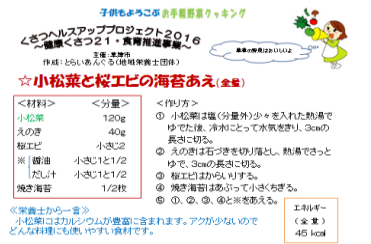


食育の日の取組実績 (4月～12月の実績)

提出都道府県名	滋賀県																																																						
取組市町村名	草津市																																																						
取組の名称	くさつヘルスアッププロジェクト2016 「食育推進デー」																																																						
取組内容	草津市では、イオン草津店、アル・プラザ草津、とらいあんぐる（地域栄養士団体）、JA草津市と協力し、地産地消の推進および野菜の摂取量増加を目的とした食育推進事業を行っています。 【事業概要】 ・対象：草津市民 ・実施日 イオン草津店は毎月15日（イオンが定めた食育の日） アル・プラザ草津は毎月19日 ・実施内容 ①JA草津市と協力し、新鮮な地元野菜の納品 草津の特産物である愛彩菜（わさび菜）をはじめ、アスパラガス、小松菜など、新鮮でおいしい旬の野菜をイオン草津店に納品しました。 ②地域栄養士団体とらいあんぐるより、レシピの提供 毎月旬の野菜を定め、子どもも喜ぶ料理レシピを作成し、提供しました。 ③各店舗でのPR 旬の野菜の販売コーナーを設け、レシピの設置および配布、試食の提供を行いました。 レシピ作成および試食使用野菜の内容 <table><tr><th></th><th colspan="2">使用野菜</th></tr><tr><th>実施月</th><th>イオン草津店</th><th>アル・プラザ草津</th></tr><tr><td>5月</td><td>アスパラガス</td><td>アスパラガス</td></tr><tr><td>6月</td><td>小松菜</td><td>小松菜</td></tr><tr><td>7月</td><td>なす</td><td>たまねぎ</td></tr><tr><td>8月</td><td>愛彩菜（わさび菜）</td><td>なす</td></tr><tr><td>9月</td><td>小松菜</td><td>トマト</td></tr><tr><td>10月</td><td>水菜</td><td>水菜</td></tr><tr><td>11月</td><td>ほうれん草</td><td>ほうれん草</td></tr><tr><td>12月</td><td>たまねぎ</td><td>たまねぎ</td></tr><tr><td>1月</td><td>キャベツ</td><td>キャベツ</td></tr></table> 子供もよろこぶ食育推進キャンペーン くさつヘルスアッププロジェクト2016 ～健康くさつ21・食育推進事業～ 主催：草津市 作成：とらいあんぐる（地域栄養士団体） ☆小松菜と桜エビの海苔あえ（全量） <table><tr><td><材料></td><td><分量></td><td><作り方></td></tr><tr><td>小松菜</td><td>120g</td><td>① 小松菜は塩（分量外）少々を入れた熱湯でゆでた後、冷水にとって水気をきり、3cmの長さに切る。</td></tr><tr><td>えのき</td><td>40g</td><td>② えのきは石づきを切り落とし、熱湯でさっとゆで、3cmの長さに切る。</td></tr><tr><td>桜エビ</td><td>小塩20</td><td>③ 桜エビはあら洗いする。</td></tr><tr><td>※ 醤油</td><td>小さじ1と1/2</td><td>④ 焼き海苔はあぶって小さくちぎる。</td></tr><tr><td>だし汁</td><td>小さじ1と1/2</td><td>⑤ ①、②、③、④と※をあえる。</td></tr><tr><td>焼き海苔</td><td>1/2枚</td><td></td></tr></table> ※「地域栄養士から一言」 小松菜はカルシウムが豊富に含まれます。アクが少ないうえ、どんな料理にも使いやすい食材です。 エネルギー（全量） 465 kcal 滋賀県産の野菜を、 特設コーナーでPRして います。 試食やレシピの配布も 行っています。		使用野菜		実施月	イオン草津店	アル・プラザ草津	5月	アスパラガス	アスパラガス	6月	小松菜	小松菜	7月	なす	たまねぎ	8月	愛彩菜（わさび菜）	なす	9月	小松菜	トマト	10月	水菜	水菜	11月	ほうれん草	ほうれん草	12月	たまねぎ	たまねぎ	1月	キャベツ	キャベツ	<材料>	<分量>	<作り方>	小松菜	120g	① 小松菜は塩（分量外）少々を入れた熱湯でゆでた後、冷水にとって水気をきり、3cmの長さに切る。	えのき	40g	② えのきは石づきを切り落とし、熱湯でさっとゆで、3cmの長さに切る。	桜エビ	小塩20	③ 桜エビはあら洗いする。	※ 醤油	小さじ1と1/2	④ 焼き海苔はあぶって小さくちぎる。	だし汁	小さじ1と1/2	⑤ ①、②、③、④と※をあえる。	焼き海苔	1/2枚	
	使用野菜																																																						
実施月	イオン草津店	アル・プラザ草津																																																					
5月	アスパラガス	アスパラガス																																																					
6月	小松菜	小松菜																																																					
7月	なす	たまねぎ																																																					
8月	愛彩菜（わさび菜）	なす																																																					
9月	小松菜	トマト																																																					
10月	水菜	水菜																																																					
11月	ほうれん草	ほうれん草																																																					
12月	たまねぎ	たまねぎ																																																					
1月	キャベツ	キャベツ																																																					
<材料>	<分量>	<作り方>																																																					
小松菜	120g	① 小松菜は塩（分量外）少々を入れた熱湯でゆでた後、冷水にとって水気をきり、3cmの長さに切る。																																																					
えのき	40g	② えのきは石づきを切り落とし、熱湯でさっとゆで、3cmの長さに切る。																																																					
桜エビ	小塩20	③ 桜エビはあら洗いする。																																																					
※ 醤油	小さじ1と1/2	④ 焼き海苔はあぶって小さくちぎる。																																																					
だし汁	小さじ1と1/2	⑤ ①、②、③、④と※をあえる。																																																					
焼き海苔	1/2枚																																																						



滋賀県産の野菜を、
特設コーナーでPRして
います。
試食やレシピの配布も
行っています。

食育の日の取組実績 (4月～12月の実績)

提出都道府県名	滋賀県
取組市町村名	野洲市
取組の名称	野洲市食育推進委員会の実施
取組内容	食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進することを目的として、平成28年5月19日(木)に平成28年度第1回野洲市食育推進委員会を開催しました。前年度の取り組み経過を確認し、今年度の進め方(中間評価の実施、イベントでの啓発)について協議しました。