

【様式 3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	三重県
取組市町村名 取組団体・企業名	度会町立度会中学校
取組の名称	三重県産食材を使った給食と給食放送の実施
実施時期	11月
取組に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	<input checked="" 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 checked="" 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 checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 8 食べ残しをなくそう <input checked="" type="checkbox"/> 9 産物を応援しよう <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>毎月19日の「食育の日」には三重県産食材をメインに使用した給食を提供しています。11月は玉城町産のさつまいもを使用したカレーライス、伊勢志摩産ひじきを使用したマリネサラダを提供し、給食放送で生徒に知らせる取組を行いました。また、同じ給食センターの受配校である度会小学校へも小学生用の原稿を作成し放送を行ってもらいました。</p> <p>(中学生用放送原稿)・今日は「食育の日」です。三重県産食材として玉城町産のさつまいもと伊勢志摩産のひじきを使用しました。いも類にはおなかの調子をよくする食物繊維がたくさん含まれており、特にさつまいもには多く含まれています。また、風邪の予防に役立つビタミンCも多く含まれています。さつまいもにはでんぷん分解酵素の「アミラーゼ」が含まれているので加熱すると甘くなる特徴があります。また、ひじきにも食物繊維が豊富に含まれているほか、カルシウムやその他のミネラルも多く含みます。今日はじゃがいもの代わりにさつまいもを使ったチキンカレーライスとひじきのマリネサラダです。味わって食べましょう。</p>



「さつまいものスイートチキンカレーライス」と「ひじきのマリネサラダ」

