






【様式1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	鹿児島県
取組市町村名 取組団体・企業名	鹿児島市
取組の名称	広報紙「かごしま市民のひろば」への「食育クッキング」の掲載
実施時期	令和5年6月号(令和5年6月1日発行)
取組内容に該当する食育ピクトグラム(複数選択可)	<input type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく食べよう <input type="checkbox"/> 2 朝ごはんを食べよう <input type="checkbox"/> 3 バランスよく食べよう <input type="checkbox"/> 4 太りすぎないやせすぎない <input type="checkbox"/> 5 よくかんで食べよう <input type="checkbox"/> 6 手を洗おう <input type="checkbox"/> 7 災害にそなえよう <input type="checkbox"/> 8 食べ残しをなくそう <input type="checkbox"/> 9 産地を応援しよう <input type="checkbox"/> 10 食・農の体験をしよう <input type="checkbox"/> 11 和食文化を伝えよう <input checked="" type="checkbox"/> 12 食育を推進しよう
取組内容	<p>地元の食材を使用したレシピを掲載し、食育の取り組みを推進しました。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 48%;"> <p style="text-align: center;">パイナップルつばさの食育クッキング ～誰でも作れる簡単レシピを紹介～</p>  <p>材料 (2人分)</p> <ul style="list-style-type: none"> オクラ……………5本 塩……………適量 じゃがいも……………1個 卵……………1個 薄力粉……………大さじ1 片栗粉……………大さじ1 中華だし(顆粒) ……大さじ1/2 ごま油……………小さじ1 <div style="border: 1px dashed green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center;">オクラ</p> <p>喜入地域で栽培が盛ん。緑黄色野菜で、ビタミンやミネラルが多く含まれます。特有のネバネバ成分は食物繊維です。みそ汁や肉巻きにもお勧めです。</p> </div> </div> <div style="width: 48%;"> <p style="text-align: center; background-color: #f8d7da; padding: 5px;">蒸し暑い季節にスタミナ補給！ オクラのチヂミ</p> <p style="text-align: right; font-size: small;">【保健政策課 ☎803-6861 図803-7026】</p> <p>■作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ① オクラは板ずり(軽く塩を振り、まな板の上で転がして産毛を取る)として、さっと洗って1cm幅に切る ② じゃがいもは皮をむいて一口大に切る ③ を耐熱皿に入れ軽くラップをかぶせて、500Wの電子レンジで5～6分温め、形が残らなくなるまでフォークなどでつぶす ④ ③に①と②を入れてよく混ぜる ⑤ ごま油を引いて熱したフライパンに④を入れ、形を整えて弱～中火で3分焼き、焼き色が付いたら裏返して弱火で3分焼く ⑥ 食べやすい大きさに切って、皿に盛り付ける <p style="font-size: x-small;">(1人分の栄養成分：エネルギー143kcal、食塩相当量0.7g)</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">    </div> </div> </div> <div style="margin-top: 10px;"> <p>お好みで酢じょうゆやソースをかけてもおいしいですよ！</p> <div style="display: flex; align-items: center;">  <p style="font-size: x-small;">Instagramでもレシピ公開中</p> </div> <p style="font-size: x-small; margin-top: 5px;">鹿児島住みます芸人 パイナップルつばささん</p> </div>

【様式1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	鹿児島県
取組市町村名 取組団体・企業名	鹿児島市
取組の名称	市公式 SNS アカウント (Facebook、Instagram、LINE) を用いた食育に関する情報の発信
実施時期	令和5年6月1日
取組内容に該当する食育ピクトグラム (複数選択可)	 <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>
取組内容	<p>市公式 SNS アカウント (Facebook、Instagram、LINE) を使い、食育に関する情報 (広報紙「かごしま市民のひろば」へ掲載した「食育クッキング」の記事) を発信し、食育の取り組みを推進しました。</p> 

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	鹿児島県
取組市町村名 取組団体・企業名	鹿児島市 環境政策課（かごしま環境未来館）
取組の名称	季節を楽しむ梅しごと～お手軽梅干し作り～
実施時期	実施日：6月3日（土）
取組内容に該当する 食育ピクトグラム （複数選択可）	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/> 
取組内容	<p>収穫したての梅を使って、添加物不使用で安心安全な梅干しを作ります。</p> <p>場 所：かごしま環境未来館 食工房</p> <p>対 象：鹿児島市・日置市・いちき串木野市・始良市に住むか、鹿児島市に通勤・通学する15歳以上の人</p> <p>参加者：20人</p>