



# いただきます 元気ながさき おいしか県 びわ太郎食育通信

平成27年12月 第34号 長崎県食品安全・消費生活課  
電話 095-895-2366 FAX 095-824-4780  
長崎県食育のホームページ <http://www.pref.nagasaki.jp/shokuhin/shokuiku/>



こんにちは！ほくびわ太郎です。長崎県では、食育や食の安全についてのホームページや、フェイスブックを開設しています。県民のみなさんに、もっと「食育」を身近に感じてもらえるようほくも頑張ります。ぜひ、ご覧ください！！

## フェイスブック人気ネタランキング

4月に「びわ太郎の食育日記」としてフェイスブックページを開設し、半年以上がたちました。10月までの投稿内容で、人気のあったものをご紹介します。今回は、閲覧者数でランキングしています。

### ☆「豆知識」部門

#### 1位 7月7日【今日は何の日？】 閲覧者数931名!!

今日は、七夕！そうめんの日！「そうめん」と言えば南島原市よね。それで、長崎県の手延べそうめん生産量は全国2位※ってよ！（・ω・）

南島原市には、普通に食べるだけじゃない、そうめんを使った料理もあるみたいよね。今夜は、「島原手延べそうめん」、つるっと食べたかね～!!

※平成21年米麦加工食品生産動向調査



#### 2位 7月25日【五島の特産な～んだ？】

長崎市の出島ワーフで、「五島フェア」が開催されよるとってよ。五島特産の味や旬の食材がそろってるみたいだね。

出身の方は「故郷の味」を堪能してもいいし、自分の住む地域以外の県内の特産って何やろうか？って考える機会にしてもよかね。

8月9日まで開催されるみたいよ。詳細はコチラ→

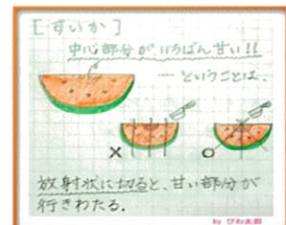
<http://www.pref.nagasaki.jp/shared/uploads/2015/07/1437136417.pdf>



#### 3位 7月2日【みんなで仲良くね】

いよいよすいかの季節ですね♪ (o'-'o)b すいかは、実の中心になるほど甘いだよ。・・・ってことは、中心を基点にして放射状に切れば、みんなに甘いところが行き渡るね!!

・・・なんで、こがんなるほど！なことに今まで気づかんやったとやろ。



### ☆「食品安全・消費生活課」部門

#### 1位 6月12日●作品募集!!

家族や友人と一緒に食べるおいしさや楽しさをテーマにした標語がさっそく届き始めました。ありがとうございます。写真・絵画も募集中です。詳細は、県広報誌「ながさきたより」6月号やホームページをご覧ください。

WEBでの応募はこちら→

<http://eap.pref.nagasaki.lg.jp/kv2/?42000L00001885EIL>

#### 2位 8月28日●南島原市の取組

南島原市では、お弁当の写真を大募集中です。食べ物や食べることへの関心、作ることの大変さ、喜び、感謝の気持ちを持つ機会になるのではないのでしょうか。南島原市に住む小学生以上の皆さま！この機会にぜひお弁当づくりにチャレンジして応募されてみてはいかがでしょうか。

詳細はコチラ→

[http://www.city.minamishimabara.lg.jp/life/pub/Detail.aspx?c\\_id=33&id=20111&pg=1&type=list](http://www.city.minamishimabara.lg.jp/life/pub/Detail.aspx?c_id=33&id=20111&pg=1&type=list)



#### 3位 6月4日●食中毒予防(その1)

厚生労働省作成のリーフレットから食中毒予防のポイントをお知らせします。



ただいま約600点の応募作品の中から優秀作品を選考中です。

まだまだ募集中です!!

「びわ太郎の食育日記」をご覧いただいた方に「いいね！」やコメント、シェアなどをしていただくことで、情報がより多くの方へ拡散されていきます。今後も、長崎と食にまつわる豆知識や、関係機関、市町の取組などを投稿していきますので、ぜひ多くの方に閲覧いただきますよう、よろしくお願いいたします。

😊 **生活協同組合ララコープ**

☆『田んぼで田植え体験交流』を開催しました☆（平成27年6月20日）

- 〈場所〉・松浦市今福町の高台（ララコープの県産米である「ながさき米」の産地）
- 〈目的〉・地元生産者と組合員との交流と、ながさき米の普及
- 〈内容〉・晴天の下、参加者、生産者、要員含め、50名が田植えを体験しました。子ども達は田植えも楽しんでいましたが、カエルを追いかけたり、泥んこ遊びに大はしゃぎ！無事に予定していた面積の田植えを終了することができました。参加者からは「腰が痛い」「生産者の苦勞が分かった」等の声が聞かれました。田植え終了後は地域婦人部が作ってくださった豚汁、おにぎり、草餅をいただき有意義な一日を過ごすことができました。



☆『ながさき米の稲刈り体験交流会』を開催しました☆（平成27年10月24日）

- 〈内容〉・上記の6月の田植にはじまり、今回は50名で稲刈りを行いました。生産者から稲刈りのポイント、注意点についての説明後、稲刈り開始。子ども達は日頃し慣れないこととあっておはしゃぎしながらも鎌の使い方に大苦戦。その後、丁寧に陰干し作業を行いました。稲刈り後は、乾燥機の工場見学や、婦人部の方が準備してくださった豚汁、あん餅、ながさき米の新米をいただきました。お米クイズや、生産者の講話をいただき交流を図りました。



😊 **中野中学校(平戸市)**

☆お魚教室を開催しました☆

- 対象者： 1年生、2年生（計14名）
- 献立名：
  - ・ごはん
  - ・鯖のチーズフライ焼き
  - ・サラダ
  - ・さしみ
  - ・お吸い物
- 流れ：
  - ・鮮魚搬入 ※米は前日搬入
  - ・開会と実演 平戸市水産課の紹介、平戸市漁協青年部連合会挨拶、実演
  - ・魚の配布、調理
  - ・閉会 生徒代表のお礼の言葉



- ・準備（生徒身支度）
- ・盛りつけ
- ・試食



【今後の予定】

栄養教諭による訪問指導

- 11月6日（金）・・・3年生
- 2月12日（金）・・・3年生

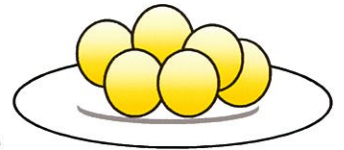
- 12月4日（金）・・・1、2年生

## 😊 白山保育園(島原市)

☆10月、年長児がきなこだんご作りに挑戦しました☆

【内容】

- ① 調理の先生から作り方を説明してもらう
- ② ボールに白玉粉を入れ、ぬるま湯を入れてこねる
- ③ 小さいおだんごに丸めて、盆に並べる
- ④ 白玉だんごを順番にゆで、網ですくい取り金ざるに入れてお湯をきる
- ⑤ ボールに入ったきなこに白玉だんごを入れてかきまぜる
- ⑥ 皿につぎ分けて食べる



## 😊 八斗木保育園(雲仙市)

☆毎月『食育の日』にご当地メニューの提供と野菜の栽培☆

今年度の取り組みとして、毎月19日の『食育の日』に、九州ご当地メニューを子どもたちに提供しています。その土地の伝統的な料理で、なぜこの料理が生まれたのかなど、スライドや紙芝居を作り、伝えています。

また、野菜の苗を植えて育てています。収穫し、クッキングを行いました。水やりや、草取りをして自分達で育てることで、食への関心を深め、いろいろな食材に興味を持ち、命ある物を大切に作る心を育てることを目的としています。

来年度は九州以外の地域や、海外の料理を予定しています。



佐世保バーガー(7月「食育の日」)

トルコライス(9月「食育の日」)

## 😊 西崎保育園(諫早市)

【平成27年の活動】

- 4月… **いちごジャム作り**  
いちごのへたを取り、イチゴジャムを混ぜる体験をしました。翌日のおやつ時間に自分たちでパンに塗りいちごジャムサンドにいただきました。※写真①
- 5月… **夏野菜の苗植え(きゅうり・ミニトマト4種)**  
きゅうり、ミニトマト(赤・オレンジ・黄色・小玉)の中から自分が好きな苗を1つ選んで育てました。毎日の水やりは当番がして、収穫後は給食に取り入れました。※写真②
- 6月… **梅しそジュース作り**  
梅をちぎる体験をし、生の梅と冷凍した梅と2種類のシロップを作り、1ヶ月間、毎日写真を撮り、シロップの量や梅の変化の様子を観察しました。1ヶ月後、完成した2種類の梅ジュースの飲み比べを行いました。※写真③④
- 7月… **そうめん流し**  
外でそうめん流しをして夏の思い出を作りました。
- 8月… **お手伝い保育(野菜の皮むき)**  
1週間を『お手伝い週間』として年長の子ども達に給食に衣装する夏野菜の皮むきのお手伝いをしてもらいました。

【今後の予定】

- みそ作り
- もちつき大会
- クリスマスケーキ作り
- バレンタインケーキ作り



## 😊 わんぱくほうす(大村市)

### 【ぐんぐん畑】

調理の過程で出た野菜の皮とぼかしで畑の土をつくり、完全無農薬で季節の野菜を育てます。給食に、おやつに、クッキングに、と使い、出来た料理は特別おいしいのです。

### 【クッキング】

毎月行われるクッキング。季節のものから郷土料理も挑戦します。包丁さばきもお手のものです。

- |          |        |          |            |
|----------|--------|----------|------------|
| ○ うめぼし   | ○ 大村寿司 | ○ 煮込み    | ○ みそ       |
| ○ よもぎ団子  | ○ ころっけ | ○ ハヤシライス | ○ クリスマスケーキ |
| ○ 芋のつきあげ | ○ おはぎ  | ○ 餃子     | ○ゼリー       |

### 【食育指導】

毎月、クッキング後に、食品、からだ、うんち、その他様々な食育指導を行います。また、勤労感謝の日になんで、市内のお寿司屋さんに来て頂き、魚の解体を見せてもらいます。命をいただくこと、口に運ばれてくるまでに沢山の人が関わっていることを知ってもらい、感謝することを学びました。



うめぼし作り



魚の解体



芋ほり



ピザ作り体験

## 😊 志岐市立那賀小学校内

☆ダッシュ村収穫祭を行いました☆

- 日 時… 平成27年11月18日(水)
- 対象者… 志岐市立那賀小学校全校児童(71名)、那賀幼稚園児(19名) 農協職員(3名)、農協青年部(19名/41名中)、那賀婦人会(6名)、那賀小職員(13名)、那賀幼稚園職員(4名)

### ○ 内 容… 1 収穫祭当日の内容

- (1) 1・2年ー焼き芋、サツマイモ入り蒸しパン作り
- (2) 3・4年ー豆腐作り
- (3) 5・6年ー餅つき

### 2 これまでの経緯(活動内容)

- (1) 4月24日(金) ダッシュ村開村式、1・2年ーヒマワリ播種、3~6年ーカボチャの苗の植え付け(500苗)
- (2) 5月26日(火) 1・2年ー芋差し、3・4年ーダイズ播種、5・6年ー田植え
- (3) 9月12日(土) にんじん播種、じゃがいも植え(農協青年部)
- (4) 10月13日(火) 5・6年…稲刈り
- (5) 11月 5日(木) 1・2年…さつま芋収穫  
3・4年…ダイズ収穫  
5・6年…にんじん・じゃがいも収穫



## 😊 フレンド幼稚園(長与町)

☆いもほりを体験しました☆

野母崎観光農園で芋ほりをしました。芋畑では、好きなだけ芋を掘り、その後、自然の中でお弁当を食べました。

子ども達と掘った芋は、給食に使用し、皆で掘った芋だということを話しながら食を楽しみました。また、芋ほりの絵を描きました。



## 😊 今福保育園(松浦市)

☆とうもろこしの皮むきをしました☆

○ 8月27日、午後のおやつのとうもろこしの皮むきを、3歳児と学童の子で行いました。

☆給食試食会を開催しました☆

○ 10月3日、0歳児19名の保護者の方に参加していただきました。親子体操やふれあい遊び、わらべうた、ベビーマッサージ等の体験後に親子で給食試食会を行いました。



とうもろこしの皮むき



給食試食会

### 【試食会メニュー】

○普通食…ごはん、すり身の天ぷら、そうめん汁、みかん缶、枝豆

調べてみました!



## 七草がゆのこと

正月明けには七草がゆをいただく風習があります。平安時代に中国から伝わった行事で江戸時代には若菜の節句として、幕府の年中行事に定められていました。七草がゆは、胃腸をいたわり、家族の健康を願うだけでなく、冬場の野菜摂取不測を補う意味もあったのでしょね

～群羊社「たべもの・食育図鑑」より～



春の七草

すずな

すずしろ

せり

ほとけのさ

なずな

はこべら

とぎょう

今回もたくさんの素晴らしい活動報告をありがとうございました。

この『びわ太郎食育通信』は、皆様のご協力のもととなりたっております。また、たくさんの方々の方に届いておりますので、この機会にみなさんも『びわ太郎食育通信』を通して、多くの方々に日頃の活動を知ってもらってはいかがでしょうか。

これからも長崎県の各地域から、様々な活動の報告が届くのを楽しみにしています。





## 県からのお知らせ



# ～6月は『食育月間』毎月19日は『食育の日』～



今年も残りわずかとなってまいりました。  
 長崎県でも、引き続きびわ太郎食育通信やホームページ、フェイスブックなどで、県民のみなさんに食育と、食品の安全について身近に感じていただけるよう発信していきます。  
 来年もよろしくお願いいたします。

## 募 パブリックコメントをお待ちしております!!

食品安全・消費生活課では、平成28年度から推進予定の「第三次長崎県食育推進計画」「長崎県食品の安全・安心推進計画（仮称）」を策定中です。

この2つの計画の素案について12月14日から1月13日まで、パブリックコメントを実施します。詳細については、ホームページやフェイスブック「びわ太郎の食育日記」等への掲載によりお知らせします。ぜひ、皆さまからのご意見をお待ちしております。



## 「びわ太郎食育通信」は長崎県のこんな所に届いています！



- 幼稚園
- 保育所
- 小学校
- 中学校
- 各市町
- 食育ボランティア
- 各市町教育委員会
- 食育推進県民会議委員
- 各県立及び政令市保健所 等

たくさんの方が、このびわ太郎食育通信を見ているんだね！

## びわ太郎食育通信に掲載する食育活動の情報をお寄せ下さい

この紙面への掲載の参考とさせていただきます  
 県内各地域での食育に関する取り組み、お知らせをお寄せ下さい。

《送り先》〒850-8570  
 長崎市江戸町2-13  
 長崎県食品安全・消費生活課  
 TEL 095-895-2366  
 FAX 095-824-4780

写真も大歓迎



長崎県 食品安全

検索