



6月 給食だより



令和8年(2026年)
水戸市教育委員会
水戸市立国田義務教育学校

地産地消について知ろう

地産地消とは、「地域生産・地域消費」の略で、「**地域**で**生産**されたものを、その**地域**で**消費**する」ことです。

とれたてで新鮮



地域経済の活性化

輸送するエネルギーを節約でき、環境にやさしい

生産者が近く、安心・安全

地産地消の良いところ

地域ならではの食べ方など、食文化を知ることができる

値段が安い

水戸市の学校給食では…

水戸市で収穫された農産物を季節に合わせて使用するほか、地場産物を活用した市内統一献立「MITOごはん」を実施しています。食に関わる人への感謝と理解、食や地域を大切にする気持ちへとつなげています。

茨城県では…

毎月第3日曜日を「茨城をたべようDay」、それから始まる1週間を「茨城をたべようWeek」とし、茨城県産農林水産物やその加工品等食べて、茨城の食の魅力を知ってもらう取組を進めています。

6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です！

2005年に食育基本法が制定され、6月は食育月間、毎月19日は食育の日と定められました。食事は体を大きくし、心を育みます。「食」について関心を持ち、正しい知識を身に付ける機会にしましょう。

茨城県の食育スローガン 合言葉は・・・

おはよう、ごはんを食べましょう。

1日3食規則正しく食べましょう。

いたadakimasu ごちそうさまをいしましょう。

食べ物のを大切にする気持ちや、作ってくれてありがとうの気持ちを表しましょう。

しっかり野菜を食べましょう。

毎日の食事にあと一品野菜のおかずを足すと、栄養バランスが整います。

いばらきの食べ物を味わいましょう。

茨城県の豊かな食を味わう機会を大切に、食に関する技術や文化を学びましょう。

なかよくみんなでお食事を楽しみましょう。

家族や友だちと食卓を囲み、コミュニケーションをとりながら食事を楽しみましょう。



水戸市の地場産物について

やわらか
今月は『**柔甘ねぎ**』を紹介します！



「柔甘ねぎ」は、JA水戸・水戸地区のねぎ生産部会で作られた、水戸のオリジナルブランドねぎです。

安全安心な柔甘ねぎを食べてもらうために、部会内で厳しく管理されていて、農林水産省がすすめる地理的表示(GI)保護制度にも登録されています。

緑の部分まで柔らかく甘みのあるねぎで、辛みやえぐみが少ないので、生でもおいしく食べることができます。

「柔甘ねぎ」はスーパーや直売所などで販売されているので、ぜひ探してみてください。



我が家のおすすめ料理

毎月、昨年度応募のあった「我が家のおすすめ料理（うま味を生かした減塩料理）」のレシピを、QRコードで公開していますので、御活用ください。

6月のレシピは・・・夏の暑い日にも負けないラタトゥイユ（6月の給食で提供）
茨城が漁獲量日本一!!イワシの紀州煮（給食だよりで紹介）

