり味付けすることができます。</p> </div> <p style="text-align: right;">「広報くにみ 令和7年10月号」より抜粋</p> </div>