

令和5年7月25日

福津市長 原 崎 智 仁
(こども家庭部こども課)

「福津市子育て応援券」の送付について

日頃より福津市行政の推進にご理解ご協力いただき、まことにありがとうございます。

食費等の物価高騰に直面し、家計に影響を受けている子育て世帯に対し、生鮮食品等の購入に係る費用の支援をすることにより、地産地消による食育を推進し、子どもたちの食の確保とともに、安心な子育てを応援するため、基準日(令和5年7月1日現在)において中学校修了前までの児童を監護する子育て世帯へ、指定直売所(あんずの里市、お魚センターうみがめ、ふれあい広場ふくま)で使用できる子育て応援券1万円分(一世帯あたり)をお送りします。

この子育て応援券をご活用いただき、新型コロナウイルスに負けない元気な体づくりにお役立てください。

記

1 送付対象者 令和5年7月1日現在、住民基本台帳に記録されている平成20年4月2日以降に出生した児童を監護する方、または、その児童の属する世帯の世帯主

2 同封の書類

- ① 子育て応援券・・・1冊(500円券×20枚)
- ② 子育て応援食育推進事業のご案内・・・1枚
- ③ 福津市子育て世代包括支援センターからのお知らせ・・・1枚
- ④ 指定直売所チラシ・・・各1枚

<お問い合わせ>

福津市こども家庭部こども課
家庭児童相談係
TEL:0940-39-3148

今年もやります！
物価高騰にも
負けない

子育て応援食育推進事業のご案内



子育て中の保護者のみなさまへ

新型コロナウイルス感染症が5類へ移行したことにともない、通常的生活を取り戻しつつあります。しかし、長引く不安定な国際情勢の影響などで、様々な物価の上昇が止まらず、子育て世帯のみなさまにおかれましても不安を抱えながらの子育てが続いていることと思います。

「福津のめぐみ 笑顔がつながる みんなの食卓」これは、食でつながるまちづくりを進める本市の食育推進のキャッチフレーズです。この言葉には、福津市民だけでなく全国のまちの人を幸せにするそんな素晴らしい食（めぐみ）が、福津にはたくさんあるということ、市民みんなが認識し、誇りに思っていて欲しいという願いが込められています。

厳しい状況は続いておりますが、物価高騰による不安解消の一助になりますよう、また福津の食材を食べ、家族みんなが元気で健やかに過ごしてもらいたいという思いから、子育て応援券をお送りします。

福津のめぐみを力に、ともに乗り越えてまいりましょう。

令和5年7月

福津市長 原崎 智仁

Q1. どこで使えるの？（使用可能なお店）

A 1. 福津市内にある3つの指定直売所

- ・あんずの里市
- ・お魚センター うみがめ
- ・ふれあい広場 ふくま

で使用できます。

Q2. いくら使えるの？（対象金額）

A 2. 500円の応援券が20枚綴りの10,000円分の応援券を
お届けします。

※応援券ご利用分の差額に対し、おつりはできません。

※※3つの指定直売所以外では使用できません。

Q3. いつから使えるの？（使用期限）

A 3. 令和5年8月1日から令和5年11月30日まで。

裏面に続きます。必ずご確認ください！

3つの直売所を紹介します♪

あんずの里市

市北部、国道495号沿線のあんずの里にある農水産物を中心とした直売所です。野菜やお花、あんずの里で採れたあんずの実を加工した商品も人気です。

住所：〒811-3521
福津市勝浦1667-1



お魚センター うみがめ

津屋崎漁港で水揚げされた、近海の旬の魚介類や加工品のほか、農産物も販売しています。毎週日曜日には隣接するアーケードで朝市が開かれます。

住所：〒811-3304
福津市津屋崎4丁目47-18



ふれあい広場 ふくま

西郷川沿いにある福間の新鮮な野菜・果物・手作り農産加工品などがあり、夏はクリームスイカ、秋は新米が人気です。

住所：〒811-3207
福津市上西郷539-1



お問い合わせは



福津市役所 こども課 家庭児童相談係

電話：0940-39-3148

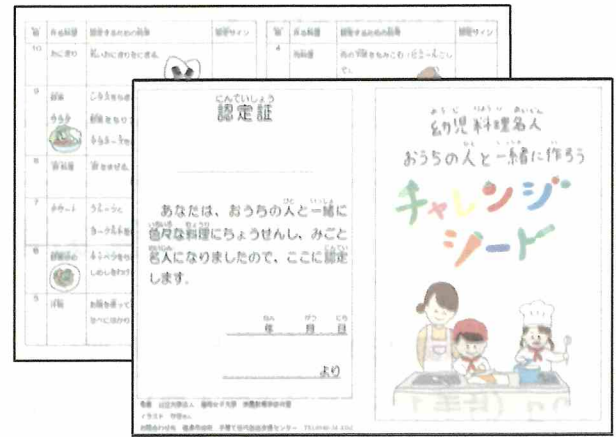
幼児対象 食育チャレンジシートのご紹介

福津市では、幼児と保護者が楽しく食に興味を持てるように、幼児のための食育チャレンジシートを2種類作成しました。チャレンジシートは、幼児が保護者と一緒にチャレンジして保護者がサインする形式になっています。

● 幼児食べ方名人チャレンジシート



● 幼児料理名人おうちの人と一緒に作ろうチャレンジシート



市の3歳児健診で希望者へ配布しているほか、子育て世代包括支援センター（市役所本館1階6番窓口）前の棚にも置いています。

市ホームページからも印刷できますので、ぜひご利用ください。



小学生対象 「福津のめぐみで料理名人」作品募集！

夏休みに料理にチャレンジしてみませんか



夏休みの自由選択課題の1つとして、福津市産の食材を使った料理作品を募集します。

10級のおにぎり、9級の野菜サラダなど全部で11級あります。

どの級からでもチャレンジすることができ、チャレンジした級の認定証を全員にお渡しします。

WEB申請と応募用紙の提出の両方が必要です。



詳しくは、市ホームページをご覧ください
 去年の作品や食育レシピも掲載しています。
 ぜひ参考にしてください！



野菜を食べると いいこといっぱい

- ◎野菜を噛んで食べることで咀嚼機能そしゃくが育ちます。
- ◎味覚が育ちます。
- ◎野菜のビタミンは、免疫力を上げて、感染症やがん予防になります。
- ◎満腹感を得られやすく、食べ過ぎを防ぎます。
- ◎食物繊維が腸内の善玉菌を増やし、腸内環境を整え便秘を防ぎます。
- ◎食物繊維は急な血糖上昇を抑えます。
- ◎野菜に豊富なカリウムは、余分なナトリウムを体外に出し、血圧上昇を抑制する効果があります。



毎食 野菜を食べましょう！

摂取目標量 350g（小鉢5皿）に対して、1日当たりの野菜摂取量は平均 280g 程度で、70g（片手1杯または小鉢1皿）足りていないことになります。

毎食野菜を取り入れ、主食・主菜・副菜のバランス良い食事を意識しましょう。



野菜は1日小鉢5皿が摂取目安です。 緑黄色野菜と淡色野菜を組み合わせましょう！

○緑黄色野菜（にんじん、ピーマン、オクラ、小松菜、トマト、かぼちゃ等）から2皿

○淡色野菜（キャベツ、なす、きゅうり、大根、玉ねぎ等）から3皿

（例）



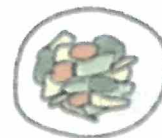
具たくさんみそ汁



おひたし



サラダ



野菜炒め



煮物