

広報 Public Information OBIHIRO おびひろ

3月号

令和3年
(2021年)
No.1162
March

発行: 帯広市
編集: 政策推進部広報秘書室広報広聴課
〒080-8670 帯広市西5条南7丁目1番地
電話 (0155) 24-4111
FAX (0155) 23-0151
<https://www.city.obihiro.hokkaido.jp/>

掲載情報は2月12日時点のものです。新型コロナウイルス感染症の影響などにより、掲載内容や行事などの日程が変更になる場合があります。
新型コロナウイルス感染症の影響を受けた個人事業主の皆さまへ 支援制度の申請期限が迫っています (詳細は、10頁をご確認ください)



「食」を学ぶ 楽しむ 考える

新型コロナウイルス感染症の影響で、食生活が変化した人もいないのでしょうか。
楽しく「食」を学び、改めて「食」の大切さを考えてみませんか。

問い合わせ 農政課 (川西町基線61、農業技術センター内、☎59・2323)

「食育」を始めよう!

食育とは、「食」に関する正しい知識と「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる人を育てることです。

食することは心身の健康の基礎となり、生涯にわたって続くため、「食育」はすべての世代にとって重要な取り組みです。

「食」に関する学びをサポートします

「食」に関する正しい知識や習慣は、家庭や学校などでの日々の学びや経験から身に付いていきます。

帯広市では、食育の活動を広めるため、学校や町内会など、地域の要望に応じて、食育の専門家を講師として紹介する「食育推進サポーター事業」を行っています。その他にも、さまざまな食育活動に取り組み、「食」に関する学びを多方面からサポートしています。



ピザづくり教室



生産者による出前授業

丈夫な体づくりは毎日の食事から

健康で丈夫な体をつくるには、適度な運動や十分な休養・睡眠だけでなく、健全な食生活を実践していくことが大切だと言われています。

3食しっかり食べ、栄養バランスの良い食事を心掛けるなど、食を通じてウイルスなどに負けない丈夫な体づくりを目指しましょう。



詳しい食育活動などは
次頁で紹介します!

新型コロナウイルス感染症のワクチン接種について

インフルエンザウイルスや肺炎球菌と同じく、新型コロナウイルスにもワクチンを接種することにより、重症化の予防や感染のまん延を防止することが期待されています。現在、帯広市では、国の方針を踏まえ新型コロナワクチンの接種体制の整備を進めています。(2月12日現在)

【接種順位(接種開始時期)】

- ① 医療従事者など(2月中旬～3月)
- ② 令和3年度中に65歳以上となる高齢者(4月以降)
- ③ ②以外で基礎疾患を有する人など(②の後)
- ④ 上記以外の人(③の後)

【費用】無料

【接種方法】

現時点で接種場所や手続きなどの詳細は決まっていないため、②③④の対象者には順次個別に通知を送付する予定です。準備状況は、随時、市ホームページなどでお知らせします。

国ホーム
ページ▶



市ホーム
ページ▶



問い合わせ 健康推進課 (東8南13、保健福祉センター内、☎25・9721)

市ホームページID.1007994

データで知る帯広 1月末の人口と世帯数 人口▶165,557人(前月比-113人) 男▶78,914人 女▶86,643人 世帯▶89,002世帯(前月比-39世帯)

1月の火災発生件数 3件(前月比+2件) 1月の家庭ごみ排出量 ごみ量▶1,870t(前年同月比-95t) 資源ごみ(Sの日)量▶675t(前年同月比-17t)

パパと子の料理教室

お父さんと年中児から小学1年生のお子さんを対象に、地場産食材を使用した料理教室を開催しています。普段なかなか一緒に料理をすることが少ないお父さんとお子さんが一緒に料理をするこ
とで、親子のコミュニケーションを深める良い機会になります。
詳細は、健康推進課 ☎25・9722へ問い合わせください。



畑をもっと身近に、農作業体験！

農業技術センターでは、十勝で主に栽培されている畑作4品（小麦、馬鈴薯^{ばれいしょ}、豆類、てん菜）などを栽培しています。市内の小学3年生を対象に行う農作物の説明や収穫体験を通じて、地域農業への理解を深めています。
てん菜の収穫体験では、てん菜を生のまま食べる体験なども行っています。



食育の取り組み事例

帯広市では、幅広い世代を対象とした食育活動に取り組んでいます。

地場農畜産物たっぷりの学校給食！

地域の基幹産業である農業への理解を深め、郷土を愛する心を育むことを目的に、農作物の収穫期である9月から11月までの各月に1日ずつ、地場農畜産物をたくさん使った特別献立を提供している「ふるさとの日」を設けています。
写真は、すべて川西産の野菜や豊西牛を使用した「川西カレー」です。



生産者の顔が見える産直市

生産者の皆さんが、自分の畑で取れた新鮮な農畜産物を持ち寄り、手頃な価格で販売しています。
産直市は、消費者と生産者が直接触れ合える貴重な場として、安全・安心な農畜産物の生産や地産地消の推進につながっています。
例年5月から10月頃、都市農村交流センターサラダ館などで開催しています。



食育推進サポーターに聞きました！

食育の役割とは？

食への興味の種まき

以前、アスパラの収穫体験に来た親子のお母さんからこんなお手紙をいただきました。

「今までは農家の人が一生懸命作った野菜なんだから、しっかりと食べなさいと子どもに言っても平気で残していました。しかし、今日行った農家の人が作ったアスパラだよと伝ええると、残さず食べていました」。

人間は連想することができ生き物です。顔が見えるアスパラから別の野菜や食べ物へと、関心が広がっていくための種まきのようなきつけづくりを目指しています。



十勝とやま農場 外山 聖子さん

生産者と食卓をつなぐ

いただきますカンパニー 岡野 香子さん

食育は、栄養学や農学など多岐にわたりますが、共通の目的は、食料自給率を上げることにあります。



食料自給率低下の原因の一つに、生産者と食卓が離れてしまっていることが挙げられます。偶然目に入った畑の野菜が何なのかを考えるだけで意識が変わることを、子どもから大人まで実感してもらえたらうれしいですね。

食料自給率低下の原因の一つに、生産者と食卓が離れてしまっていることが挙げられます。偶然目に入った畑の野菜が何なのかを考えるだけで意識が変わることを、子どもから大人まで実感してもらえたらうれしいですね。

子どもと一緒に楽しく作れる！

簡単蒸しパン

材料（6個分）

- ・ホットケーキミックス 200グラム
- ・水 180ミリリットル
- ・金時豆の甘納豆 30粒

用意するもの

- ・牛乳パック
- ・お弁当用アルミカップ
- ・ポリ袋

作り方

- 1 牛乳パックを底から高さ5センチほどに切り、中にアルミカップをセットする。



2

ポリ袋にホットケーキミックスと水を入れ、袋を振ってよく混ぜる。十分に混ざったら、袋の空気を抜いて口を結ぶ。



3

袋の先を切って、アルミカップに生地を7分目ほど入れたら、甘納豆を押し込む。



4

フライパンに牛乳パックごと並べ、水を1センチほど入れたら、ふたをして中火で加熱する。



5

沸騰したら弱火にし、12分蒸して完成。途中で水が少なくなったら水を足す。



このレシピを教えてください

食の寺子屋
「直歩塾」
代表 浦木 明子さん

食育推進サポーターの一人。地元食材を使用した料理教室を開催し、食事を作る楽しみや一緒に食べる楽しみなどを伝える活動を行っている。



「食」のプロがサポートします

食育推進サポーター事業

「食の大切さを子どもに知ってほしい」「栄養相談に乗ってほしい」など、食について学んでみたい人は、食育推進サポーターを活用してください。費用はサポーターの交通費などの実費を除いて、原則無料です。また食育活動の推進にご協力いただける人はぜひ、サポーターの登録をご検討ください。

サポーターの利用・登録についての詳細は、市ホームページを確認するか、農政課へ問い合わせください。

市ホームページID.1005651



食育推進サポーター事業の流れ

