



くらし 食育だより

～毎月19日は食育の日～



倉吉市教育委員会
学校給食センター



鳥取県学校栄養士協議会
キャラクター「なしっち」

9月12日は「とっとり県民の日」です。1881年(明治14年)9月12日に現在の鳥取県が誕生したことにちなみ、「私たち一人ひとりがふるさとの大切さを実感し、県民の一体感を高める日」として、平成10年に制定されました。

鳥取県には、海や山などの豊かな自然環境からできた、おいしい食材がたくさんあります。ぜひこの機会に、鳥取県の魅力を見つけ、より良い鳥取県を作っていきましょう。



ととりのおいしい特産品を紹介します!



二十世紀梨

100年以上も栽培されている鳥取県を代表する果物です。生産量は全国トップクラス!鳥取県では他にも多くの品種の梨が栽培されています。

松葉がに

ズワイガニの成長したオスを山陰では「松葉がに」と呼びます。メスは「親がに」と呼ばれ、親がにのみそ汁は郷土料理として親しまれています。

すいか

大山山麓の豊かな土壌で育った鳥取県のすいかは、大玉でさわやかな甘みが特徴です。

砂丘らっきょう

鳥取県中・東部の砂丘地帯で栽培されています。真夏の暑い時期に植えられ、秋には紫色のきれいな花を咲かせます。

鳥取和牛

鳥取県は、黒毛和牛の産地として全国的に知られています。「鳥取和牛」は、品質が良いことから品評会で高評価を得ています。

とうふちくわ

江戸時代から伝わる、鳥取県中・東部の伝統的な郷土食です。豆腐と魚のすり身で作られる全国的にもめずらしい加工食品です。



夏休みも終わり2学期が始まりました。「早寝、早起き、朝ごはん」を心がけ、規則正しい生活をおくりましょう。まだまだ暑い時期、毎日を元気に過ごすためには、朝ごはんをしっかり食べることが大切です。おすすめは「みそ汁」です。朝一杯のみそ汁を飲むことで、水分補給・塩分補給をすることができます。体調を整えて2学期も元気に過ごしましょう。

