



vol.100
もくじ

- フードシフトセレクション2025 4部門中2部門
さい ゆう しゅう しょう じゅ しゅう
W最優秀賞受賞「みんなでごはんやさいカレー
 - うちに、ありがとうございます!?
 - 今日は何の日? 食の記念日
きょう なん ひ しょく き ねん び

- ## ●「冬を乗り切る! 免疫を高める食事のポイント」

●食育訪問 in 札幌市立拓北小学校

りソテーした甘口のトマト色のカレーで、動物性油脂を使わない、心・安全食品です。油は食用オリーブ油を使用しており、温めずに食べられ、災害備蓄などとしても利用することが出来ます。

農林水産省が実施している「フレード・シフトセレクション2025」では、全国各地から応募総数835件の作品が寄せられ、4つの部門別で優良な11作品を選出。最も多くは農林水産物の消費拡大に寄与する産品。②みどりの食料システム戦略の推進に寄与する産品。③家庭用備蓄の市場拡大に寄与する産品。④インバウンド消費拡大に寄与する産品。この中で、①③のW最優秀賞の快挙に優秀なのは、北海道札幌市の「有限会社みんなの食品」の「みんなでごはんやさしいカレー」です。

うんちは、自分の体の一部でもあつたのであります。だから、「お疲れさま、ありがとう！」

うんちは、食べかすが排泄されていると思つておられますか？ じつは分子生物学の権威である福岡伸一教授は、それもあるけれど、もっと大切なことを指摘されています。

うんちの主成分は自分自身の消化管の細胞の残骸であると解説されています。それが毎日捨てられていくのです。それを知る前から定期的に出るうんちにありがとうと言つていたが、福岡教授のそれを知つてから、キツチリお礼

うんちに、あいと言えます

しんりがくはくし
心理学博士／健康科学博士
むらた しろう けんかくはくし

うんちに、ありがとう
い
と言えますか!?

次号の発行は、

2026年2月19日の予定です。

「親と子の食育新聞」は、札幌市内の小学校へ配布、その他、道内各地のスーパー・マーケットなどにも設置しています。

編集後記

温泉が恋しくなる季節。北海道は温泉地の数が全国1位、約230箇所あります。温泉には、身体を良くて疲れや痛みを和らげる効果や、副交感神経を優位にするリラックス効果もあります。ストレス軽減や免疫力向上が期待できるので、インフルエンザが猛威を振るう今、感染症予防にもいいですね。

があるのは世界的に珍しく、日本には2箇所しかありません。
2026年に千歳市空港開港100周年を迎えます。北海道の味
覚が集まる空港で、老舗の味から最新のグルメを堪能し、温泉
に入って1日を過ごせば北海道の魅力を再発見できるかもしれません。
親との食育新聞は100号を迎へ、変わらず食育の大切さを

冬至は12月22日(月) ゆず湯

2025年12月22日(月) ゆず湯

2026年1月1日(木)~1月15日(木) ゆず湯

北海道公衆浴場業生活衛生同業組合

札幌公衆浴場商業協同組合

季節の「食の記念日」をピックアップしました。記念日に合わせて食文化や食習慣を再発見しましょう。

1月20日 甘酒の日

1月20日 甘酒の日

2月10日 豚丼の日

2月10日 豚丼の日

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



えすでいーじー ず SDGsとは？

SDGsとは？
じぞくかのう しゃ かい じつ げん め ざ せ かい きょう つう もく ひょう
「持続可能なよりよい社会の実現を目指す」世界共通の目標のことです。



開 校	1977年(昭和52年)11月
児童数	437名
教職員数	29名
調理員	7名
子学校	義務教育学校福移学園
児童数	121名
教職員数	24名
給食数合計	約620食

(令和7年11月時点)



◎ 札幌白ゴボウを使ったごぼうピラフの献立

今年は生産者の会に参加する機会をいたしました。だき、子供たちも反応も大きかったです。

までには、たくさんの人
が、それぞれの場所で、み
なさんのことを思つて閑
わっています。その思いを
しつかり受け取つて、心も
体も元気に成長してほし
いと願っています」と、吉
田先生は拓北小と福移
学園の子どもたちにメッ
セージを送つてくれました。

The image is a composite of three photographs. The top left shows a wooden plaque with Japanese text, including 'この1本が未来の木になります' (This one tree will become the tree of the future) and '植えちは、環境を守ります' (Planting trees protects the environment). The top right shows a group of people in a field. The bottom right shows a person in a red jacket and blue gloves working in a field of green plants.

しょくいくほうもん

札幌市立拓北小学校



札幌市立拓北小学校
(北区)は、1977年
(昭和52年)11月に開校。
校木はナナカマドです。

11月17日(月)～21日(金)
に、行いました。

も、給食週間中は中休みにランチルームを開放し、豆つまみイベントや調理器具具体験などをする「この機会に、給食や食べ物についてより深く知り、興味をもつてもらいたいと考えています」と話してくださいました。

ウ（皮や果肉が
白く、豊かな香
りと歯ごたえの
良さが特徴の札
幌伝統野菜）を
提供しました。



さつ ぱろ しろ し どう どう が いち ぶ ◎札幌白ゴボウ指導動画の一部

北海道の環境保全団体の活動を支援するのに、北海道コカ・コーラは、道内各地で水辺の保全活動に取り組む団体を支援する「北海道e-水(い・みす)プロジェクト」を推進しています。2010年に立ち上
くるのに使用した量と同等の水を自然に還元する取り組みを行つています。そして、今年度より活動団体としても参加しています。活動内容としては、い・ろ・は・すの水源地である清田区の白旗でもある清田区の白旗

北海道コカ・コーラ ボトリング株式会社



木工クラフトピンバッジ



ことを目的としたプロジェクトで
す。

体および流域ネットワークの活性化を支援する
一ヶ月間の活動を支援する
役割を担っています。北海道環境財団、そして同社の
三者協働のこの取り組みは2025年で16年目を迎えて、これまでの
累計寄付額は184,411,113円にのぼります。