

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** N:15

品子レシピ **きゅうりの炒め物** : 健康は最強の生活防衛  
: 医食同源で医療費削減！



①血栓予防      ②夏バテに食欲増進      ③利尿効果でむくみ改善

＜材料&作り方＞2～3人分

きゅうり 3本      長ネギ1/2      赤唐辛子少々      しょうが ひとかけ  
塩 小さじ1/2      ごま油 少々      油 大さじ2

- ① きゅうりの両端を切り、長さ3cm位に切り縦四つ切にする。
- ② 長ネギは斜め薄切りにする。しょうがは千切り。赤唐辛子は種をとり、輪切りにする。 ※ 輪切り唐辛子は市販している。
- ③ 鍋を強火にかけ、油を入れ全体になじませ、きゅうりを加え手早く炒める。
- ④ 長ネギ・しょうが・赤唐辛子を入れ更に炒め、ごま油を入れ混ぜ器に盛る。

## 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