

11月13日は

「まるごと京丹後食育の日」です

平成22年度以降、「京丹後新米・サワラの日」、「まるごと京丹後食育の日」として、学校給食における食育の推進と地元農産物の地産地消のあり方を考えるため取り組んできました。今年度は10年目の取組となります。地域の特色を生かした学校給食を実施するとともに、地産地消の取組を通じて生産者との交流促進や信頼関係を構築し、児童生徒の健全な食生活の実現と健全な心身の成長を図ることを目的としています。

今日は京丹後市産の食材をたくさん味わって、京丹後市のおいしさを見つけてください。






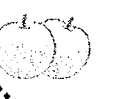


京丹後市教育委員会事務局 学校教育課

京丹後市の認定農業者等で組織する京丹後市農業経営者会議(野木武会長:56経営体)は、京丹後市教育委員会及び市内の小・中学校と連携し、学校給食における京丹後産食材の割合を高めていくことを目標に、地産地消・食育の取組を行います。

心と体の育ち盛りにある児童・生徒に、地元で採れた新鮮で、安心、安全な食材を使った給食を食べてもらい、四季折々に体が必要としている栄養素を十分に摂取してもらうことにより、心身ともに健康な発育を促し、郷土愛と地元産業である農業に誇りをもってもらう取組です。また、交流給食を同時に行うことにより、児童・生徒が食育や京丹後市の農業に関心をもてる取組となることを目指しています。

京丹後市農林水産部 農業振興課

～食材をお世話になった方の紹介～

	とくべつさいばいまい 特別栽培米	のうさん たなかまさひこ いげべこうじ みなせりむ のぎげん くみはまかこうえん 田中正彦 池邊浩二 水無瀬宏 野木源 久美浜観光園		うめだよしゆす こまち きとせいさんくみあ 梅田由泰 小町の里生産組合		せんち 煎茶	のうさん 京丹後製茶		ほうれんそう ほうれん草	うめもとあきむ うさはえいち ぼりえなびひろ 梅本修 上羽栄一 堀江直広		はくさい 白菜	のうさん あいさいけん エチ工農産 愛菜館		にんじん にんじん	のまげん うめもとあきむ 野木源 梅本修		だいこん 大根	のうさん うめもとあきむ ワタミファーム 野木源 エチ工農産 梅本修		はなねぎ 葉ねぎ	のうさん かね正 アグリシステム セラムファーム		しんこうり 新興梨	あすいまつひろ 安井松弘		ぎゅうにゅう 牛乳	ひらばやしにゅうぎょう 平林乳業
---	---------------------	---	---	--	---	-----------	---------------	---	-----------------	---	---	------------	--------------------------	---	--------------	-------------------------	---	------------	---------------------------------------	---	-------------	-----------------------------	---	--------------	-----------------	---	--------------	---------------------

※ 天候等により変更になる場合があります。ご了承ください。

今日の献立

- * 里芋ごはん (特別栽培米)
- * キスのお茶揚げ
- * ほうれん草のごまあえ
- * 大根の味噌汁
- * 新興梨
- * 牛乳

農家の方々が栽培された特別栽培米、里芋、ほうれん草、白菜、にんじん、大根、葉ねぎ、新興梨、日本海で獲れたキスを使っています。そして、いつも飲んでる丹後のおいしい牛乳という献立です。

さらに今年は、初めての試みで、丹後で作られているお茶を使った献立も入れています。農家さんたちの思いや、豊かな食材に恵まれた丹後に感謝をし、味わって食べましょう。

献立レシピ

里芋ごはん

《材料(4人分)》

精白米	300g	里芋	80g
濃口しょうゆ	8g	淡口しょうゆ	14g
酒	12g		

《作り方》

- ① 里芋は皮をむき、いちょう切りにする。
- ② 洗った米に①と、濃口しょうゆ、淡口しょうゆ、酒の分を減らした水と、酒、里芋を入れ炊飯する。
- ③ 炊きあがったら混ぜ合わせる。

キスのお茶揚げ

《材料(4人分)》

キス	4匹	京丹後市産煎茶	1.5g
塩	少々	小麦粉	20g
水	15g	揚げ油	適量

《作り方》

- ① 煎茶をミキサーにかけ粉末にする。
- ② 煎茶、塩、小麦粉、水を混ぜ、衣を作る。
- ③ キスに②の衣をつけ油で揚げる。

ほうれん草のごまあえ

《材料(4人分)》

ほうれん草	60g	白菜	180g
にんじん	12g	いりごま	12g
砂糖	1.6g	淡口しょうゆ	8g

《作り方》

- ① ほうれん草は3cmほど、白菜は2cmほどの幅に切る。にんじんは千切りにする。
- ② 野菜を茹で、水で冷やし、水気を切っておく。
- ③ ごまは半すりにする。
- ④ 野菜をごまと砂糖、淡口しょうゆで和える。

大根の味噌汁

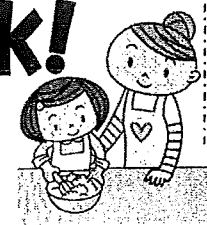
《材料(4人分)》

大根	80g	木綿豆腐	80g
にんじん	20g	油揚げ	30g
ぶなしめじ	25g	葉ねぎ	20g
煮干し	10g	だし汁	550g
淡色辛みそ	32g		

《作り方》

- ① 大根、にんじんはいちょう切り、豆腐はサイノメ切り、油揚げは短冊切り、ぶなしめじはほくして、葉ねぎは小口切りにする。
- ② 煮干しでだしをとり、①を煮て、味噌で味を調える。

Let's cook!



京丹後では、世界から注目される宇治茶をつくっています。

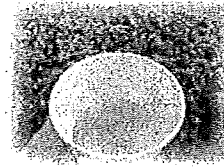
できあがったお茶は宇治の市場や有名なお茶屋さんを通して、日本だけでなく海外へも出ていきます。

お茶の成分には虫歯を予防したり、ガンを予防したり、たくさんの働きがあります。

飲むだけでなく、食べることでその成分を全部取ることができます。

京丹後で採れたお茶を味わってください。

そして、お茶に少しでも風味を持ってもらえるとうれしいです。



堀江 陽 (京丹後製茶(株) 日本茶アドバイザー)

食材を通して、丹後には美味しい食材がいっぱいあることを知っていただき、将来、

農業でもいいし、食に関係する職業についてほしいです。

これからも、丹後の美味しい食べ物をいっぱい食べて大きく

なってください。



中川 秀雄(学校給食に関する小委員会 委員)

いつもおいしい給食、好きな物も、きれいな物もたくさん食べて!!

『自分のからだは、自分の食べた物で出来ています』



安田 和幸(学校給食に関する小委員会 委員)

こんにちは、丹後王国の上田です。

私は、農家ではないですが、いつも農家さんが大事に愛情をこめて作った野菜を

みんなのところに運んでいます。

これからも野菜と一緒に農家さんの想いも頑張って運ぶのでみんな残さずいっぱい

食べてください!

上田 祐貴(学校給食に関する小委員会 連携協力(株)丹後王国(愛菜館))



丹後町の間人港で水揚げされた沖キスは、新鮮で脂のりも最高です。

丹後でとれる魚を京丹後市の子ども達、みなさんに食べて頂き、“丹後の魚が美味しい!”ということ、たくさんの人達に伝えてもらえるように「丹後の魚が食べたい!」「丹後の魚は美味しい!」と感じて頂ける魚を提供していきたいです。

吉田 久美(学校給食に関する小委員会 連携協力 さかな屋しだ)



野村牧場では毎日朝早くから90頭いる親牛の搾乳を4人でやっています。

畑では牛の餌になる牧草も作っています。毎日牛乳はきちんと検査を受けて

パックに詰められ、給食でみんなに飲まれています。

安心安全な丹後の牛乳をたくさん飲んで、丈夫な身体を作ってください。

野村 拓也(京丹後市農業経営者会議 会長 (株)野村牧場 社長)



米作りや野菜作りなどの農家の仕事って、どんなイメージを持っていますか?「夏は暑いし、冬は寒そうだし大変な仕事」って思っていることでしょうか。確かに、外での仕事は大変です。でも、自分で種をまいて、しっかりと育てて、収穫をする、この喜びは他の職業にはありません。そして、収穫した米や野菜を届けてあげて、「美味しいよ」って言ってくれる喜びは、もっと大きいのです。

自然の中で仕事をして、そしてみんなが「美味しい」って言ってくれる。

こんなに楽しい仕事は他にないと思います。この「まるごと京丹後食育の日」には市内の多くの農家がみなさんの学校へ米や野菜、果物を届けています。どの農家も給食を食べるみなさんの笑顔を想像しながら毎日楽しく仕事をしていますよ!!

梅本 修(学校給食に関する小委員会 委員長)



人が健康で生きていくために、欠かすことができない大切なことが「食べること」です。

豊かな海、山に囲まれた京丹後で採れたお米、野菜、魚はとってもおいしいです。地元で採れた新鮮でおいしい食材で作られた、おいしい給食をたくさん食べて、元気な身体を作りましょう。

安全・安心でおいしいお米や野菜を届けるため、毎日、頑張っています。

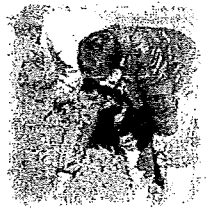
山口 芳明(学校給食に関する小委員会 委員 農事組合法人 田吾作)



今年もまるごと京丹後食育の日がやってきました。

自分たちが作った地元の野菜をみなさんの給食で食べてもらい、

元気に育ってほしいと願っています。



伊崎 敬祐(学校給食に関する小委員会 副委員長 (株)かね正アグリシステム)