

## 食育だより ④

芦別産「つるぎち」小麦  
製品の拡大を目指しています

農政係

昨年9月号のこのコーナーでは、地産地消の一環として取り組んでいる芦別産小麦の開発について紹介しました。

今回は、昨年実施した内容と今後の展開について紹介したいと思えます。

平成26年度から平成27年度を期間として試験栽培している小麦は、「つるぎち」という品種です。秋に種をまいて翌年の7月～8月に収穫を行うもので、硬質小麦という特徴から、中華めんに適していると考えられています。

昨年収穫したつるぎち小麦は、今年1月に製粉され、市内のパン、菓子店や製麺所に提供し、試作品を製作していただきました。

つるぎち小麦の使用割合は各店舗にお任せしましたが、食パンや菓子パンなど多くの商品におい

てつるぎち小麦100パーセントで製作することができ、また、他品種の小麦とブレンドした場合でも70パーセント程度はつるぎち小麦を使用するなど、高い割合で試作品の製作をすることができました。

これらは、商品として試験的に販売も行っていただき、お客さんからも好評を得たという報告を受けています。

ラーメンに関しては、市内製麺所の協力を得て試作品の製作を行い、2月に開催された雪まつりで販売し、150食を完売しました。

学校給食では、3月3日にパン917個、3月17日にはラーメン800食を児童・生徒の皆さんに提供しました。

実証事業の2年目となる今年は、学校給食への提供をはじめとして、パンを中心に一部商品化さ



3月17日には、関係機関や各種団体を対象に特産品開発セミナーを実施。各店舗で試作しているつるぎち製品の試食会を行いました

れているものをより多くの皆さんに味わってみたいと考えています。まだ十分な量の小麦がないことから、時期を限定した販売となりますが、新聞や店舗での宣伝等、広く皆さんに伝わるよう工夫していきたいと考えています。

ほかにも、うどんやパスタ、乾麺などの試作等を予定しており、多くの製品の実現に向けて関係機関と協議しているところです。

こうした活動により、市内でつるぎち小麦が多く使われるということになれば、生産から流通ま

でのルート構築を行う必要はありますが、地元食料が地域で消費される「地産地消」を図るべく、関係機関と協力していきたいと思えます。

毎月19日は

## 食育チャレンジデー

★みんなで食卓を囲みましょう★



### 今月の一品

#### キャベツの ずんだ和え



1人分のカロリー【87Kcal】

提供：市立芦別病院



ずんだとは、枝豆またはそら豆をゆでて、すりつぶして作る緑色のペーストです。

枝豆は良質なたんぱく質のほか、カルシウムやカリウムも豊富です。さらに大豆にはないビタミンCやカロテンも多く含んでいます。

また、葉酸も豊富で、造血や胎児の正常な発育を助けます。

▶材料 2人分……………  
・キャベツ100g・カイワレ大根6g・枝豆(むき身)40g・マヨネーズ大さじ1杯

▶作り方……………

①キャベツは食べやすい大きさに、カイワレ大根は1/2に切る。

②枝豆はゆでて、すり鉢で少量の水分を入れてすりつぶす。すり鉢が無ければ、ミキサーまたはミルに少量の水分を入れて、ミキサーにかける。すりつぶした枝豆は、キッチンペーパーで水分をとる。

③①をゆでて冷目で冷やし、冷えたら水分を絞る。

④②にマヨネーズを加えて、③と和える。

# 健康のひろば

すこやか子育て

## 健康診査・相談・歯科



種類	期日(受付時間)	対象、その他
3・4か月児健康診査	8月27日(木) 13:00~13:10	平成27年4月~5月生まれの乳児
7・8か月児健康相談	8月27日(木) 9:30~9:40	平成26年12月~平成27年1月生まれの乳児
1歳6か月児健康診査	9月10日(木) 13:00~13:10	平成26年1月24日~3月10日生まれの幼児
歯科相談	8月19日(水) 9月2日(水) 10:00~15:00	生後12か月の乳幼児
フッ素塗布(虫歯予防)	8月19日(水) 9月2日(水) 9:30~15:30	1歳6か月~小学校入学前の幼児
育児相談室	8月19日(水) 9月2日(水) 9:30~15:30	身体測定、子育て全般についての相談(予約制)

○場所 保健センター

## プレママクラス

	テーマ	日程	会場
第1課	きらきら マタニティライフ	9月11日 (金)	保健 センター
第2課	わくわく プレママ体験	9月15日 (火)	子ども センター



○出産予定 12月~3月の方 ○開催時間 午前10時~正午 ○その他 事前に予約をお願いします

●申し込み・詳細 健康推進係

## 集団予防接種

種類	期日	場所(受付時間)
B C G	9月3日(木)	保健センター(13:00~13:10)

○対象者 生後3か月以上1歳未満の乳児  
○標準接種期間 生後5か月以上8か月未満  
●申し込み 健康推進係

## 高次脳機能障がい者家族交流会を開催

○日時 9月7日(月)午後1時30分~3時  
○場所 滝川保健所2階母子相談室  
○対象 高次脳機能障がい者を抱える家族等で、同じ立場の家族と悩みを話し合ったり、本人との付き合い方について相談したいと思っている方  
○内容 家族同士の交流、障害に関する情報提供、対応の仕方に対するアドバイスなど。プライバシーは厳守します。※高次脳機能障がいは、交通事故や脳卒中など、脳の病気やケガの後遺症としてあらわれる障害です。脳の損傷が原因ですが、目に見えない障害としてあらわれるため、何が障害なのかわかりにくく、家族の戸惑いは大きいといわれています  
○料金 無料  
●申し込み・詳細 滝川保健所☎0125-24-6201  
※出席を希望する方は、事前にご連絡ください

## 子育てサロンに遊びにきませんか

子どもと親と地域の方が集まって楽しい曲を歌ったり踊ったり、また工作などもしたりして楽しみます。異年代との楽しい情報交換の場です。

対象	0歳~就学前のお子さんと保護者
日時	8月21日(金)午前10時~11時30分
場所	道営住宅芦別ふれあいステーション1階(芦別駅前)
持ち物	飲み物
費用	無料



## 赤ちゃん教室「ピヨピヨひろば」

赤ちゃんの育ちについて、詳しいお話を聞きながら、母親同士の交流や情報交換の場です。教室は保健師(成長と予防注射など)・警察(事故とシートベルトなど)・図書館司書(絵本の紹介と読み聞かせなど)・栄養士(離乳食と試食など)・保育士(遊びとおもちゃなど)の5回コースです。

対象	生後1~6か月のお子さんと保護者
日時	8月11日・18日・25日・9月8日・15日 (全て火曜日)午前10時~11時30分
場所	子どもセンターつばさ2階一時保育室
定員	15組(定員になり次第締め切ります)



## ペーパークラフト講座を開きます

日時	9月4日(金)午前10時30分~11時30分 (受付=午前10時~10時30分)
場所	子どもセンターつばさ2階一時保育室
内容	スクラップブック作り
講師	吉岡昌世さん
費用	無料
対象	子育て中(1歳~就学前)の方ならどなたでも
定員	15組(先着順)
申込期限	9月1日(火)
その他	託児あり

●申し込み・詳細 子育て支援センター係☎24-2778

## 各種検診のご案内

集団検診実施期間は9月5日(土)~9日(水)

区分	対象者・内容など
乳がん検診	①40歳以上の女性②視・触診検査とマンモグラフィ検査③料金3,000円
子宮頸がん検診	①20歳以上の女性②子宮頸部細胞診と内診、超音波検査③料金1,500円
骨粗しょう症検診	①40歳以上の女性②超音波骨量測定③料金1,000円

※乳がん検診と子宮頸がん検診は2年に一度の検診です。昨年受診されていない方は、ぜひ受診してください。

●申し込み 健康推進係☎22-2111