

えいよう 栄養だより



8月号

今月の料理
冷麺



八尾の特産物と言えば、若ごぼうや枝豆ですが他にも、色々な農産物が作られています。今月号は八尾の農業を紹介します！

八尾の特産物を知っていますか？

八尾の農業

古くは、農業地として栄え、旧川床は木綿栽培に適していたことから、河内木綿の名が全国に知られています。

現在では、農業をとりまく環境が変化し、厳しい状況ですが、花き・花木や植木、特産野菜の枝豆や若ごぼうをはじめ軟弱野菜などの特産物が栽培されています。

八尾の農業特産物分布図



～地産地消を見直しましょう～
地域で生産された農産物を、その地域で消費することを地産地消といいます。八尾でとれる農産物を食卓にどうぞ。

色々な野菜が収穫されています！

<市内で収穫される主な野菜>



枝豆・若ごぼう
(近畿 1位)



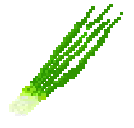
ほうれん草
(府内 2位)



小松菜
(府内 3位)



春菊
(府内 4位)



ねぎ
(府内 7位)

市政だより平成20年3月号より

新鮮・とれたて農産物はいかが！

八尾で採れた旬の野菜は、スーパーの店頭のほか市内の直売所でも購入できます。市役所農業委員会事務局で「直売所マップ」を配布しています。



給食ニュース

<7月の行事食>

七夕(7日)



献立

- ・七夕そうめん
- ・かきあげ
- ・とうがんのくず煮
- ・七夕ゼリー

ふるさと八尾の日(13日)

巻き寿司や夏野菜の煮物、枝豆、などをご用意させていただきました。暑い季節にぴったりのさっぱりとした献立になりました。



献立

- ・ずいきの巻き寿司
- ・夏野菜盛り
- ・胡瓜のざくざく
- ・すまし汁・枝豆

土用の丑(19日)

うなぎの蒲焼をご用意させていただきました。

ふるさと八尾の日とは、「郷土料理を通じて、八尾の食文化に親しんでいただく日」です。

<8月の行事食>

夏献立(3日)

冷やし中華、夏野菜の茄子を使った麻婆茄子、スイカをご用意させていただきます。予定です。



ふるさと八尾の日(13日)

お盆になると、どの家庭でもよく作られたという「おひら」、茄子と南瓜を使った「しんかい」をご用意させていただきます。「おひら」とは里・山・海の食材を使用した煮物をさします。



管理栄養士による
食事相談を行っています



個人栄養指導

患者様の病状にあわせて、できるだけわかりやすくお話しするように心がけています。

...火～金曜日 9:00～15:00

集団栄養指導

糖尿病の患者様へ、集団指導を行っています。

...第1・3金曜日

13:30～15:00

...第2・4・5木曜日

13:30～15:00

栄養指導は予約制となっています。ご希望の方は担当医にご相談下さい。

