

みやぎの食育通信

Vol.
55



「みやぎの食育通信」は、地域食材や「食」を通じた健康づくりのための情報を発信し、県民の皆様の食生活をサポートしていきます。

©宮城県・旭プロダクション

申込締切
迫る!

「みやぎ食育フォーラム」を開催します

宮城県では、食育を県民一人一人の主體的な取組として推進することを目的に、毎年11月を「みやぎ食育推進月間」と定めています。期間中、県民の皆様がより身近に食育にふれられる催しとして「みやぎ食育フォーラム」を開催します。基調講演には服部学園服部栄養専門学校 理事長・校長の服部幸應氏をお迎えし「食育を次世代へ伝えつなげるために」をと題してご講演いただきます。皆様のご参加をお待ちしております。

○日時：平成28年11月9日（水）13:00～16:00

○場所：宮城県庁2階 講堂（仙台市青葉区本町3丁目8番1号）

○内容：【基調講演】「食育を次世代へ伝えつなげるために」

講師 服部学園 服部栄養専門学校
理事長・校長 服部 幸應 氏

【みやぎ食育表彰 表彰式】

【表彰者による事例発表】

○締切：平成28年10月28日（金）

※ただし、定員（350名）となり次第締め切りとなります。

平成28年度
みやぎ食育フォーラム
～みやぎの食を次世代へ伝えつなげよう～

平成28年11月9日(水) 13:00～16:00 (12:30開場)
会場：宮城県庁 2階 講堂
(仙台市青葉区本町3丁目8番1号)

入場無料

みやぎ食育表彰 表彰式
基調講演
「食育を次世代へ伝えつなげるために」
講師 (学)服部学園 服部栄養専門学校
理事長・校長/医学博士
はっとり ゆきお
服部 幸應 氏

事例発表
「みやぎ食育表彰」受賞者
による事例発表
■コーディネーター
宮城県食育推進会議委員 佐藤 敏悦氏

お問い合わせ先 宮城県保健福祉部健康推進課 TEL 022-211-2637

詳細は宮城県健康推進課ホームページをご覧ください。http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/kensui/

参加申込はこちらへ→宮城県健康推進課 TEL 022-211-2637

取組紹介

みやぎまるごとフェスティバル2016 食育体験コーナーを出展しました

平成28年10月15日（土）および16日（日）の2日間、宮城県庁などで開催した「みやぎまるごとフェスティバル2016」において、「みやぎの食育コーナー」を出展しました。

みやぎ食育コーディネーターによる「多彩なダシの味わい体験」では、「ダシの試食」、「3種のダシ汁（コンブ、かつお節、トマト）の試飲」、「3種のダシの入ったみそ汁の試飲」を行い、ダシのうま味と使い方（減塩など）についてPRしました。

また、同時に行った「塩エコ（eco）キャンペーン」では、減塩のアドバイスや香辛料で美味しく食べられる無塩ポテトチップス（シャカシャカ♪しおecoポテト）の試食などを行い、減塩についてPRしました。

これらの体験や展示には、2日間で延べ約2,630人の方にご来場いただきました。



【ダシ汁の試飲】



【シャカシャカ♪
塩エコポテト】

取組紹介

「みやぎ食育コーディネーター研修会」を開催しました

平成28年10月6日（木）、「みやぎ食育コーディネーター」を対象に宮城県庁にて研修会を開催しました。

一人目の講師には、せんだい食農交流ネットワーク 代表理事 齊藤緑里氏を迎え、「『食』と『農』をつなぐ食育」と題して、講話いただきました。作り手と買い手が共に理解し学び合い、両者の信頼関係を築くことは、食の問題解決にもつながるとのお話は、参加者へ共感と自信を与えてくれました。



【齊藤氏からの講話】



【小宮氏からの講話】

二人目の講師には、（株）カワチ薬品ヘルスケア推進部薬局長 小宮淳氏を迎え、「機能性食品の上手な取り入れ方」と題して、講話いただきました。機能性食品表示制度は平成27年4月から始まったばかりの制度。他の健康機能食品との違いについてや、あくまで健康は「運動」と「食事」が基本であり、生活習慣の見直しとあわせて取り入れるなど、機能性食品の正しい位置づけについて学ぶことができました。

宮城県健康推進課 食育・栄養班

みやぎの食材 パプリカ

今月おすすめする旬の食材は『パプリカ』です。
みやぎのおいしい「食材」を食べて、
農林水産業の復興を応援しましょう！
主な産地：栗原市、登米市、山元町など



宮城県は全国1位のパプリカ産地！

県内のパプリカ生産は平成20年から22年にかけて、大手企業が県北地域に現地農業生産法人を設立し、大規模な施設での栽培が始まったことから、生産量が増加しました。しかし、東日本大震災により施設が大きな被害を受けて、パプリカが枯死したため、平成23年産の生産量は大きく減少。その後、施設が復旧し、平成24年産には全国1位の出荷量を誇る産地となりました。H26農林水産統計地域特産野菜生産状況調査でも、宮城県が全国1位の生産量（1,023トン）と出荷量（1,001トン）を誇るパプリカの産地となっています。

県内の主な産地は、栗原市（5月～1月上旬出荷）、登米市（6月～12月上旬出荷）、山元町（7月～12月末出荷）。県内産パプリカはスーパーマーケットなどで販売されています。

カラフルな色彩が魅力

パプリカは南米熱帯地方原産のカラーピーマンの1つ。カラーピーマンとは従来の緑色ピーマンとは異なる果色の総称で、その中でも果実が大きく、ベル型で甘みがあり、果重が100g以上の肉厚のものをパプリカと呼んでいます。

パプリカの果皮は白、黒、茶、紫、赤、橙、黄、緑の8色あり、人気の色は赤、黄、橙です。赤、黄、橙、茶の4色は完熟時の色で、白、黒、紫、緑は未熟果から完熟果になる過程に出る色です。果実は加熱調理するほか生でも食べられます。

