

# 令和7年度 みんなで育む のせの食育

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！



## みどり丘幼稚園



(4歳児)

収穫したきゅうりで『ぬか漬け』  
を経験。塩をもみこみ、糠につけ、  
発酵の不思議を知りました。  
おうちで家族のみんなと  
美味しくいただきました。



(3歳児)

土に触れながらピーマン・オクラ・  
ゴーヤを植え、成長の様子を楽しみ、  
関心や親しみをもちました。  
野菜スタンプにも挑戦しました。



(5歳児)

年中の時に植えたジャガイモを  
収穫し、ゆがいて皮むきにも  
挑戦し、自分たちで育てた喜び  
を味わう姿が見られました。

## のせ保育所



お茶会の様子 (5歳児)  
一年を通してお茶の作法を  
学びます。  
おうちの方に来ていただき、  
心を込めてお茶をたてました。



おもちつき(3~5歳児)  
おともだちに応援されながら  
杵をおもいきり振り上げます。  
みんなで協力してついたおもちで  
5歳児さんが鏡餅を作りました。



ふきのすじとり(4歳児)  
こどもの背丈ほどのおおきなふき。  
慣れてくると、だんだん上手にとれる  
ようになります。すじがくるくる  
丸まって、集めたら髪の毛みたい  
なさわりごごちになるのを発見。

# 「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になっています。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。

### 健康づくり課



### JA大阪北部



### 観光物産センター

煮込み豆腐ハンバーグ定食



食育推進ボランティアの研修会で野菜が苦手な子どもでもチャレンジできるレシピを考えました！

豊中高校能勢分校にて親と子の食農体験学習を実施しました。

能勢の農産物のPRを兼ね、レストラン(ひだまり)にて、四季折々の野菜・食材の素材を入れ能勢の特色のある商品をタペストリーにして提供しています。

## 「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、消費者と生産者の距離が近く、顔の見える人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。

### 能勢ささゆり学園



『地元まるごと能勢っ子こんだて』この日の給食はお米・野菜だけでなく、みそ・酒かす・塩こうじも能勢町産のものを使用。能勢の美味しいを集めた給食を生産者の方と一緒に食べました。

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、みんなでおいしくいただきました。

6年生が家庭科の学習で給食の献立を考えました。献立コンテストを行い、児童生徒・教職員の投票で1位になった献立は実際に給食で登場しました。