

石巻の「すこやかな体と心を育む豊かな食」を未来へつなごう



和荊小学校4年生の皆さん

日々の暮らしの中における健全な食生活が健康な体を作り、さらに、地域固有の食文化、適正な食習慣を通じて豊かな心も育まれていきます。

本市は、海、山、川といった豊かな自然に恵まれ、食材の宝庫であります。石巻の「豊かな食」を未来へつなぎ、子どもから大人まですべての市民が健やかな体と心を育んでいくため、平成21年3月に「石巻市食育推進計画」を策定しました。

また、平成21年12月に「食を活かした元気な石巻」都市宣言を制定し、関係団体などと十分に連携を図りながら本市の食育を推進していきます。

4つの推進の重点項目

食育の取り組みは多岐にわたるので、食をめぐる現状を踏まえて、「石巻市食育推進計画」では、次の4つの分野を重点項目として、地域の特性を活かした食育の取り組みを推進します。

1 食習慣と健康

栄養のバランスを考えた食事をしよう

① 小学校食育学習・クッキング活動

② 男の料理教室・あつたかおやつレシビ

③ はみがき教室・ヘルシー栄養セミナー

2 食文化の継承

石巻の豊かな食をみんなで伝えよう

① 弁当・給食時間の指導、栽培体験活動

② 郷土料理・行事食料理教室

③ 食を通じた世代間交流

3 地産地消

石巻の豊かな食をみんなで楽しもう

① 農産物直売、交流会

② 産業従事者との体験学習・中学生のためのお魚料理教室

③ 鯨肉頒布事業・地元大豆を使った豆腐づくり

4 食の安全・安心

石巻の豊かな食をみんなで守ろう

① トレーサビリティ対応の拡大*

② 環境保全米の作付け

③ 食品表示研修会

※食品の生産から加工・流通・販売までの過程を明確に記録し、商品からさかのぼって確認できるようにすること。



▲親子クッキング(市食改石巻分会蛇田地区普及講習会)



▲中学生のためのお魚料理教室(飯野川中学校)



「食を活かした元気な石巻」都市宣言

平成21年12月4日制定

宣言趣旨

食は、人が生きていくためにはなくてはならない命の源です。
私たちのふるさと石巻は、^{あお}碧い海と^き緑の山々、そして^{ゆうきゆう}悠久の大河に抱かれ、^{じょうもん}はるか縄文の昔から豊かな食の恵みを人々に与えてきました。

北上川流域の肥沃な^{よど}耕土は、「ひとめぼれ」「ササニシキ」はもちろん、いちご・トマト・きゅうり・せり・ほうれんそう・つぼみ菜・スリムねぎなどの一大産地となっています。また、畜産では、宮城県の代表的な^{きかんしゆ}基幹種雄牛「^{しげひろごう}茂洋号」のブランド化が進んでいます。

さらに、世界三大漁場の一つ^{きんげ}金華山沖は、かつお・いわし・さばなどの水産資源の宝庫であり、沿岸部では、かき・ほたて・ほや・のり・銀ざけなどが^{さく}養殖され、^{きすい}広い汽水域には「べっこうしじみ」が生息し、近代捕鯨の地、^か牡鹿からは^{くわ}鯨食文化を全国に発信しています。

石巻は、まさしく「^い食材王国みやぎ」の一翼を担っているのです。

私たちは、ふるさとが与えてくれる豊かな食の恵みと、先人たちが今に伝えてきた「おくずかけ」「ずんだ餅」「からし巻」などの^{ほく}郷土料理、さらに^{たす}私たちが育んできた「おもてなしの心」を大切にしながら、健康と活力と魅力ある地域づくりを進めることを決意し、^{たす}食に携わるすべての人々にエールを送り、ここに「食を活かした元気な石巻」を宣言して、次に掲げる7つの約束を実行します。

7つの約束

- 1 規則正しくバランスのとれた食生活を実践します。
- 2 「いただきます」「ごちそうさま」と、食に感謝します。
- 3 郷土の誇りである伝統的な食文化を大切にします。
- 4 地元の「食」の素晴らしさを知り、^{ちば}地場産物の活用を進めます。
- 5 地域の豊かな^{はく}食材を^{もり}育む^{さと}森里海の自然を守り、次世代に伝えます。
- 6 「食」の安全・安心に関する知識を高めます。
- 7 「食」の多様性を尊重し、異なる文化の理解を深めます。



食彩・感動 いしのまき

上記都市宣言は、コピーまたは、そのまま切り取って活用してください。



「食を活かした元気な石巻」都市宣言記念イベント

とき 2月9日(火) 午後1時～4時(開場 正午～)

ところ 河北総合センター(ビッグバン)

入場無料

* 内容 *

第1部 [午後1時～3時 文化交流ホール]
食育絵画コンクール表彰式
「食を活かした元気な石巻」都市宣言
記念講演『我らさかな族ー石巻の食の魅力』
講師 朝日新聞社石巻支局長 高成田 亨氏

展示コーナー [正午～午後4時]
食育絵画コンクール作品展示
写真パネル展示 パンフレット展示
食育推進事業の紹介

第2部 [午後3時～4時 集いの部屋]
地場産品や郷土料理の試食(200食限定)

☎ 健康推進課(内線516)

次号では、食育を推進する団体などの活動を紹介します。☎ 健康推進課(内線516)