

# こどもの食育推進ネットワーク リンク集



熊本市こどもの食育推進ネットワーク地域研修会等で作成したレシピ集、食育動画のリンクをご紹介します。

## 簡単！おいしい朝食レシピ

【中央区】



ネットワークのメンバーの方から朝ごはんレシピをご提供いただき忙しい朝も簡単にできる朝食レシピ集を作成しました。メニューのおすすめ内容や作り方のポイントを参考にぜひ作ってみてください☆



[https://www.city.kumamoto.jp/chuo/hpkiji/pub/Detail.aspx?c\\_id=5&id=48099](https://www.city.kumamoto.jp/chuo/hpkiji/pub/Detail.aspx?c_id=5&id=48099)

## ひがっぴい食育隊おすすめ！やさいのシンプルレシピ

【東区】



野菜摂取量の増加のため、「時間がない時でも手早く作れる」「使用する食材・調味料が少ない」をテーマに野菜レシピを作成しました。



[https://www.city.kumamoto.jp/higashi/hpKiji/pub/detail.aspx?c\\_id=5&id=29415&class\\_set\\_id=11&class\\_id=3250](https://www.city.kumamoto.jp/higashi/hpKiji/pub/detail.aspx?c_id=5&id=29415&class_set_id=11&class_id=3250)

## ひがっぴい食育隊おすすめ！子どもと一緒に作れるレシピ

【東区】



各施設・団体で実施している食育活動について情報共有するため、クッキング活動で使用したレシピを集めました。

[https://www.city.kumamoto.jp/higashi/hpKiji/pub/detail.aspx?c\\_id=5&id=46472&class\\_set\\_id=11&class\\_id=3250](https://www.city.kumamoto.jp/higashi/hpKiji/pub/detail.aspx?c_id=5&id=46472&class_set_id=11&class_id=3250)



## 子どもと食べたい野菜・朝食レシピ

【西区】



子どもと作りたい朝ごはん、野菜料理のレシピ集を作成しました。園の給食で実際に出されている子どもに人気の野菜レシピや、美味しく・簡単にできる朝食レシピなどが掲載されています。



[https://www.city.kumamoto.jp/nishi/hpkiji/pub/detail.aspx?c\\_id=5&id=47267](https://www.city.kumamoto.jp/nishi/hpkiji/pub/detail.aspx?c_id=5&id=47267)





園等で提供される行事食を他施設でも活用してもらうようレシピ収集しました。

[https://www.city.kumamoto.jp/minami/hpkiji/pub/detail.aspx?c\\_id=5&id=25909](https://www.city.kumamoto.jp/minami/hpkiji/pub/detail.aspx?c_id=5&id=25909)



## ♪子どもと作れる簡単おやつ♪(YouTube)



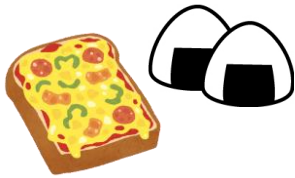
コロナ禍でも家庭で子どもと一緒に食育の一環として調理を楽しんでほしいと作成しました。

<https://www.youtube.com/watch?v=nw1CB2rCYbA>

※概要欄からバナナビスケット以外のおやつレシピも確認することができます。



## 朝食レシピ～ぱぱっと簡単あさごはん～



食育活動目標である「しっかり食べよう朝ごはん」を広めるためレシピ収集しました

[https://www.city.kumamoto.jp/minami/hpkiji/pub/detail.aspx?c\\_id=5&id=45306](https://www.city.kumamoto.jp/minami/hpkiji/pub/detail.aspx?c_id=5&id=45306)



## 食育劇「はやね、はやおき、あさごはん」



食生活改善推進員が食事のバランスについて小さいお友達にもわかりやすい劇をお届けします。むさし先生、たばる君、こまちちゃん、4人のげんきっずと一緒に学んでみよう！

<https://www.youtube.com/watch?v=G6HRBQSDJ2Q>



## こどもの食育推ネットワークとは

熊本市では、乳幼児期の子どもたちとその保護者の食育に携わる保育園・幼稚園、地域支援者と連携・協力し、「熊本市こどもの食育推進ネットワーク」をつくりました。それぞれの専門性を活かした地域における食育活動を展開していきます。

詳しくは熊本市ホームページをご覧ください。

[https://www.city.kumamoto.jp/hpKiji/pub/detail.aspx?c\\_id=5&id=33203&e\\_id=16](https://www.city.kumamoto.jp/hpKiji/pub/detail.aspx?c_id=5&id=33203&e_id=16)



お問い合わせ先(ネットワーク事務局)  
熊本市役所健康づくり推進課  
Tel 328-2145

