

宅配クック123では地方自治体を応援する為、様々な取り組みをしており、今回は「農福連携」についてご紹介します。農福連携とは、障がい者の方等が農業分野で活躍することを通じ、自信や生きがいを持って社会参画を実現していく取り組みのことで、農福連携に取り組むことで、障がい者の方等の就労や、生きがいづくりの場を生み出すだけでなく、担い手不足や高齢化が進む農業分野において、新たな働き手の確保につながるものとして期待されています。6月は農福連携の茄子を使用したメニューがお弁当に入りますので、ぜひお召し上がりください。

## ご馳走の日のお食事 6月16日(金)夕食 「霧島黒豚と長芋の黒酢酢豚弁当」



- ・霧島黒豚と長芋の黒酢酢豚
- ・ザーサイと蒸し鶏の塩だれ和え
- ・人参しりしり
- ・豆サラダ
- ・おくらと湯葉のお浸し
- ・刻みたくあん
- ・ごはん

霧島黒豚は、専用農場でストレスがかからないように育てられ、配合飼料にもこだわることによって良質な肉の旨味・甘味が味わえる豚肉です。ブランド豚である宮崎県産の霧島黒豚に、長芋、赤ピーマン、黄ピーマンを合わせ、彩り豊かな酢豚に仕上げました。黒酢ダレには香川県産の白桃をピューレにして加えることで、深みのある味わいとなっております。

## 梅雨の時期は食中毒にご注意を



水分が豊富で気温が高くなる梅雨の時期は、食中毒菌の繁殖が活発になる時期です。水分補給のためにペットボトル飲料を持ち歩く機会も増えていますが、飲み口から雑菌が入り、食中毒の原因になることがあります。雑菌が最も活動しやすい温度は、25度～35度とされています。飲み物の種類によって異なりますが、ペットボトルに直接口をつけて飲んだ麦茶は、コップに注いで飲んだ麦茶に比べて、24時間後には50倍以上の細菌数に増加するそうです。ペットボトル飲料はコップに移して飲む、残ったら冷蔵庫に保存するようにし、口を付けて飲んだ場合はなるべく早く飲み切るようにしましょう。

### 6月 その1

## 農福連携の新メニューをご紹介します



宅配クック123では、農福連携のモデルケースとして取り組まれている「こうち絆ファーム」様で主に栽培している茄子を使用した新メニューを提供いたします。茄子はダイスカット状にカットし、玉ねぎ・ベーコンを合わせました。ソースにはコンソメ・にんにくを加え、コクのある味わいに仕立てた「茄子のトマトソース」です。農福連携だけではなく、形の不揃いな茄子を使用することで、フードロス削減にも貢献できるように調整しております。詳しくは会報誌「あはは」6月号の3ページをご覧ください。

### 6月 その2

## 6月4日～6月10日は【歯と口の健康週間】

「歯と口の健康週間」は厚生労働省、文部科学省、日本歯科医師会、日本学校歯科医会が実施している週間です。歯と口の健康に関する正しい知識の普及啓発に努めながら、国民全体の健康の維持・促進に寄与することが目的となっております。

高齢になると、嚥下機能の低下や唾液の減少などから、誤嚥性肺炎や口腔乾燥症(ドライマウス)にかかりやすくなると言われており、予防のポイントとして、噛む回数を増やすことや、こまめな水分補給をすることなどが挙げられます。しっかり噛んで、おいしく、楽しく、安全な食生活を送るためには、お口の健康が第一です。毎日できる簡単なことから、口腔ケアに取り組んでいきましょう。

