

とうもろこしの皮むき

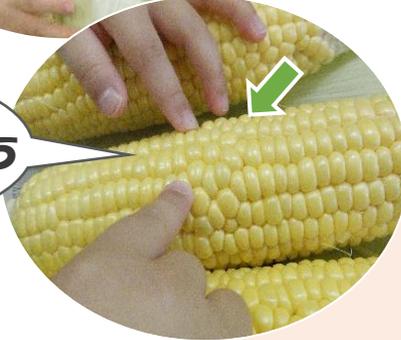
収穫した玉ねぎで
クッキング



うすいえんどうのさやとり



粒がお花のかたち



令和6年度

のせむあび



みんなではぐくむ

のせの食育

大きくなあれ!



トゲトゲがあるね。



収穫したきゅうりで
ぬか漬け

能勢町では、地域全体で食育の推進に取り組んでいます。
今回は、その取り組みの一例をご紹介します。

6月は食育月間！
毎月19日は食育の日！

「能勢ごはん 食べてつくろう 元気なからだ」

3食規則正しく食べることや米を中心とした食生活は、生涯を通じた健康づくりの基本となります。しかし、若い世代の朝食の欠食率が高いことや米離れが顕著となっています。本町では、生涯を通じた健康づくりの基本となる「早寝早起き朝ごはん」と「米を中心とした食生活」を進めています。

「家庭・地域・学校で みんなで囲む 能勢の食卓」

皆さんは、能勢の食文化を知っていますか？家族や地域の方と食事をしていますか？「みんなで一緒に作って食べると美味しいね。」共食の機会を大切にする子ども食堂やフリースペース等といった集える場が増えています。本町では、食文化継承のための食体験や共食の機会を増やすことで豊かな心を育てています。



食育推進ボランティアの研修会で能勢町の郷土料理のこけら寿司を作りました。（健康づくり課）



豊中高校能勢分校にて親と子の食農体験を実施し養蜂体験・ぶどう収穫体験を通じて「食」と「農」の大切さを学びました。（JA大阪北部）



保育所で収穫した、たまねぎを使ってクッキングをしました。みんなで作ったフライは「甘くて美味しい！」と好評でした。（4歳児）（のせ保育所）

「能勢でつくり 能勢で食べ 能勢を元気に」

豊かな自然が広がり、消費者と生産者との距離が近く、顔の見える付き合いができる能勢町。この恵まれた環境を生かし、これからも守り育てていくため、一人ひとりが「地産地消」について考え、行動することが大切です。野菜や米の栽培・収穫体験を通して、食への興味・関心を高め、地産地消を進めています。



おむすびハウスにて農産物のPRを兼ね、能勢のお米、四季とりどりの野菜・食材の素材を入れ能勢の特色のある商品をおむすびとして提供しています。（観光物産センター）



ふきごはんにするふきのすじとりをお手伝いしてくれました。大きなふきに大興奮のこどもたち。スーッと上手に取れました。（4、5歳児）（のせ保育所）



1年生では、毎年七草の学習・収穫を行っています。収穫した七草は、七草ご飯として給食に登場し、みんなで美味しくいただきました。（能勢ささゆり学園）



年長さんがジャガイモを掘り、お泊り保育でポテトサラダを作り美味しくいただきました。（5歳児）（みどり丘幼稚園）



お茶会の様子。毎月一回練習をしてお茶の作法を覚えます。（5歳児）（のせ保育所）



5年生の学習では、種籾まき・田植え・稲刈りを体験します。収穫したお米は給食にも使用しました。冬には刈った稲を使ってしめ縄を作りました。（能勢ささゆり学園）