



我孫子市 食育だより



～おいしく楽しく食事をしよう！～

私たちの日々の「食」は、健康を支えるだけではなく、地域や環境、暮らしとも深く関わっています。我孫子市は、市内全ての小・中学校に給食室があり、子供たちの成長を支える学校給食を毎日作っています。その給食には、我孫子市で育てられたお米や野菜が多く使用されています。

我孫子産のお米や野菜を使った給食を通じて、地元の農産物への興味・関心をさらに高めてもらいたいと、動画や写真などICTを活用して子供たちに伝えています。食育だより43号では、学校給食を通じた地産地消についてお伝えします。

春におすすめの我孫子市産野菜
★たけのこ ★菜の花 ★絹さや
★アスパラ ★春キャベツ

学校給食と地産地消のつながり

我孫子市では、年間を通して様々な野菜が栽培されています。学校給食においても、農産物の地産地消の推進や食育の観点から、我孫子産のお米や野菜を使用しています。お米は、我孫子産米コシヒカリを使用しています。野菜については、あびこ農産物直売所「あびこん」協力のもと、市内19校で、月に2回程の「我孫子産野菜の日」を設け、その時期に収穫された旬の野菜を給食に取り入れています。

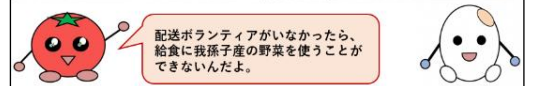
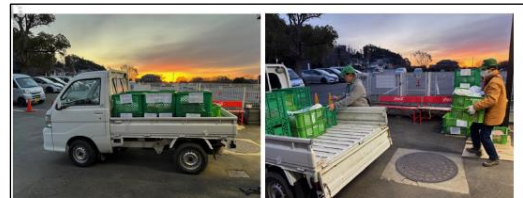
学校給食では、一度に多くの量や種類の野菜を安定して使用する必要があります。そのため、生産者、学校給食コーディネーター、配送ボランティアなど、多くの方が連携して、我孫子市の学校給食を支えています。



児童が委員会活動で作成したのぼり旗。我孫子産野菜の日に掲示しています！

子供たちは給食からどんなことを学んでいるの？

小学校では、給食に使われているお米や野菜について、「どこで育てられているのか」「どんな人が作っているのか」といった身近な疑問から学びを深めています。「我孫子産野菜の日」には、ICTを活用し動画や写真を通して、生産者の声や畑の様子を知る機会を設けています。



我孫子市学校栄養士会作成動画
「我孫子産野菜に携わる人々」より

市内だけの移動だから、輸送に使うエネルギーも排出される温室効果ガスも最小限で済む



中学校では、地産地消について社会科や家庭科の授業でも学習し、より広い視点で捉えます。地元の農産物を選ぶことが、地域の農業の活性化や環境負荷の軽減、さらには日本の食料自給率の向上につながることを学びます。

我孫子市学校栄養士会作成動画
「地産地消の良いところを知ろう」より

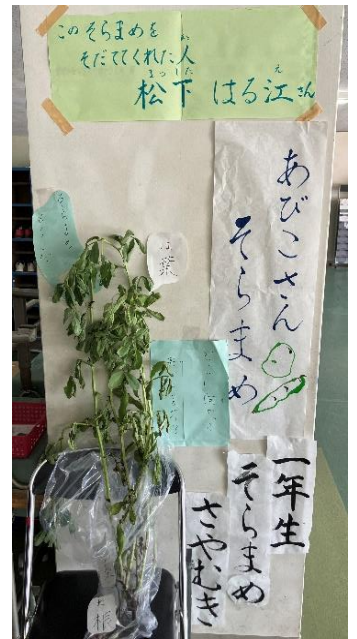
「我孫子産野菜の日」に体験活動！

小学校の低学年では毎年5月～7月の「我孫子産野菜の日」に、グリーンピースやそら豆のさやむき、とうもろこしの皮むき、枝豆のさやもぎ等の体験活動を行っています。

生産者や農政課の職員などに講師をお願いし、じっくりと観察して、野菜がどのように成長していくのか、自分たちが普段食べている部分はどの部分なのか、作業のコツ等を詳しく教えてもらいながら体験活動を行います。

皮むき等をした野菜は、すぐに給食室に運ばれ、おいしく調理されてその日の給食として登場します。体験活動を行った学年だけでなく、全校で我孫子市の恵みを味わうことができます。事前に学校給食コーディネーターに依頼をすると、根や土付きの株を提供してもらえます。給食室の前や廊下に展示し、全校児童が見て・触って観察できるよう、説明とともに紹介もしています。

実際に野菜に触れ、成長の様子を知ること、食べ物は自然の中で育ち、多くの人々が関わって給食になっていることを実感します。



根・土付きのそら豆の株です。
よく見るとさやが付いています！

5月の給食



7月の給食



我孫子産野菜を使った給食レシピのご案内！



我孫子市小中学校の給食の中から、我孫子産野菜を使ったおすすめ献立レシピ動画を作成しています。11月より、市公式YouTubeで配信を開始しました。

手順やポイントがわかりやすい動画となっています。今後も、旬の美味しい我孫子産野菜を使用したレシピ動画を順次更新予定です。

あびこ農産物直売所「あびこん」でも放映されています。ぜひご覧ください！



我孫子市 YouTube
我孫子産野菜を味わう
給食レシピ

《お問い合わせ》我孫子市健康づくり支援課 電話 04 (7185) 1126