

土屋品子は国会議員唯一の栄養士として食育を推進しています

農と食をつなぐ食育で命の大切さを子供達に伝えましょう！



しなちゃん
衆議院議員 **土屋品子のキッチン**便り-NO:13

品子レシピ **かつお丼** ...健康は最強の生活防衛
...**医食同源で医療費削減!**



①生活習慣病予防 ②肥満防止 ③貧血防止

高タンパク低カロリーで

＜材料&作り方＞3～4人分

かつお刺し身20切れ(好みてマグロや白身魚でも)	ご飯適量	醤油大さじ3
すり炒りごま大さじ2	砂糖小さじ1	みりん小さじ2
ねりごま大さじ2	しその葉 10枚(千切り)	のり、ワサビ少々

- ① すり炒りごま・ねりごま・醤油・砂糖・みりん・を合わせ混ぜる。
- ② 丼にご飯を盛り、ご飯の上にしその千切りを多めにひき、次に①のたれをつけたかつおの刺し身を並べ、のりとワサビを好みて添え供する。

土屋品子の生活に密着した視点—「食育で知育・徳育・体育の基礎を」実践

2005年の食育基本法の施行後も引き続き食育に力を注ぎ以下具体的活動を推進しています

- 1・「食」の安全・安心に関する環境整備の推進
- 2・子供達が心身ともに健康に育つよう、専門知識豊富な学校栄養教諭の増員に尽力
- 3・世界的食糧危機が叫ばれる中、地産地消を推進するコミュニティ施設への助成強化活動等

プロフィール ※与党唯一の埼玉県内小選挙区選出 女性国会議員

1952年生まれ。春日部市在住。大学卒業後、香川栄養専門学校卒業。栄養士。調理師。製菓衛生士。料理研究者としてテレビ・雑誌等で活動。ホームヘルパー2級。短大客員教授。1996年に衆議院議員に初当選し4期目。外務大臣政務官、環境副大臣を歴任。現在 党政調副会長、首都圏整備委員長。