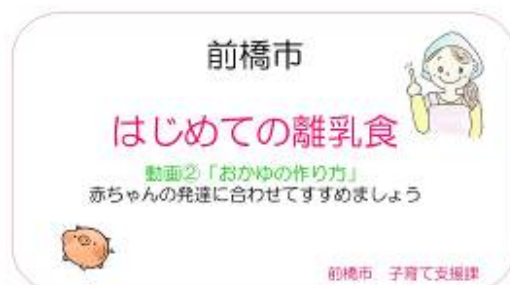
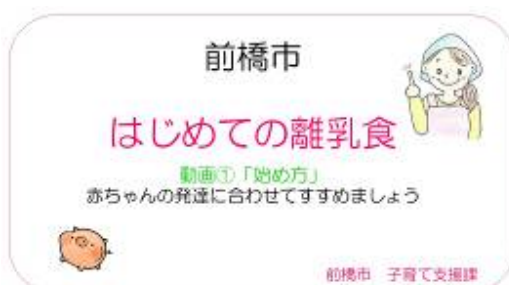


【様式1】


① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	群馬県
取組市町村名 取組団体・企業名	前橋市
取組の名称	動画「はじめての離乳食」①始め方、②おかゆの作り方
実施時期	令和2年6月配信開始
取組内容	<p>目的：離乳食の正しい知識・与え方を習得することで、離乳食を始める保護者の不安を軽減し、離乳食講習会に参加後も確認ができるように支援を行っています。</p> <p>内容：離乳食を始めるにあたり、始め方、おかゆの作り方について離乳食講習会の内容を含めた動画を配信しました。 ①始め方については離乳食開始の目安や進め方の説明、②おかゆの作り方については実践編として実際に作りながら説明しています。</p> <p>対象者：4～5か月児を持つ保護者、離乳食を始める児をもつ保護者、親族</p> <p>配信開始日時：6月3日（水）より youtube にて配信し、市の HP、Facebook にも掲載。</p> <p>広報掲載日時：7月15日発行広報に二次元コードを掲載。</p> <p>主体：前橋市子育て支援課</p>

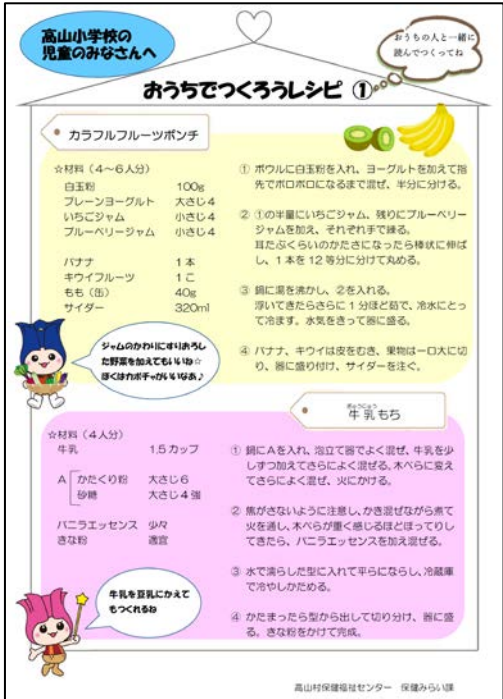
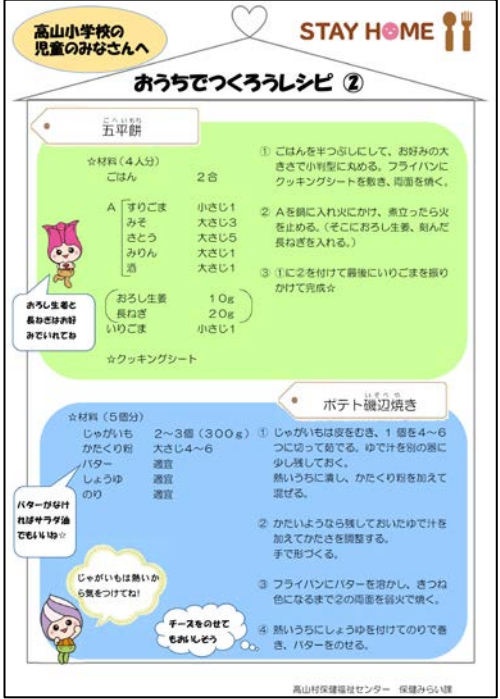


【様式1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	群馬県
取組市町村名 取組団体・企業名	上野村
取組の名称	ミニミニ料理教室（上野村の特産品を料理しよう！）
実施時期	令和2年6月26日（金）
取組内容	<p>実施主体：上野村役場 保健福祉課</p> <p>目的：1. 上野村の郷土料理を作り味わうことで、手作りの良さや自然のありがたさを体感すること 2. 若い世代への郷土料理の継承 3. 住民同士の世代間交流</p> <p>対象者：全村民（広報で告知し、参加者を募りました。）</p> <p>参加人数：19人（保育園児から70代 男女）</p> <p>内容：上野村の特産品（いの豚、十石味噌、ミニトマト、プラム、しいたけ）を使った調理実習・試食</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・いの豚のガーリックしょう油炒め</li> <li>・ねぎみそ（郷土料理）</li> <li>・しいたけと豆苗のスープ</li> <li>・白だしミニトマト串</li> <li>・ハニトマチーズトースト</li> <li>・プラムカスタードクレープ</li> </ul> <p>様々な年齢層が参加しましたが、参加者同士協力し合い、和やかに調理を進めることができました。ミニトマトやしいたけのレシピは、普段とは違った食べ方で、好評でした。普段交流のない世代と調理実習ができて楽しかった、家でも作ってみたい等感想がでました。</p> <p>新型コロナウイルス感染症予防として、実習を始める前に、手洗いの指導や、新しい生活様式における調理の注意点を説明し、対策をとって実施しました。</p> 

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	群馬県
取組市町村名 取組団体・企業名	高山村
取組の名称	小学生親子へ向けた自宅で簡単にできる料理レシピの提供
実施時期	6月
取組内容	<p>新型コロナウイルス感染症予防で自宅での滞在時間が増えるため、在宅時間の充実と食育の推進を図るべく、小学生親子を対象とした「おうちでつくろうレシピ」を作成しました。</p> <p>村内小学校（1校）協力の下、全校児童へレシピの配布を依頼し、自宅での調理を推進しました。</p> <p>対象者（人数）：高山村小学校全児童（150名）、教職員（30名）</p> <p>&lt;配布レシピ&gt;</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="width: 45%;">  <p>高山小学校の児童のみなさんへ</p> <p>おうちでつくろうレシピ ①</p> <p>カラフルフルーツポンチ</p> <p>☆材料（4～6人分）</p> <p>白玉粉 100g プレーンヨーグルト 大さじ4 いちごジャム 小さじ4 ブルーベリージャム 小さじ4</p> <p>バナナ 1本 キウイフルーツ 1こ もも（缶） 40g サイダー 320ml</p> <p>① ボウルに白玉粉を入れ、ヨーグルトを加えて指先でボロボロになるまで混ぜ、半分に分ける。 ② ①の半量にいちごジャム、残りにブルーベリージャムを加え、それぞれ手で練る。耳たぶくらいのかたさになったら棒状に伸ばし、1本を12等分に分けて丸める。 ③ 鍋に湯を沸かし、②を入れる。浮いてきたらさらに1分ほど茹で、冷水にとって冷ます。水気をきって器に盛る。 ④ バナナ、キウイは皮をむき、果物は一口大に切り、器に盛り付け、サイダーを注ぐ。</p> <p>牛乳もち</p> <p>☆材料（4人分）</p> <p>牛乳 1.5カップ A かたくり粉 大さじ6 砂糖 大さじ4強</p> <p>パニラエッセンス 少々 きな粉 適宜</p> <p>① 鍋にAを入れ、沸立で弱火でよく混ぜ、牛乳を少しずつ加えてさらによく混ぜる。木べらに変えてさらによく混ぜ、火にかける。 ② 焦がさないように注意し、かき混ぜながら煮て火を通し、木べらが重く感じるほどほっくりしてきたら、パニラエッセンスを加え混ぜる。 ③ 水で濡らした型に入れて平らにならし、冷蔵庫で冷やしかためる。 ④ かたまったら型から出して切り分け、器に盛る。きな粉をかけて完成。</p> </div> <div style="width: 45%;">  <p>高山小学校の児童のみなさんへ</p> <p>STAY HOME</p> <p>おうちでつくろうレシピ ②</p> <p>五平餅</p> <p>☆材料（4人分）</p> <p>ごはん 2合</p> <p>A すりごま 小さじ1 みそ 大さじ3 きとう 大さじ5 みりん 大さじ1 酒 大さじ1</p> <p>おろし生姜 10g 長ねぎ 20g いりごま 小さじ1</p> <p>☆クッキングシート</p> <p>ポテト機械焼き</p> <p>☆材料（5個分）</p> <p>じゃがいも 2～3個（300g） かたくり粉 大さじ4～6 バター 適宜 しょうゆ 適宜 のり 適宜</p> <p>① じゃがいもは皮をむき、1個を4～6つに切って茹でる。ゆで汁を別の器に少し残しておく。熱いうちに油し、かたくり粉を加えて混ぜる。 ② かたいようなら狭しておいたゆで汁を加えてかたさを調整する。手で形づくる。 ③ フライパンにバターを溶かし、きつね色になるまで2の両面を弱火で焼く。 ④ 熱いうちにしょうゆを付けてのりで巻く。バターをのせる。</p> </div> </div>