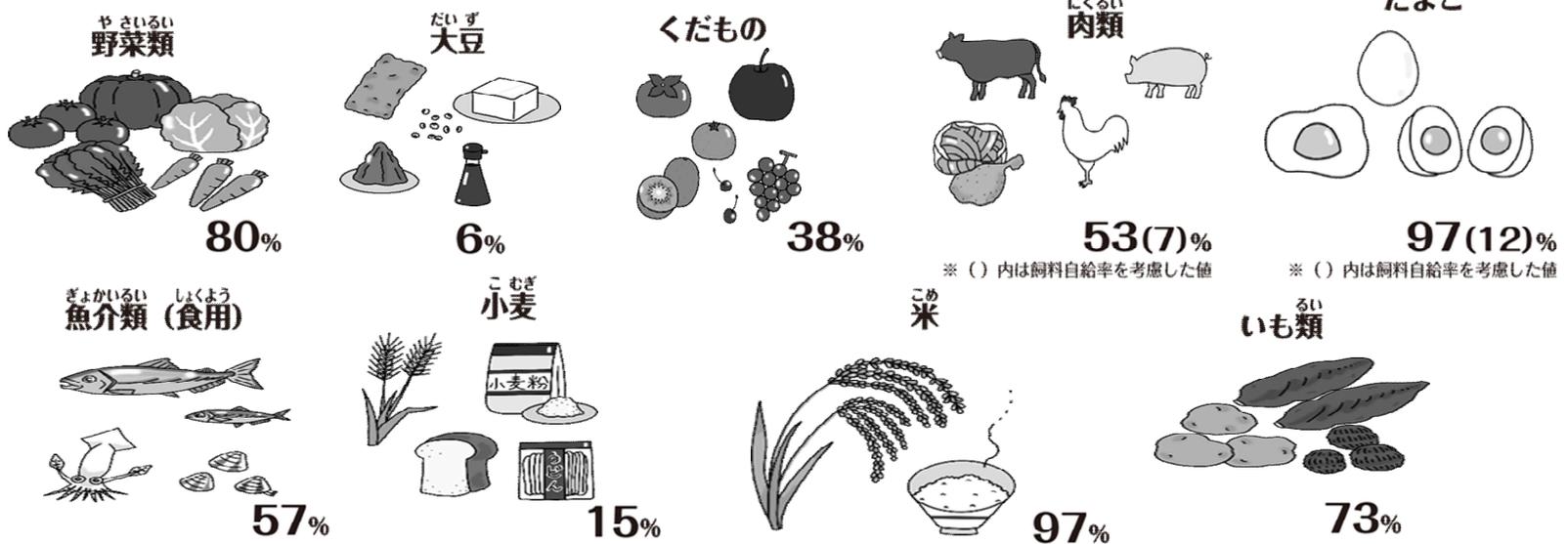


11月24日は「いい日本食の日」とかけて「和食の日」です。また前日の23日は、古くはお米の収穫を祝う日だった「勤労感謝の日」です。しかし、今、日本の食料自給率は、食事から得られるエネルギー量を基準にした「カロリーベース」という計算法で37%になっています。もし何かの事情で外国から食べ物が入らなくなってしまうと少し不安ですね。品目によっても国産で十分まかなえるもの、外国に大きく頼っているものがあります。日本の食の今の姿をきちんと知り、どうすればよいのか、みなさんの立場でできることを考えてみましょう。

## これが、今の日本の「食」の姿

農林水産省が発表した、昨年度(令和2(2020)年度)の各品目の食料自給率(カロリーベース)です。



## 学校給食での取り組み

**地域の食材をたくさん使う**



いちき串木野市の学校給食では、地域の食材をできるだけ多くみなさんに食べてもらうために関係機関と協力して下記のものを使用しています。

- ・市内産ひのひかり(米)
- ・みかん
- ・羽島産じゃがいも
- ・ぼんかん
- ・まぐろ・サワーポメロ
- ・しらす干し

**地域の食材のよさを知らせる**



学校給食の使用食材は主に国産品です。その上で市内産や県内産のものを積極的に使っていこうと購入の際の条件に「県内産であること」「いちき串木野産であること」など指定しています。

**「和食」に親しんでもらう**



いちき串木野市の学校給食は、週3回は、ご飯が主食の日です。とくに「和食」には、先人の知恵と工夫が詰まっており、身近にある食材を無理なくむだなく使い、環境や体に優しい料理が数多くあります。

## 作ってみよう! ~ 「ほきのもみじやき」

材料(1個分)

ほき切り身	40g
マヨネーズ	8g
にんじん	8g
米みそ	1g
塩	0.04g
こしょう	0.02g
本みりん	0.5g
パセリ	0.4g
アルミカップ	1g

作り方

- ① にんじんはすりおろす。パセリはみじん切りにする。
- ② ほき以外の材料を混ぜ合わせる。
- ③ ほきに②の調味料をからめる。
- ④ ③をカップに入れる。
- ⑤ オーブンで200℃20分焼く。
- ⑥ 盛りつける。

ソースの赤色がもみじの紅葉を連想させることからこの名前が付けました。

