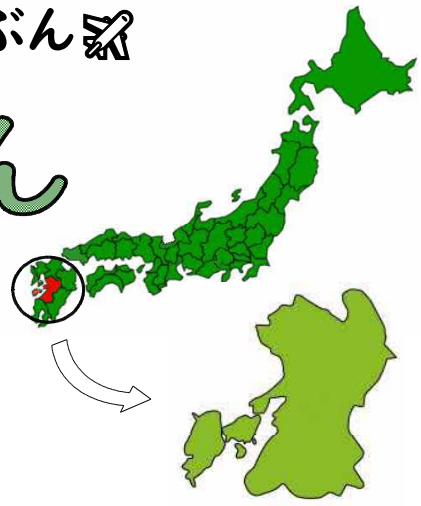
10月　えいようのはなし

四街道市学校栄養士会
（　低　学　年　）

＊そだて！げんきなよつかいどうっこ＊　　たべものでりょこうきぶん

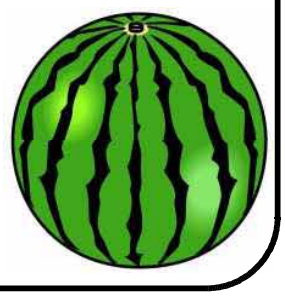
★にほんかくちの　きょうどりょうりを　しろう★　くまもとけん



くまもとけんは　きゅうしゅうの　ほぼまんなかに　あります。おおむかしの　かざんかつどうで　できた　やまがあり　きれいな　わきみずが　たくさんでることから「ひのくに」や「みずのくに」と　よばれています。こんげつは　くまもとけんの　おいしい　たべものについて　しょうかいします。

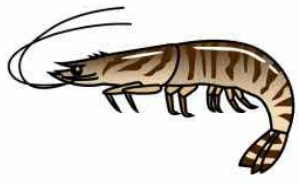
やさい　くだもの

ゆたかな　しぜんと　きれいな　みずを　いかして　くだもの　やさい　こめなど　いろいろな　のうさくぶつを　つくって　います。とくに「デコポン」「トマト」「すいか」は　にほんで　いちばん　おおく　つくられています。

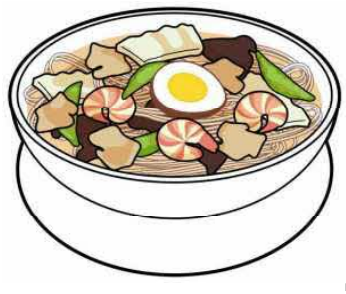


さかな　のり

ひろいうみと　おおきなかわが　あるため　マダイ　コハダ　クルマエビ　アユ　ウナギ　アサリ　のりなどが　たくさん　とれます。なかでも「クルマエビ」と「のり」は　ゆうめいで　こうきゅうひんとしてぜんこくに　うられています。



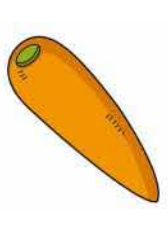
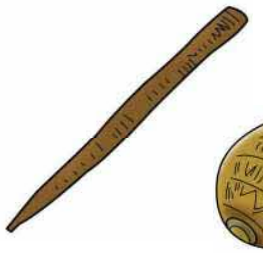
くまもとけんの　おすすめグルメ　……　タイピーエン

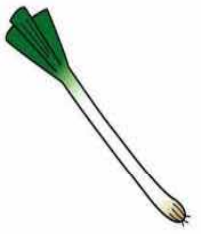


「タイピーエン」は　やく100ねんまえに　くまもとけんに　やってきた　ちゅうごくじんが　かんがえだした　ぐだくさんの　スープりょうりです。はるさめスープに　エビ　イカ　ぶたにく　はくさいなどを　いれ　ゆでたまごを　そえます。タイピーエンという　なまえには「よのなかが　へいわなことを　おいわいする」といういみが　こめられています。

こんげつは　よつかいどうしの　すべての　がっこうで　きゅうしょくに「タイピーエン」が　でます。おたのしみに♪

～こんげつの　じばさんぶつ～



こめ　だいこん　さつまいも　はねぎ　にんじん　ごぼう　さといも　ながねぎ　れんこん

１０月　栄養の話

四街道市学校栄養士会
（　中　学　校　）

＊育て!元気な四街道っ子＊

★日本各地の郷土料理を知ろう★

🗸食べ物で旅行気分🗸

熊本県

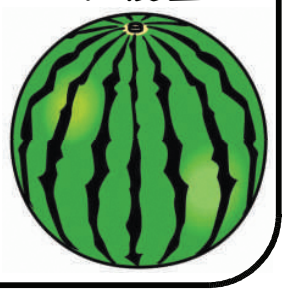
熊本県は、九州のほぼ真ん中にあります。阿蘇（あそ）の火山活動によってもたらされた雄大な地形や自然のめぐみから、「火の国」とよばれています。一方で、阿蘇の山々から沸き出す地下水が豊富なことから「水の国」という両面を持ち合わせています。

今月は熊本県のおいしい食べ物について紹介します。

農　業

温暖な海岸地帯から阿蘇の高冷地帯まで広がる豊かな自然と、豊富な地下水を活かし、たくさんの農作物が作られています。

みかんをはじめとした果物作りや、ビニールハウスを活用した花の栽培、米や様々な野菜作りがさかんです。とくに、すいか・トマト・デコポンは全国第1位の収穫量をほこり、日本中に出荷されています。



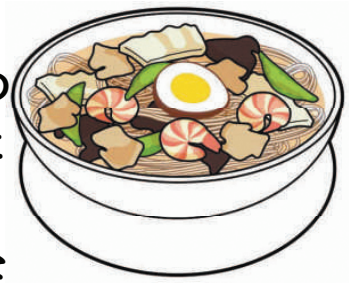
漁　業

有明海（ありあけかい）や八代海（やつしろかい）、天草（あまくさ）の西側の海域、球磨川（くまがわ）、緑川（みどりかわ）や菊池川（きくちがわ）などの河川が漁場となり、マダイ、シマアジ、コハダ、クルマエビ、アユ、ウナギ、アサリ、ノリなど、たくさんの海産物がとれます。

なかでも、クルマエビの養殖は明治時代から続く伝統があり、活きクルマエビは最高級品として全国の市場で珍重されています。

また、ノリの養殖もさかんで、有明海産のクロノリは贈答品用に加工されています。

熊本県のおすすめグルメ　タイピーエン（太平燕）



「タイピーエン」は、約100年前に熊本県にやってきた中国人が、祖国の家庭料理をもとに考え出した具だくさんのスープ料理です。春雨スープにエビやイカ、豚肉、白菜などを入れ、ゆでたまごをそえます。

タイピーエンの「エン（燕（えん））」を「宴（えん）」とかけ、「太平（世の中が平和なこと）をいわう宴（うたげ）」という意味がこめられた縁起のよい料理です。

今月は、四街道市のすべての小・中学校で、給食に「タイピーエン」が登場します。お楽しみに♪

～今月の地場産物～

米　大根　さつまいも　葉ねぎ　にんじん　ごぼう　里いも　長ねぎ　れんこん