

【様式3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	高知県土佐清水市
取組市町村名 取組団体・企業名	土佐清水市食生活改善推進員会
取組の名称	食育イベントの開催
実施時期	10月19日
取組内容	<p>目的：減塩、野菜摂取の啓発 参加者：地域住民（38人）</p> <p>食生活改善推進員の活動で、地元量販店に買い物に来た地域住民に声をかけ、「野菜350g当てクイズ」の参加を促し、1日に摂りたい野菜の量の確認をしてもらいました。また、野菜料理のレシピ、野菜摂取のリーフレット、減塩のパンレット、宗田節、野菜ジュースのセットを配布し、旬の野菜を使った献立の提案や、宗田節で「だし」をとるなど、「食と健康」について啓発をしました。</p> <p>コロナウイルス感染症の流行中であり、試食などが行えず残念でしたが、参加した方からは「1日の野菜の量が分かってよかった。」「野菜がたりていないのがよくわかった。」「今年も（このイベントを）楽しみにしていた。」といった感想をいただき、啓発活動を継続していくことの大切さを感じることができました。</p>
	

【様式3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	高知県
取組市町村名 取組団体・企業名	梶原高校
取組の名称	食品ロスへの取組
実施時期	12月21日
取組内容	<p>家庭クラブの活動として、生徒が残した牛乳6本を使って、クリームシチューを作りました。材料のジャガイモは、農業コースで販売できないものをもらい、ブロッコリーは、廃棄される部分を少なくするために、軸の部分も使いました。煮込む際は、時短になるように野菜は美味しく食べられる範囲で小さく切り、水は使わず、野菜の水分と牛乳だけで煮込み、エコクッキングを目指しました。味も美味しく頂くことができました。</p> <div data-bbox="1023 1010 1241 1182" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="874 1182 1444 1294" data-label="Text"> <p>市販のルーは使わないので、小麦粉がだまにならないように混ぜています。</p> </div> <div data-bbox="448 1182 922 1809" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="959 1323 1497 2031" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="480 1906 981 2018" data-label="Text"> <p>じゃがいもは、さいの目切りをしています。</p> </div>