「食育月間」の取組実績

提出都道府県名 政令指定都市名	宮崎県
取組市町村名	宮崎市
取組の名称	地場産物を活用した献立による学校給食の実施
取組内容	学校給食における地場産物の活用を推進するため、市内単独調理場方式の小中学校45校及び3か所の共同調理場において、市内の伝統野菜である「黒皮かぼちゃ」など県内産食材を豊富に使用した統一献立を実施しました。 〇実施期間 平成28年6月の1ヶ月間 〇献立内容 ・宮崎野菜たっぷりカレー、千切り大根のサラダ、牛乳 ・コッペパン、ラタトゥイユ、マカロニサラダ、牛乳　他 〇地場産物使用割合（食材数ベース）の実績 平均値・・・59．6%　※宮崎野菜たっぷりカレー、千切り大根のサラダ、牛乳の献立時 《取り組みの実際（宮崎南小学校）》 給食室の配膳カウンターに、黒皮かぼちゃの紹介をする媒体を掲示しました。 豚肉、黒皮かぼちゃ、なす、青ピーマン、ズッキーニ、トマト、きゅうり、キャベツ、千切り大根、ちりめんなど、宮崎県産の食材を豊富に使用しました。

「食育月間」の取組実績

提出都道府県名 政令指定都市名	宮崎県
取組市町村名	都城市
取組の名称	6月の取組
取組内容	・6月第3週を「地産地消週間」と定め、学校給食における地産地消を特に強化しています。 ※地産地消週間:6月、11月、2月の第3週に毎年実施 ・各戸配付の「給食だより」に、食育月間について掲載し、家庭における取組みについての啓発を行いました。 ・小学校の学校保健委員会において、講話「家庭で取り組む食育」と調理講習「おにぎらず作り」を実施しました。 ・都城地区栄養教諭・学校栄養職員研究協議会において、「夏休み親子料理教室」(8月1日開催予定)を企画し、参加者を募集しています。

6月給食だより

平成28年度　都城学校給食センター

食中毒に注意！

「梅雨」は1年中で最も雨が降り、食中毒を起こす細菌が増えやすい季節です。そのスピードは、1つの細菌が2時間後には約4,000個にもなると言われます。それでも、味やにおいは変わらないということですから、ますます怖いですね。
今日からできる食中毒予防を紹介しますので、ご家庭でも試してみてください。

予防

○こまめに手を洗う
食中毒菌は人の手を介して広がります。せっけんを使ってきれいに洗いましょう。
・指輪などのアクセサリー、・水道の蛇口がレバー式の場合は、指先ではなく肘やひじで操作する
指輪や袖は外して洗う

○調理器具や食器、ふきんは清潔に
汚れていると、そこから食中毒菌が増殖します。使用後はきれいに洗い、しっかり乾燥させましょう。

○野菜や果物もよく洗う
土や虫などが付着していることもあります。流水でしっかり洗ってから使いましょう。

食中毒菌に汚染された食べ物は、味やにおい、見た目ではわからないことが多いです。保存状態が悪かったり、賞味期限がたち過ぎていたり、少しでも怪しいと感じたら思い切って処分しましょう。

家族そろって食卓を囲みませんか？

6月は「食育月間」

近年、小学生の約5人に1人、中学生の約3人に1人が、朝ごはんを1人で食べていると言われています。また、塾や習い事などにより、夕ごはんも家族そろって食べることが少なくなっているようです。このように、1人で食べることが続くと、心や体に不調を感じやすくなります。
ぜひ、家族で食卓を囲み、会話を楽しみながらゆっくり食事をする機会を増やしていただけたらと思います。小さいころから豊かな食の体験を積み重ねていくことは、生涯にわたって健康で楽しい生活を送ることにつながります。

「食育」とは…（食育基本法より）
○生きる上での基本であって、知育、徳育および体育の基礎となるべきもの。
○さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること。

≪郷土料理≫
☆5/30(月)～6/3(金)
『飫肥天』・・・宮崎県
☆6/6(月)～6/10(金)
『里芋の田楽』・・・宮崎県
☆6/20(月)～6/24(金)
『鶏飯』・・・鹿児島県

≪外国料理≫
☆6/6(月)～6/10(金)
『カチュンバリサラダ』

鶏飯　＜材料　4人分＞

鶏飯の汁

人参（千切り）	1/2本
椎茸（薄切り）	1個
生姜(みじん切り)	1/4片
水	550ml
がらスープ	50ml
ねぎ(小口切り)	6cm
食塩	小さじ1杯
料理酒	大さじ1杯
濃口しょうゆ	大さじ1杯
みりん	大さじ1杯

鶏飯の具

鶏ささみ	120g
つぼ漬	50g
卵	2個
油	少々
絹さや	8本
食塩	少々
刻みのり	1.0g

＜作り方＞
① 鍋で水・生姜・がらスープを沸騰させ、人参・椎茸を入れ煮込み、鶏飯の汁の調味料とねぎを入れ煮る。
② 鶏ささみは茹でてほぐし、卵で錦糸卵を作り、絹さやは塩ゆでする。
③ ご飯の上に②・つぼ漬・刻みのりを並べ、①をかけて出来上がり。

6月の献立から1品

「食育月間」の取組実績

提出都道府県名 政令指定都市名	宮崎県
取組市町村名	西米良村
取組の名称	アグリスクール活動（JA西都女性部西米良地区）
取組内容	【アグリスクール活動（JA西都女性部西米良地区）の目的】 村教育委員会・小学校との連携で年間11回にわたり「豊かな体験活動」を通し、植付けから収穫、食するまでの行程で、「食と農」の大切さ、命の大切さ、ふるさとに対する誇り、地産地消を理解し感謝の心を学びます。 【活動1：かんしょ植付】 1　日　時　平成28年6月6日（月） 午前9時25分から午後10時20分まで 2　場　所　ペロリ農園 3　参加者　小学1，2年生　27名 JA女性部、農園　5名 合計　32名 4　内　容　かんしょ苗植付 【活動2：田植え教室】 1　日　時　平成28年6月14日（火） 午後2時30分から午後3時30分まで 2　場　所　村所地区田無瀬の水田 3　参加者　小学5，6年生　20名 JA女性部、JA青年部、農家　11名 合計　31名 4　内　容　田植え体験

「食育月間」の取組実績

提出都道府県名 政令指定都市名	宮崎県
取組市町村名	えびの市 （えびの市民図書館）
取組の名称	自分で作る「みやざき弁当の日」巡回展
取組内容	「県政の重点施策情報発信事業」の一環として、５月１０日（火）から６月１０日（金）まで、えびの市民図書館で、「弁当の日」関連資料等の展示を行いました。 「弁当の日」の概要や学校での実践例等をまとめたパネル、県教育委員会で毎年実施している「笑顔つながる『みやざき弁当の日』写真展」への応募作品の他、えびの市民図書館の皆さんの御協力により、おかずのイラストマグネットを使った弁当のレイアウト体験コーナーや塗り絵コーナー等も設置していただき、より充実した内容となりました。 「弁当の日」取組パネル展示コーナー 「弁当の日」塗り絵展示コーナー おかずのイラストマグネットによる 弁当の レイアウト体験コーナー 「弁当の日」写真展応募作品のコーナー