

年 組 名前：

問1

ふえふきし しよくせいかつかいぜんすいしん  
笛吹市食生活改善推進

いいんかい つく  
委員会が作った、レシピ集の

タイトルは何ですか。

「 \_\_\_\_\_ 」



笛吹市食生活改善推進委員会が作ったレシピ集 ー笛吹市役所

総菜活用レシピ紹介

笛吹 食生活改善委員会が製作

笛吹市食生活改善推進委員会は市販品などを活用したレシピ集「食改さんのちやちやっ」と「レシピ」を作った。缶詰やコンビニなどで買える総菜に、手間加えるだけで栄養バランスを整えられる料理を紹介している。同会によると、昨年度は新型コロナウイルスの影響で料理教室が開けなかったことから、レシピ集を通して食生活を改善してもらおうと企画。誰でも手軽に作れるように市販品などを活用することにした。

昨年9月に330人の会員からレシピを募集。寄せられた111品を会員が試食した。会員が寄せた600以上の感想を踏まえ、和洋中のメイン料理に副菜やおやつも盛り込んだ15品を選んだ。

炊き込みご飯や、並べたギョーザの皮に缶詰のコーンやトマトなどを載せて焼いたギョーザの皮ピザなどがある。食材に含まれる栄養素を取り込む工夫なども添えている。レシピ集は千部印刷し、市役所や市内のスーパーなどで配布している。穴山輝美会長は「市販品に少しの工夫を加えることで、バランスの良い食事を作ることができる。防災の視点からも、備蓄品を食べて買い足すという循環の流れに役立てほしい」と話している。

問2

「<sup>にん</sup> <sup>かいじん</sup> <sup>よ</sup>  
①人の会員から寄せられた

レシピ<sup>ひん</sup> <sup>ししょく</sup>  
②品を試食し、

③のメイン料理に④や⑤も

盛り込んだ<sup>ひん</sup> <sup>えら</sup>  
⑥品を選んだ」。

①～⑥に入る数字や言葉を書いてください。

- ① 「 <sup>にん</sup> 人 」      ② 「 <sup>ひん</sup> 品 」      ③ 「 \_\_\_\_\_ 」
- ④ 「 \_\_\_\_\_ 」      ⑤ 「 \_\_\_\_\_ 」      ⑥ 「 \_\_\_\_\_ <sup>ひん</sup> 品 」

問3

レシピ集に掲載されているレシピを、2つ挙げてください。

- .....
- .....

(2021年4月22日付 山梨日日新聞 16面)