

# とりくみじれい しょうかい 取組事例の紹介

【基本方針1】 <sup>きほんほうしん</sup>生涯にわたり <sup>しょうがい</sup>食を通じた <sup>しよく</sup>心身の健康づくりを <sup>つう</sup>推進します

## 取組事例 発達段階に合わせた保育園の給食

保育園の毎日の給食では、発達段階に応じた食事を提供するとともに、介助をしながら繰り返し子どもたちの食を育んでいます。

### <メニュー例>

さばの味噌煮  
磯和え  
バナナ  
おやつは人参とりんごのパン  
と牛乳



## 取組事例 「上越野菜」を知ろう！親子食農体験教室

この教室は、「上越野菜」振興協議会が主催する親子で参加できる食農体験イベントで、上越野菜の「なますかぼちゃ」や「丸えんぴつなす」、「ひとくちまくわ」を収穫し、その野菜を使って、ピザやデザートなどを作りました。



<ひとくちまくわの収穫体験>



<収穫した野菜を使った料理教室>

## 取組事例 夷浜保育園の取組

年齢ごとにできる調理体験（写真は具だくさん汁）を行いました。

1・2歳児はしめじばらし、3歳児はモヤシぼきぼき、4歳児はキャベツびりびり、5歳児は野菜の型抜き、みんなで作って、おいしく楽しくいただきました。



きほんほうしん しょくいくすいしん む れんけいそくしん  
**【基本方針3】 食育推進に向けた連携促進と**  
 じょうほうきょうゆう かんきょう すいしん  
**情報共有できる環境づくりを推進します**

**取組事例 料理レシピ検索サイト「cookpad(クックパッド)」の活用**

若い世代や市民が当市の郷土料理等を家庭で作ることができるよう、料理レシピの検索サイト「cookpad(クックパッド)」内に上越市の公式ページを設け、郷土料理や旬の地場産食材を使ったレシピを掲載しています。



<https://cookpad.com/kitchen/17385548>



<たけのこ汁>



<さめの煮凝り>



<のっぺ>

きほんほうしん ちいき かてい うつ っ  
**【基本方針2】 地域や家庭で受け継がれてきた**  
 しょくぶんか けいしやう  
**食文化を継承します**

**取組事例 上越市ホームページ「上越の食育」**

市のホームページ内にある食育の専用ページ「上越の食育」では、市食育推進計画を始め、食育関連イベントの情報や地産地消推進の店、学校・保育園での食育活動の紹介、食品ロスの削減に向けた取組事例などを掲載しています。

今後も、「上越の食育」ページを活用し、食育の情報発信を行っていきます。



<https://www.city.joetsu.niigata.jp/site/syoku-iku/>



きほんほうしん じょうえつ のうりんぎよぎょう りかい そくしん  
**【基本方針4】 上越の農林漁業への理解を促進します**

**取組事例 食品ロス削減に向けた取組②（てまえどり）**

食品ロスを削減するためには、私たちの消費行動を見直すことも必要です。  
 「てまえどり」は、購入してすぐに食べる場合に、商品棚の手前にある商品等、販売期限の迫った商品を積極的に選ぶ購買行動です。  
 国では、小売店舗と協力し、買物をする消費者に「てまえどり」を周知するため、小売店の商品陳列棚にPOPやポスターを設置しています。食品ロス削減のため、私たちにできることから始めてみましょう。



**取組事例 「上越市地産地消推進の店」認定事業**

上越製品の生産及び消費拡大、郷土における食文化の継承並びに食料自給率の向上を図るため、上越産品を積極的に取り扱う小売店・飲食店などを「上越市地産地消推進の店」に認定しています。この店を通じて、市民や観光客の皆さんに、地産地消のPRや地域食材の消費拡大に取り組んでいます。



こののぼり旗が目印です。



地産地消推進キャンペーンを実施し、地産地消を推進しています。



認定店は市ホームページで紹介しています。

**取組事例 食品ロス削減に向けた取組①（宴会時の食べ切り運動）**

市では、宴会時の食品ロス削減に向け、「食の宝庫 上越 おいしく残さず食べ切ろう！ にいまる いちまる 20・10運動」を市民に呼び掛けています。

**<宴会時の約束>**

**その1：適量を注文**

宴会の参加メンバーに合わせ、適量を注文しましょう。

**その2：はじめの20分**

乾杯後の20分は、自席でおいしい上越の料理を味わいましょう。

**その3：楽しみタイム**

全員で親睦を深めますが、料理のことも忘れずに。

**その4：お開きの前の10分**

席に戻り、もう一度料理を楽しみ、食べ切りを心掛けます。

