

食育だより

令和元年 7月
岐阜大学教育学部附属小学校

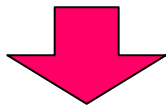
地産地消について



近年では、一年を通して、何でも手軽に食べたいものを手に入れることができるようになりました。しかし、日本には地域や季節によって特色のある産物があり、岐阜県内でもたくさんの農産物が生産されています。「地元で生産されたものを地元で消費する」ことを、「地産地消」といいます。私たちが住んでいる地域でとれる食材のよさを見直してみましょう。岐阜市の学校給食では、月2回の「ふるさと食材の日」を中心に、岐阜県産の食材を積極的に取り入れています（岐阜県産食材を使用したメニューには給食献立表に※印がついています）。家庭でも、ファーマーズマーケット（地元の農家の方が生産した、農作物や手作りの食品等を持ち寄り販売している店）を利用するなどして、新鮮でおいしい地場産物を味わってみましょう。

地産地消のよさとは

- ・採れたての新鮮なものを食べることができる。
- ・作っている人の顔が分かり、安心安全である。



食料自給率アップにつなが

岐阜の味を紹介

あまな

甘長ピーマン

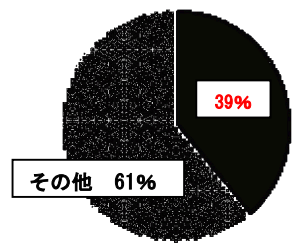
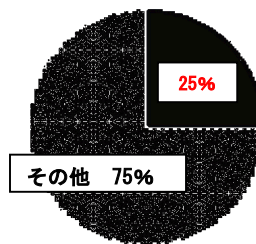


甘長ピーマンは、京野菜として親しまれている「伏見甘長とうがらし」に由来しています。とうがらしという名前ですが、辛くないため（まれに辛いものもあります）、「甘長ピーマン」と名付けられています。長さ15cm、太さ1.5cmと細長く、「ししとう」を大きくしたような形をしています。実の中には細かい種が入っていますが、小さいためそのまま調理して食べることができます。海津市を中心に栽培されている甘長ピーマンですが、近年では安八郡安八町、輪之内町へ栽培が広がっており、5月上旬から10月下旬にかけて収穫されています。給食では、「炒め煮」として登場します。小学校ではピーマン（種が食べにくい）のため甘長ピーマンではなく、ピーマンを使

岐阜県の食料自給率

岐阜県の食料自給率

日本の食料自給率



（出典 農林水産省 H27（確定値）の都道府県別食料自給率）

岐阜県の食品自給率は25%と低く、日本全体で見ても高いとはいえません。人・地域・環境に優しい食事を実現するために、地域の食材を積極的に選び、日々の食卓に取り入れてみませんか。

<食品自給率とは…地域の人が食べている食料のうち、その地域で作られた食料の割合を示す指標のこと>

ご家庭で作ってみませんか？

給食レシピ紹介



「甘長ピーマンの炒め」

<材料 4人分>

油 1.2g
豚肉 40g
にんじん 35g
甘長ピーマン 100g
※種が食べにくい場合はとる

<作り方>

- ① フライパンに油をひき、豚肉を炒める。豚肉に火が通ったら、にんじん（短冊切り）・甘長ピーマン（食べやすい長さに切る）を加えて炒める。
- ② ①に砂糖を加え、しょうゆ・酒を加えて炒める。

