

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	福岡県 朝倉市
取組市町村名 取組団体・企業名	朝倉市
取組の名称	あさくら祭りでの食育の啓発
実施時期	令和6年11月16日(土)
取組内容に該当する食育ピクトグラム	
取組内容	<p>11月に開催されたあさくら祭りにおいて、食育及び朝倉市の農産物に関する啓発イベントを行いました。</p> <p>①食育クイズ 下記内容の掲示を行い、それに併せたクイズを実施しました。参加賞として賞味期限の近くなった非常食を用意し、また全問正解者には特産品である柿を配付しました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・朝倉市の農産物を知ろう ・食生活を見直そう ・食品ロスってなに？ ・郷土料理を知ろう <p>②特産品の「博多万能ネギ」を使用したネギチーズクラッカーの試食配布 三連水車の里あさくらに製造を委託したネギチーズクラッカーを来場者に配布しました。レシピの配布もあわせて行い一層の啓発に努めました。</p> <p>当日はクイズへの参加者数499人、試食配布数448人と多くの方への啓発活動を行うことができました。</p>



～食品ロスってなに？～

売れ残りや食べ残し、賞味期限切れなど、本来食べられるのに捨てられてしまう食品を「食品ロス」といいます。

【食品ロスが与える影響】
 ①食料費が増大
 ②ゴミ処理費用が増大
 ③CO2排出で環境にも影響



【日本の食品ロスの現状】
 令和4年度の家庭から発生する家庭系食品ロス量は236万トン（前年度比：8万トン）となりました。家庭系食品ロス量の約12年度目標は216万トンです。私たちにできることは何かを考えましょう！

1人1人にできること

- 【買い物時の工夫】
- 買い物前に冷蔵庫にある食材を把握しよう
- 必要な分だけ買って、食べ切ろう
- 賞品を手前から取る「てまえどり」を推奨しよう
- 【調理・食事での工夫】
- 保存方法を工夫しよう
- 残っている食材から採おう
- 作り過ぎて残った料理は、リメイクレシピなどで食べ切ろう
- 好き嫌いせずに食べよう

～郷土料理を知ろう～

くずかけ
 秋の行事や法事の時に作られる朝倉町の郷土料理です。薄肉、薄菜、こんにゃく、にんじん、ごぼうなどを小さく切って、だし汁で煮込み、仕上げに醤油でとろみをつけます。栄養満点でも、温まる身も暖かい汁物です。



くずかけの「くず」って何？
 くずかけのとろみに欠かせないのが「くず粉」。これは雑物の「くず」から作られています。つるつるの多年草（茎に粘り感）に新芽を出し、夏に生い茂り、再び刈られるので、両方も部分を留め、大きく育った根を掘りだすのが主な採取方法です。100gの根から取れる本薬量は約10kgと、とても貴重なものです。

筑前朝倉蒸し雑煮

筑前朝倉は、江戸中期、長門に伝わった茶粥系料理。江戸末期には秋丹藩ち兵衛藩御奉行のこととなり、茶粥系料理に出合ったようです。早飯の大野種以海、福前は雑煮が推されてきたこともあり、朝は手に入りやすくなりましたが、まだまだ貴重でした。そこで、お正月のご馳走「お雑煮」と合わせて、より贅沢な蒸し雑煮が生まれたといわれています。



地域で世代を超えて受け継がれてきた食文化を認定する。
100年フードに認定されました! (令和6年3月15日)

