きさらづ食育だより

６月号（第１５号）　・発行/木更津市経済部農林振興課・令和８年６月　　TEL0438-23-8445

６月は「食育月間」 ～毎月19日は食育の日～

健康でいきいきした生活を送るため、食習慣や健康管理が重要です。
栄養バランスのよい食事や、誰かと食事の時間を共有するなど「食」を楽しみましょう。
６月は「食育月間」です。いつもより少しだけ「食」と向き合ってみませんか？

地産地消を推進しています

木更津市では、「木更津市食育推進計画」に基づき、持続可能な「食」を支えるために、地元で生産された農林水産物を地元で消費する「地産地消」の取り組みを推進しています。

その一環として、６月は国が定める食育月間にあわせて、小・中学校の給食で地場産物を取り入れた献立を実施します。

千葉県でとれる農産物や水産物、千葉の郷土料理について、学校給食を通して子どもたちに紹介します。

令和７年に提供した給食 ▶

▼

地産地消の普及啓発のため、地域で生産された農林水産物などを積極的に取り扱う小売店・飲食店を「木更津市地産地消推進店」として認定しています。推進店の情報や認定の手続きは、市ホームページをご確認ください。

▶市ホームページ

▶ステッカーが目印

６月の食育イベントは？

木更津市が取り組んでいる「地産地消給食」や「有機米栽培」の取り組みや、食の大切さなどを皆さんに知っていただくため、６月１３日（土）から６月３０日（火）の間、食育に関する展示を行います。

また、６月２０日（土）は健康に関する測定会を実施します。

無料で参加可能です。お気軽にご参加ください！

〇食育の展示

期間：６月１３日（土）から６月３０日（火）
場所：イオンモール木更津２階　スタジオアリス前

〇食育啓発イベント

日時：６月２０日（土）
場所：イオンモール木更津２階　センターブリッジ
ベジチェック測定（推定野菜摂取量測定）・握力検査・らづbody（体組成計測定）・血管年齢　が測定できます♪

▶令和７年の展示の様子

握力に自信のある方
お待ちしております！

木更津市食育計画のキャッチフレーズ
～いきる　つながる　食育のチカラ～

5月に開催した食育イベントのご紹介

高校生食農教育講座

農業と食への理解を深め、次世代につなげるため、令和７年度から市内の高校生を対象に「高校生食農教育講座」を開催しています。

今年度は、KURKKU　FIELDS（木更津市矢那）を会場に、市内の高校（木更津高校・木更津東高校・木更津総合高校・木更津高専）から２７名が参加しています。

５月１１日に第１回目の講座を実施し、循環型農業の学習や、収穫体験、苗の植え付け体験などを行いました。講座は、全４回を予定しています。

昼食も自分たちで調理しました！

田植え体験会

市民の皆さんに食育と農業への理解をいただくため、３歳から小学６年生までの子どもとその保護者を対象に「田植え体験会」を開催しました。

今回は KURKKU　FIELDS（木更津市矢那）を会場に、３０名の方にご参加いただきました。

参加者の皆さんは、木枠のマスを目印にしながら手作業で稲を植えました。子どもたちは田植えに取り組むだけでなく、田んぼに住む生き物を見つけるなど、楽しく体験していました。

小さなカエルを見つけたよ！

旬な地元産農産物を食べよう！

とうもろこし

とうもろこしには、毎日の健康づくりに役立つ食物繊維やビタミン B 群が豊富に含まれています。また、その自然な甘さは小さなお子さまから大人の方まで人気で、食卓を明るく彩ってくれる存在です。

市内では中郷・矢那地区を中心に栽培されています。

ぜひ、新鮮な甘～いとうもろこしを味わってみてください。

レシピはこちら👉

料理名：ベーコンパン

地産地消推進店の紹介 ⑮

ごくりっ

お店からのメッセージ

地元の生産者のものを多数使用した料理があります。

所在地：富士見 2-2-16 TEL40-5182

◆地産地消推進店とは、市内で地産地消に積極的に取り組んでいるお店を市が認定しています。

これを見るだけで食育レベル UP！？食育動画、配信中！

一層の食育推進を図るため、令和６年４月から本市公式 YouTube「きさらづプロモチャンネル」で食育動画を配信しています。ぜひ、ご覧ください。

動画はこちらから👉

木更津市食育計画のキャッチフレーズ

～いきる　つながる　食育のチカラ～