

食育かわら版

第16号
令和5年1月

「食」に感謝、みんなであいだく大村のめぐみ!

市民が心身ともに健康で生き生きと暮らせるよう、市では様々な事業をおおして食育を推進します。



●地産地消でオールおおむら給食!

植松保育園では毎月、郷土料理の給食の日に、日本各地の特産を使った料理や食体験を通して、風土や文化を感じる事ができる献立にし、子供たちと一緒に学びながら給食を食べています。今回は地元、大村市の食材のみを使った『オールおおむら給食』。子供たちは散歩の途中で見

●第16回全国学校給食甲子園 特別賞(21世紀構想研究会)受賞

長崎県大村市中学校給食センター 佐田マキ栄養教諭が、学校給食の献立や食育事業を競う第16回「全国学校給食甲子園」で昨年度に引き続き、「特別賞(21世紀構想研究会)」を見事受賞されました。また、調理員特別賞に岩永慎也さんも見事受賞されています。西大村中学校1年生が考えた献立アイデアを取り入れ、玖島中学校2年生が作った「玖島バジル」を活用。3200食の大量調理にもかかわらず、手作り感のある温かな献立。5分間の食育授業内容において、SDGsと関連づけ、大村の主要農産物である地場産物を活用することによる二酸化炭素の削減、気候変動の抑制等、教育活動と深くかかわった食育の展開が評価され、食育授業優秀賞も受賞されました。

これからの給食センターに、身近な食材を、積極的に使ってもらいたいです。



- 献立
- 青菜シラス黒米
 - ぎびごはん
 - 彩り野菜添え
 - 玖島バジルトマトソースのミートローフ
 - 牛乳
 - ポテトとパン
 - キノコとゴロゴロポタージュ

●第16回全国高校生食育王選手権

優勝



向陽高校



高校生が三人一組で食や食育で競うこの大会。今年のテーマは【食のSDGs ～ふるさとの食を未来へ～】です。全国195チームの中から予選を勝ち抜いた8チームで11月13日(日)に福井県で決勝大会が行われました。Cent bon(セボン)向陽(陽)で参加した向陽高校調理科2年生は、課題料理二品のうち一品目は地産地消やフードマイレージ、食品ロス、エコクッキングを盛り込んだ「和な茶なアジの皿うどん」を提案。麺は、そのぎ茶を米粉に練り込んだ自家製麺を作りました。一品目は長崎の卓袱料理をアレンジした「卓袱サラダパフエ」です。野菜不足も補つことができる断面映えの美しい一品です。長崎の特産や郷土料理でSDGsと地元をアピールし、6年ぶり4回目の優勝を勝ち取りました。



甘夏の酸っぱさや、天丼にのったとうもろこしの甘さなど、味わうことも多かったように、新鮮な食材を作ってくださる生産者の方への感謝の気持ちを込めてみんなで「いただきます」をして食べました。

●玖島中学校起業体験学習「くしマルシェ」

大村市立玖島中学校にて、10月7日(金)3年生の起業体験学習「くしマルシェ」が開かれました。起業を通してふるさとを元気にするために何ができるのかを考え、生徒が株式会社を作り、事業説明を行い、株券を発行しました。「おおむらの魅力を発見!」として、「チャレンジャー」久原の丘から未来を創る!」を掲げてのチャレンジです。商品は、規格外みかんを無駄にせず活用した「みかんジャム」や「バスボム」、地元長崎県産煮干しを活用して地域に元気になってもらうと考えた「煮干しのおつまみ(カレー味)」などがありました。10月7日(金)の他に、10月23日(日)にも3会場(「しも横広場、三浦かんさく会館、鈴田出張所」)で実施し、多くの参加者があり、大盛況で終了しました。2年生は「株式会社NEW玖島」というイベント会社を設立しました。令和5年1月15日(日)に、大村市内でパンを販売しているお店を誘致して「おおむらマルシェ」が玖島中学校で開催されます。



●『第4次大村市食育推進計画』を策定しました。

基本理念

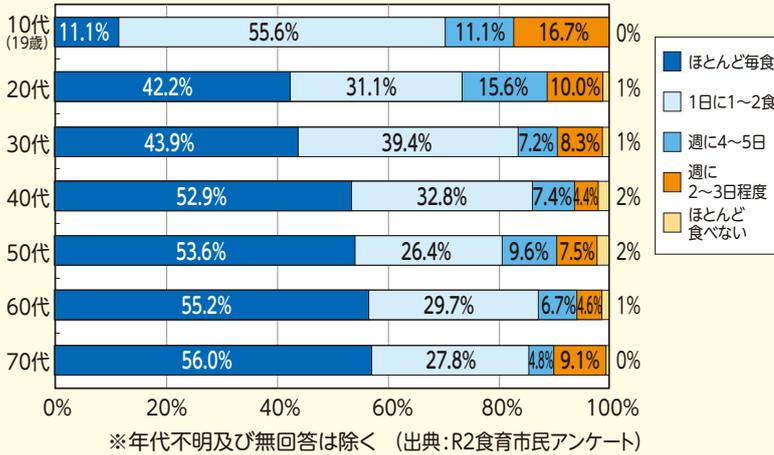
「食」に感謝、
みんなでいただく
大村のめぐみ！

食育市民アンケート・高校生食育アンケートの回答を分析評価し、第4次大村市食育推進計画を作成しています。

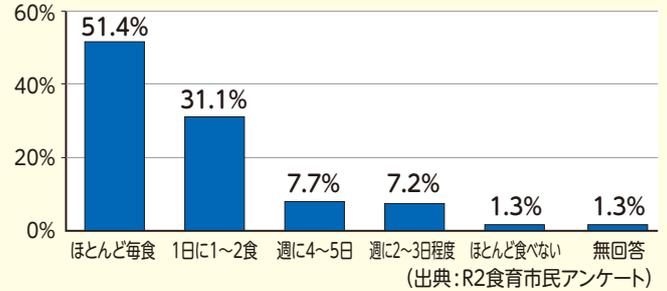
若い世代の朝食欠食や、野菜の摂取不足などの栄養の偏り、食習慣の乱れによる生活習慣病の増加など多くの課題がありますが、全ての年代へ食に関する正しい知識を発信していきます。令和2年度に食育市民アンケートを実施し、1,207人に回答をいただきました。(回収率40.9%)アンケート結果を抜粋掲載します。なお、第4次計画は大村市ホームページに掲載しています。



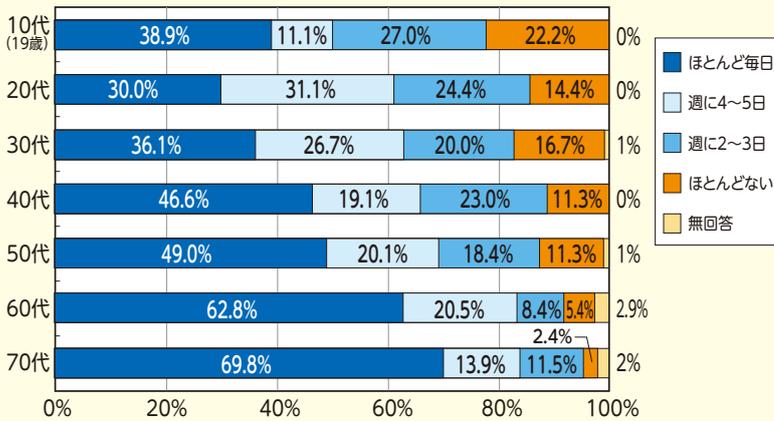
野菜を食べる頻度(年代別)



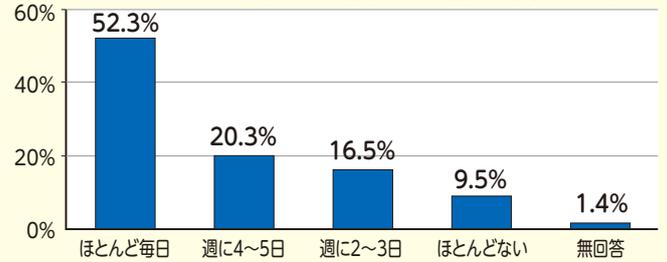
野菜を食べる頻度



1日2回以上、主食・主菜・副菜を3つ揃えて食べる頻度(年代別)



1日2回以上、主食・主菜・副菜を3つ揃えて食べる頻度



「ほとんど毎食」野菜を食べている人、「ほとんど毎日」主食・主菜・副菜を揃えて1日2回以上食べている人の割合は5割を超えています。しかし、年代別にみると、その割合は低くなっています。これからも、広報誌やインターネットなどを活用し、食に関する正しい情報を発信していきます。

食育活動の情報をお寄せください

皆様の地域、団体、学校等における食育の取り組みやイベントで、食育かわら版や市ホームページなどに掲載可能な情報がありましたら下記までお知らせください。※写真も大歓迎です。

発行元 大村市福祉保健部
国保けんこう課
健康づくりグループ

TEL 0957-53-4111

FAX 53-5572

E-mail kokuho@city.omura.nagasaki.jp

ホームページ
https://www.city.omura.nagasaki.jp



2 韓国料理を本場の朴氏より教えていただきました。



あなたも食改さんになりませんか?

1 創業136年森洋海堂の森 晶子氏を講師に迎え、和菓子に込められた日本の四季と奥ゆかしさを体験しました。

●楽しい食生活改善推進員活動
大村には地域で食のボランティアとして活動している、食生活改善推進員(通称食改さん)が、1200名います。毎年、いろんな食の知識を取り入れる講座や研修会に参加し、地域に情報を発信していただいています。

