

西播磨の「食」

課題

地域の食材と郷土料理の良さを再認識し、高齢者の持つ経験と技を活用して、伝統野菜や郷土料理、おふくろの味を伝承・発展させていきます。

また、地域住民が健康的な食生活に対する理解を深め、実践に取り組むために、「ひょうご“食の健康”運動（ごはんを食べよう、大豆を食べよう、減塩しよう）」、「食育」を推進します。

推進方向

西播磨固有の食文化が失われつつあることから、地域で食べられてきた食材や、郷土料理・おふくろの味等の伝統的な食文化の良さを生かした健康的で安心できる食を確立する必要があります。

また、食の健康が危惧されていることから、健康的な食生活の実践のため、食育の推進が必要となっています。



行動 1 郷土料理を広めよう

郷土料理を家族や友人で味わい、豊かな人間関係や家族の絆を築いていこう。また、地元の安全・安心な食材を使った郷土料理を普及し地域の食文化の再発見や子どもたちへの食教育につながる「スローフード」を進めよう。

行動 2 食の大切さを見直し、食育を進めよう

食は、心と身体をつくる生命の源であり、健康で豊かな生活を送るための最も重要なものの一つである。健康な食生活の理解・実践にとりくむ「ひょうご食の健康運動」を進めるとともに、市民農園や小学校等における農作業体験、棚田交流人・森林ボランティア等に積極的に参加し、生涯にわたって健康的な食生活や正しい食習慣を身につけるとともに、農林水産業・農山漁村への理解を深める食育を進めよう。

重点 推進項目

- 郷土料理のレシピ集の配布
- 食の健康運動リーダーの登録・派遣
- 食の健康運動の展開
(①ごはんを食べよう、②大豆を食べよう、③減塩しよう)
- 学校給食への地元食材の導入促進
- 農作業体験農園の設置

西播磨ふるさとの食を考える研修会

地産地消と食の大切さを伝えるため平成16年2月10日に「西播磨ふるさとの食を考える研修会」を県民局主催で開催しました。

研修会では、栄養面、機能面で特に優れている大豆にスポットを当て、その効能について兵庫県健康財団会長等による講演とともに、いずみ会、学校栄養士、生活研究グループ等の協力を得て36品の大豆料理を展示しました。

