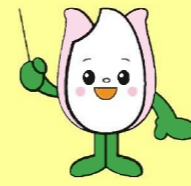


# こども しょくいく しんぶん

新・第29号



令和5年7月 食と花の推進課 発行

これまでに発行した  
こども食育新聞は  
ここから見てね★



新・第29号では、「新潟市でとれる食材」を紹介するよ!

**新潟市は「おいしい」がいっぱい!**  
みんなが住んでいる新潟市は、お米はもちろん、農業が盛んなまちなんだよ。8つの区があって、それぞれの区では、特色豊かなたくさんの野菜や果物がつくられているよ!

「地産地消」ってなに?  
「地産地消」とは、地元で作られたものを地元で食べることをいうよ! みんなの周りにも野菜や果物を作っている人はいるかな?

身近なところで作った食べ物はなぜいいの?  
「地産地消」は良いことがいっぱい!  
①旬のものを新鮮なうちに食べられるね★  
②食べ物を運ぶためのエネルギーや二酸化炭素が少なくなるから、地球にも優しいよ♥  
③身近な食べ物を知って、食に関心をもてるようになるね♪

「旬」ってなに?  
「旬」とは、その食べ物が1番おいしく、たくさん出回る時期のことをいうよ。旬のものは新鮮で栄養もたっぷりだよ! 食べ物から季節を感じることができるね!

新潟市はおいしい食べ物の宝庫だね!  
給食に使われている野菜や果物は、農家さんが心をこめて育てているよ。給食の献立は、栄養教諭さんが栄養や旬、地元のものを工夫して考えてくれているよ★  
どんな食べ物が使われているか、気にしながら、感謝の気持ちをもって食べてみてね♪



新潟市食育・花育推進キャラクター  
まいかちゃん