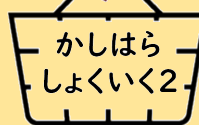


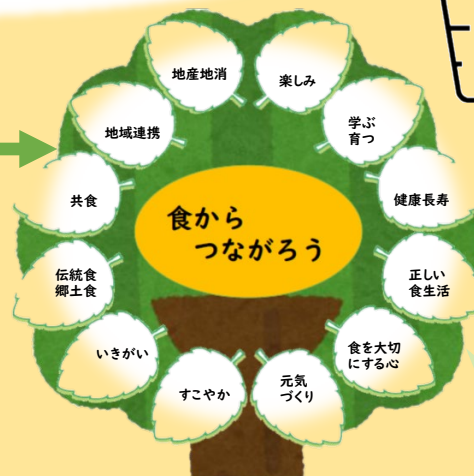
「かしはらし」を頭文字として、
推進したい項目を5か条にまと
め、施策の柱としました。

社会の変化と共に私たちの食をめぐる環境も大きく変化しています。
そんな中でも市民が心身の健康と紡がれてきた文化を大切に、
将来へつないでいくことを目指して、この計画が策定されました。



市民の皆さまから寄せていただいた食の写真や、市内での食育の風景を集めて作られたシンボルマークです。

「食」という太い幹から
つながり広がる、様々な
テーマを葉っぱとして
基本理念の概念を表現
しました。



基本理念

食からつながろう
～だれもが楽しくいきいきと～

檀原市食育5か条

施策の柱

施策展開

ライフコースを踏まえた食育の推進
地域における食育の推進

ひとりひとりの人生の、
そのときどきに寄り添い、
生涯を通して
健康寿命の延伸を目指した
取組を実施します。

乳幼児期 (0歳～6歳)

誰かと一緒に食事を楽しみ
食生活の基礎を身につける

少年期 (7歳~18歳)

食生活の基礎の確立と
自立に向けた実践力を習得する

健康寿命の延伸

妊娠期/青・壮年期
(18歳~64歳)

生活習慣病を予防する
食生活を実践する

高齡期 (65歲~)

低栄養予防を含めた、
健康を守る食生活についての
知識をもつ

かしはら
じまん♪

農産物クイズ

糧原市で作られている農産物の
クイズです。チャレンジしてみましょう!

アスパラガス

糧原市では、アスパラガスは3~5月、7~10月にかけて収穫されます。道の駅や農産物直売所、スーパーマーケットに並びます。採れたてがおいしいアスパラガス。朝採りに出会ったらラッキー! ぜひ味わってください。

Q 1

アスパラガスはどれでしょう。

① ② ③



Q 2

アスパラガスは、土から顔を出して何日すれば収穫できるでしょう。

- ① 2~5日
② 10~14日
③ 30~40日



こたえ: ②

アスパラガスは収穫しないでそのままにすると、細い偽葉(ぎよう)をのびします。

1メートルより高くなるよ。



こたえ: ①

アスパラガスは1日で5cm~10cmものびるので、収穫も大急ぎです。みんなの成長に大切なビタミンがたくさん入っているよ。

イチゴ

糧原市では、イチゴは11月~翌年6月ごろまで収穫されます。道の駅や農産物直売所、スーパーマーケットに並びます。いちばんおいしいときに収穫したいイチゴは、地元だからこそ食べられます。ぜひ味わってください。

Q 1

ひとつの株から何粒のイチゴがとれるでしょう。

- ① 3粒
② 10粒
③ 50粒



こたえ: ③

ひとつの株で、いちどに10粒ほどのイチゴができます。12月~5月の間で5回ほどとれる時期があるので、ひとつの株から50粒ほど収穫できます。



Q 2

イチゴはどの仲間でしょう。

- ① バラ
② ひまわり
③ チューリップ



こたえ: ①

イチゴや梨や桃、りんごはバラ科の植物です。イチゴは、からだの働きを助けるビタミンや色素をたくさん含みます。



取材ノート



取材したのは、十市町のイチゴ農家 北嶋真大さん。7棟のイチゴハウスで、1年に3万パック以上のイチゴを出荷されています。

取材ノート



出荷しているのは、奈良県だいて作られてる「古都華」。甘みや香りが強くて、とても人気のあるイチゴです。

取材ノート



ハウスの中では、ハチが花のみつを吸ってしまっただ、ハチは花粉を運ぶ役割を担っていて、イチゴが実るために必要なお仕事です。

この点線でこたえを隠してね! ↓