

レシピ動画

できるから始まる 楽しい食育

京野菜の「九条ねぎ」と「万願寺とうがらし」が主役！

生産者の声とともに、奥菌先生がシンプルでおいしいレシピを伝授。
「これならできそう！」「今日、作ってみたい！」と思えるレシピです。
京都ならではの食材の魅力を、見て・知って・味わってみませんか？



動画出演者



家庭料理研究家
おくぞの としこ
奥菌 寿子氏

YouTube公式チャンネル
登録者数82万人超えの人気を誇る



(株)しんやさい 代表取締役
石崎 信也氏

九条ねぎと万願寺とうがらしの
生産者

トロっとした
九条ねぎと豚肉のコクが絶品！
「豚肉と九条ねぎの甘辛煮」



ジューシーな万願寺とうがらしの
美味しさを味わえる

「万願寺とうがらしと油揚げのおかか醤油炒め」



動画の視聴は
こちらから▶



① QRコードを読み取りアクセス

② できるから始まる楽しい食育 🔍 で検索

お問い合わせ先：京都府農林水産部農政課（075-414-5654）

応募〆切

令和7年
11月4日(火)
〔消印有効〕



あなたの食の取組、募集します！

第9回

食の未来宣言 実践活動コンクール



府民の皆様の食に関する目標と取組を共有することで食育の輪が広がることを目的に、「自分自身の食に関する目標（食の未来宣言）」と「その目標達成に向けた実践活動」を発信する取組として、「食の未来宣言・実践活動コンクール」を実施します。あなたの食のチャレンジ、是非ご応募ください！

募集内容

1 食の未来宣言

自分自身の食に関する目標を50字程度で記載してください。

2 目標達成に向けた実践活動

①の目標達成に向けて実践した活動の内容・結果や、活動した感想、考えたことなどを100字で記載してください。

3 活動の様子が分かる写真（イラスト可）

写真は4枚以内、データは合計で5MB以内としてください。複数枚写真を組み合わせて1枚とすることはお控えください。

取組例

① 共働きで忙しくても、家族の笑顔あふれる彩り豊かな食卓を！

② 週末にお肉の下味をつけたものやトマトソースなどを作りおき冷凍することで、時間のない平日でも出来たての手作りごはんが食べられるよう工夫しています。1歳の娘に家族で囲む食卓の幸せを感じてもらえるよう、これからも仕事と育児の両立を頑張ります！



応募方法

Instagramまたはメール・郵送

詳細は、京都府HP又はQRコードからご覧ください。

食の未来宣言



京都府HP



公式Instagram

SNSで
随時入賞作品
を紹介します！

賞

最優秀賞1点、優秀賞5点、特別賞3点、佳作11点

※入賞作品（①食の未来宣言、②実践活動についてのコメント、③活動の様子が分かる写真等）及び入賞者の氏名等（学校名、アカウント名）は、新聞社等報道機関へ提供するとともに、京都府ホームページ、SNS等へ掲載させていただきます。

入賞者には協賛企業から食品や日用品が詰まった副賞が授与されます♪

昨年度の入賞作品はこちらをご覧ください▶



昨年度受賞作品



昨年度の最優秀賞の副賞

主催 京都府、きょうと食育ネットワーク

後援 京都市、京都府教育委員会、京都市教育委員会
京都市長会、京都府町村会、(公社)京都府栄養士会
京都府農業協同組合中央会、京都新聞

協賛 「きょうとの食育」サポート企業

味の素(株)大阪支社、大阪ガスネットワーク(株)、大塚製薬(株)、花王(株)
近畿中央ヤクルト販売(株)、京滋ヤクルト販売(株)、日本新薬(株)
(株)平和堂、(株)明治関西支社、雪印メグミルク(株)