

じまんの地場産たっぷり

ふくうま！給食



おうちの人とよみましょう。

福井県の特産食材や地場産物をふんだんに使った「ふくうま！給食」を年3回実施します。福井県のじまんの食材や地産池消についての理解を深めます。第2回目は11月13日（水）です。

「食育の祖」といわれる石塚左玄は1851年に福井市に生まれました。左玄の6つの訓えの中には「地域でとれる農産物や海産物を食べよう」という訓えがあります。これは、住んでいる地域の旬の食べ物を食べることが最も自然で心身にやさしく、また新鮮で栄養価が高く、より健康的になると教えているのです。

献立

- ごはん（コシヒカリ）
- 牛乳
- 大豆と甘えびのごま絡め
- ほうれん草の白和え
- 若狭牛のすき焼き煮
- 羽二重もち

福井県産
たっぷり！



あわら市産



勝山市産



坂井市産



福井市産
















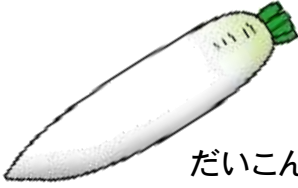




食育チャレンジ 3級^{きゅう}(15)



わたしたちが住む福井県では、四季（春・夏・秋・冬）を通して、いろいろな食べ物がとれます。それぞれの季節にたくさんとれて、新せんでおいしく食べられる時期を「旬」といいます。下には、それぞれの季節の「旬」の食べ物をなかま分けしました。さて、どの季節の食べ物かな？口の中にその季節（春・夏・秋・冬）をかきましょう。

 かつやま みずな  たけのこ  たまねぎ  キャベツ	<p>(れい) はる 春</p>	 かぼちゃ  トマト  ピーマン  なす
 さといも  かき  こめ  さつまいも		 ほうれんそう  はくさい  まいたけ  だいこん



「旬」の食べ物は
みんなが元気にすごすための
えいようがいっぱい！

こたえ

				
かつやま みずな	たけのこ	たまねぎ	かぼちゃ	トマト
	キャベツ	はる 春	なつ 夏	
	ピーマン	あき 秋	ふゆ 冬	なす
	さといも		かき	
	こめ		さつまいも	
	まいたけ		だいこん	



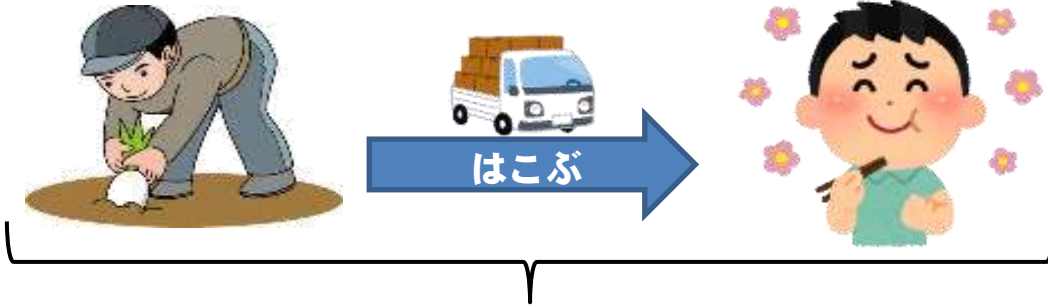
食育チャレンジ 2級⑨



みなさんは「フードマイレージ」という言葉を聞いたことがありますか？実はこの言葉、今回のふくうま！給食ととても関わりの深い言葉です。ぜひ覚えて使ってみましょう。

農産物が収められた場所

消費される（食べる）場所



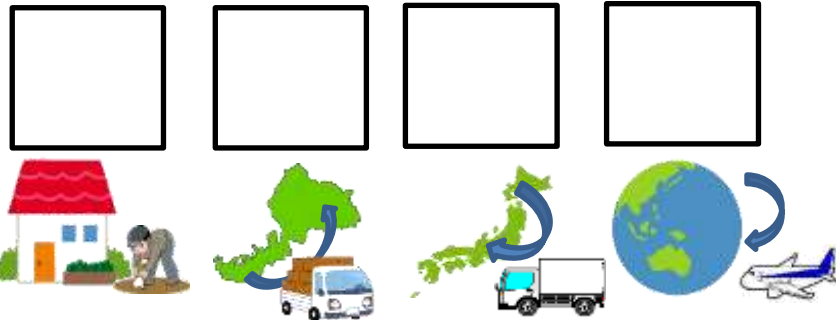
この距離を「フードマイレージ」とよびます。

フードマイレージ問題

下の4つのトマトのうち、フードマイレージの小さい（食べ物がとれた場所から食べる場所までの距離が短い）ものから順番に並べましょう。

- ア 県外産のトマト
- イ 家の畑でできたトマト
- ウ 外国産の輸入トマト
- エ 県内産のトマト

小さい（近い） ← → 大きい（遠い）



地産池消（住んでいる地域でとれた食べ物を地域で食べること）は環境にやさしい活動の1つです。わたしたちの地域でとれる食べ物に関心をもってみましょう。

イラストを参考にしよう

ヒント

イラストを参考にしよう

ウ イ エ ア

小さい（近い） ← → 大きい（遠い）

ヒント

イラストを参考にしよう

いづか さげん 石塚 左玄