



大東市の食育
キャラクターの
トマッピーです

寒さの厳しい季節となりました。風邪やウイルスによる感染症予防のために、手洗い、うがいを忘れずに行いましょう。また、睡眠を十分にとることや栄養バランスのよい食事をとることで、風邪やウイルスに負けない丈夫な体作りを心がけましょう。特に3年生は受験を控えている人も多いことでしょう。試験で自分の力を発揮できるよう、体調管理に気をつけましょう。

「地産地消」について考えてみよう！

地元でとれた食材を地元で消費しようという活動を「地産地消」といい、生産者と消費者を結びつける取り組みです。食材の旬や産地について理解を深められるほか、郷土食や行事食など地域独自の食文化や日本型食生活を見直すきっかけにもなり、食育を進めていく上でも重要な取り組みです。また、地域の農業を応援し、食料自給率の向上にもつながります。大東市の学校給食でも「地産地消」の取り組みを行っています。「地産地消」の良いところを知ること、食材や農業、生産者についても理解し、学校給食が様々な人の助けによってつくられていることを再認識しましょう。



～地産地消の良いところ～

① 新鮮

身近な場所で作られた、新鮮な食材が食べられる。

② 安心感

直接見て、聞いて、話して生産状況が確かめられるので、安心感がある。

③ 地域の活性化

生産、配送、販売を地域で行うので、地域の活性化につながる。

④ 売上アップ

少量でも、規格から少し外れても、販売できるので売上の増加が期待できる。

⑤ 温暖化の防止

配送の距離が短くなるので、温暖化防止に役立つ。

⑥ 食料自給率の向上

国産品なので、食料自給率の向上につながる。



大東市の学校給食における 地産地消の取り組み

大東市の小・中学校で学校給食に使うために、玉ねぎ、お米を地元農家の方々に栽培していただいています。

玉ねぎは農薬を少なくして栽培されたものを、毎年7月に給食で使っています。

お米は、谷川地域や野崎地域で栽培されたものを毎年1月の給食で使っています。お米は「ヒノヒカリ」という品種で、化学肥料や農薬の使用を少なくして作られ、大阪エコ農産物の指定を受けています。

生産者の方々への感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。



「みんなのイチオシレシピ」が給食に登場するよ！



みなさん、お待たせしました！
『みんなのイチオシレシピ』が
今月から順番に給食に登場します♪
レシピを考えてくれた生徒さんからの
メッセージを紹介するね。

☆ バターチキンカレー

POINT 完成の直前にバターを入れることでルウのコクとなめらかさがまします。バターが溶けたら全体をよくかき混ぜ、ルウになじませてください。

☆ さつまいもと鶏肉の甘辛炒め

ひと口サイズにするのがポイントです。

☆ 鶏肉の唐揚げ ゆずこしょう

からあげだけでもおいしいのにねぎゆずこしょうのソースをかけたらもっとおいしくなると思います。僕が考えた「からあげのゆずこしょう」のメニューの給食をみんなおいしく食べてくれるとうれしいです。

☆ 回鍋肉

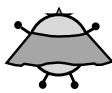
回鍋肉を食べたことがない人もいると思うので、回鍋肉は「おいしいでっ」というのをみんなに知ってもらいたいです！

☆ 豚肉のオイスターソース炒め

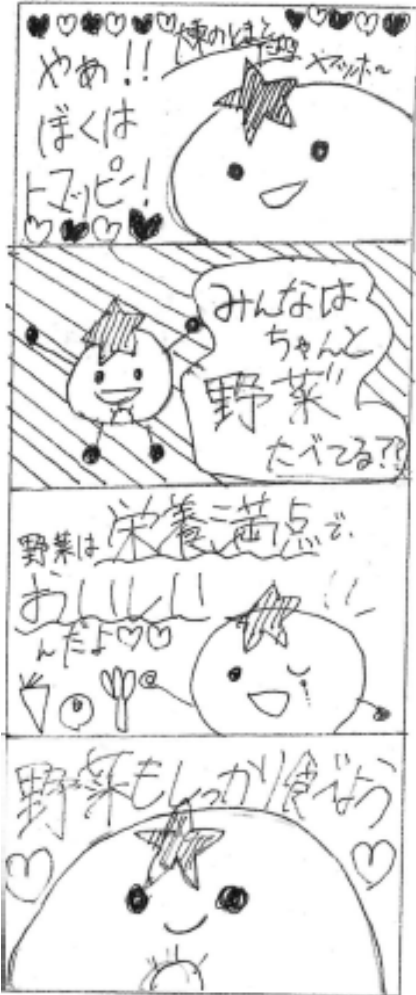
ぼくが好きなおかずでごはんが進みます。作り方が簡単なので給食の献立にもいいかなと思いました。

☆ 麻婆じゃがいも

通常なら香りづけのためごま油を使いますが、全員が食べられるようにごま油を抜いて材料を考えました。



トマッピー4コマ劇場



ペンネーム こんにちは（深野中学校） ペンネーム しおビボ（諸福中学校）