

食育通信

平成28年
6月号

～ みんなで考えよう！食育のこと。～



平成 28 年 6 月 1 日発行
担当：阿賀野市健康推進課
健康づくり係
電話：0250-62-2510
内線 2637

食育とは、「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる人を育てることです。

「食品ロス」を無くそう！

～ 6月は「環境月間」・「食育月間」です！～

1972年6月5日に環境問題をテーマとした「国連人間環境会議」がスウェーデンで開催されたことを記念して、国連は6月5日を「世界環境デー」に、日本でも「環境の日」と定め、6月を「環境月間」としています。

また、平成17年6月の食育基本法の成立を受け、平成18年に政府の食育推進会議において食育を広く知ってもらうため、6月を「食育月間」と決めました。

環境や食は、私たちの生活に直接関わるものです。「環境月間」・「食育月間」を機会に、環境と食の問題について、ぜひ考えてみてください。

■ 「食品ロス」とは？

家庭や外食産業などから賞味期限切れや食べ残しなどで捨てられる食品を「食品ロス」と言います。食品ロスは、全国で1年間に642万トンになると試算されています。（農林水産省及び環境省「平成24年度推計」）



■ 「食品ロス」の半数は家庭から出ています

調理くずや食べ残しなどの家庭での食品ロスは、1人当たり1年間で約24.6キログラムと試算されています。生ごみは資源化が難しいことから焼却処分していますが、燃えるごみの3割を超え、成分の大半が水分であるため、焼却するためにたくさんの燃料を使う必要があります。

■ 「食品ロス」は世界的な問題

今年5月に富山市で開催された日米欧の主要7か国（G7）の環境相会合においても、「食品ロス」の問題が議題として取り上げられ、世界全体で2030年までに1人当たりの食品廃棄量を半減させることを目指して、各国が協調して削減に取り組むことになりました。

■ 家庭からの「食品ロス」を減らすには

○ 買い物は必要に応じて・食材を買いすぎない

買い物の前に、冷蔵庫の中をチェックしましょう。

○ 食材は無駄なく使う

野菜の皮や肉の脂身など、食べられる部分まで捨てていませんか？

○ 賞味期限・消費期限をチェックしよう

食材を無駄にしないように、まめに確認しましょう。

○ 食事は適量をつくり・食べ残しを出さない

食べられる分だけ調理する工夫をしましょう。

○ 生ごみ処理機を利用する

効果的に生ごみを減し、肥料として利用することができます。

※市では、生ごみ処理機の購入費補助をしています。市民生活課 環境係に問い合わせください。



「ごみ」に関する出前講座を行います

ごみの減量に向けて、市では「ごみ」をテーマとした出前講座を行っています。開催を希望する自治会は、市民生活課 環境係までご連絡ください。



※上記の記事に関する問い合わせは、市民生活課 環境係へ 電話 62-2510（内線 2105・2106）



～「食の安全ダイヤル」について～

内閣府・食品安全委員会では、「食の安全ダイヤル」を設置し、食品の安全性に関する情報提供、問い合わせ、ご意見等をいただいています。
また、食品による健康への悪影響を未然に防いだり、重大な食品事故が発生した場合の対応等を行っています。

問い合わせは、電話 03-6234-1177（受付時間は平日の10時から17時。祝日・年末年始は除く）

にいがた朝ごはんプロジェクト

阿賀野市では、「家族で毎日朝ごはん(米飯)」を重点目標として食育に取り組んでいますが、新潟県内22地域の宿では、若旦那たちが集結し「にいがた朝ごはん」プロジェクトを展開しています。

「にいがた朝ごはん」プロジェクトとは「食文化の継承」「農商工の連携」「新潟県産コシヒカリの魅力発信」により温泉や観光をPRするものです。

阿賀野市・五頭温泉郷の春の「朝ごはん」は、山裾にある温泉地ならではの春の伝統食「ふき味噌」です。宿ごとに味噌、塩加減も異なり、個性豊かなオリジナルの「ふき味噌」が味わえます。

是非、五頭温泉郷の宿を利用してご賞味ください。また、新潟県内の温泉地の宿もご利用ください。

(問い合わせは、商工観光課 観光係へ 電話 62-2510 (内線 2343))



クックパッド(cookpad)に阿賀野市公式キッチンオープン

日本最大のレシピサイト「cookpad」に阿賀野市公式キッチンをオープンしています。

阿賀野市の野菜や食品を使った、阿賀野市の管理栄養士監修の、さまざまな料理を紹介しています。

これまで広報誌「わくわくキッチン」のコーナーで紹介した料理のほか、おやつ、離乳食、学校給食の人気メニューなどを随時紹介していきます。

インターネットから

<http://cookpad.com/kitchen/11529417> または、

「クックパッド 阿賀野市」で検索してください。

「あがの食育・元気づくり応援団」～私たちは阿賀野市に元気づくりを発信しています！～

(株)原信水原店、イノウエスポーツ、(有)安田興和農事、(株)めんつう、生鮮の杜キッド、リズムハウス瓢湖、風雅の宿 長生館、安田商工会、(有)お菓子の龍宝堂、瓢湖屋敷の杜ブルワリー・ザ・レストランスワンレイク、水原商工会、(株)関口商店、五頭温泉郷旅館協同組合、阿賀野市総合型クラブやろでばみんなで、カフェ木いちご、みやした整体院、



※阿賀野市の食育・元気づくり取組みに賛同してくれる施設（飲食店、スーパー、商店、企業、団体、宿泊施等）を随時募集しています。（問合せ：健康推進課 健康づくり係 市HPで募集内容が確認できます。）

… 6月は食育月間・毎月19日は食育の日 …