



# 2月号

# 食通信

◇◆◇発行・編集◇◆◇  
堺市教育委員会 学校給食課  
令和7年(2025年)

## 地元の食材を活用しましょう

「地元で生産されたものを地元で消費する」という意味の言葉を「地産地消」といいます。簡単に言えば、地元で生産された農作物などを食べるということです。「地産地消」は食料自給率の向上をはじめ、地域活性化や、環境保護への貢献など、さまざまな効果が期待できます。

**地産地消のいいところ**

- 新鮮な旬の食材が食べられる
- 生産者の顔が見えるので安心感がある
- 輸送距離が短くなり、環境に優しい
- 地域経済の活性化につながる
- 食生活を大切に心が育つ
- 地域が元気に

学校給食では「堺のめぐみ」(堺市産農産物)を積極的に使用しています。学校給食で使用する小松菜は主に堺市産です。また、2月からは学校給食でお米も堺市産を使用します。ご家庭でも堺市産や大阪産の食材の活用をご検討ください。

## 万博献立 (ブラジルの料理)

### ～カンジャ～

材料 (4人分)

- 鶏肉・・・60g
- セロリ・・・12g
- たまねぎ・・・180g
- 油・・・適量
- 淡口しょうゆ・・・小さじ2
- こしょう・・・少々
- キャベツ・・・60g
- にんじん・・・60g
- 無洗米・・・30g
- 中華パイオン・・・6g
- 塩・・・少々
- 水・・・800ml



作り方

- ① キャベツは短冊切り、セロリはみじん切り、にんじんはさいの目切り、たまねぎはうす切りにする。鶏肉は小さく切る。
- ② 油を入れ、鶏肉を炒める(塩・こしょうをふり入れる)。
- ③ セロリ・たまねぎ・にんじんを入れて炒める。
- ④ 分量の水を入れて煮、沸騰したらアクを取り、中華パイオンを入れる。
- ⑤ 無洗米を入れて煮る。材料がやわらかくなったら、キャベツを入れ、淡口しょうゆ・塩・こしょうで調味し、十分に煮て仕上げる。



大阪府の春菊の生産量は全国でもトップクラスです。小松菜は大阪府の中で堺市の生産量がトップです。



春菊  
旬：11～2月

小松菜  
旬：12～2月

## くるで、万博!

今回はブラジルの紹介をします。

ブラジルではヨーロッパ系やアフリカ系、日系人など様々な民族が暮らしています。主食も様々ですが、町で暮らす多くの人たちは、お米と豆が中心です。ブラジルには細長くパラパラしたインディカ米や日本と同じジャポニカ米などいろいろなお米があって、料理に合わせて使い分けられています。イタリア系移民の人も多いので、ピザやパスタも一般的に食べられています。



MIRAI SAKAI EXPO

## 日本の「伝統的酒造り」がユネスコ無形文化遺産に!

麴(こうじ)を使って米や麦といった原料を発酵させる日本の「伝統的酒造り」が2024年12月5日、国際連合教育科学文化機関(ユネスコ)の無形文化遺産に登録されました。



### 麴が育んできた食文化

「伝統的酒造り」とは杜氏(とうじ)・蔵人らが麴菌を用い、長年の経験に基づき築き上げてきた酒造り技術のことで、500年以上前に原型が確立したとされている。日本各地の気候風土に応じて発展し、日本酒、焼酎、泡盛、みりんなどの製造に受け継がれてきた。また、祭事や婚礼といった日本の社会文化的行事に酒が不可欠な役割を果たしており、伝統的酒造りはそれを根底で支える技術となっている。



こどもたちと一緒に楽しんでみてください



「伝統的酒造り」を落語で紹介(文化庁制作)



<https://www.youtube.com/watch?v=7GODjKsznpY>

## 堺市姉妹都市献立

今回は学校給食で堺市の姉妹都市であるニュージーランドの首都「ウェリントン市」の「クマラスープ」が登場します。詳しくは献立表をご覧ください。

