



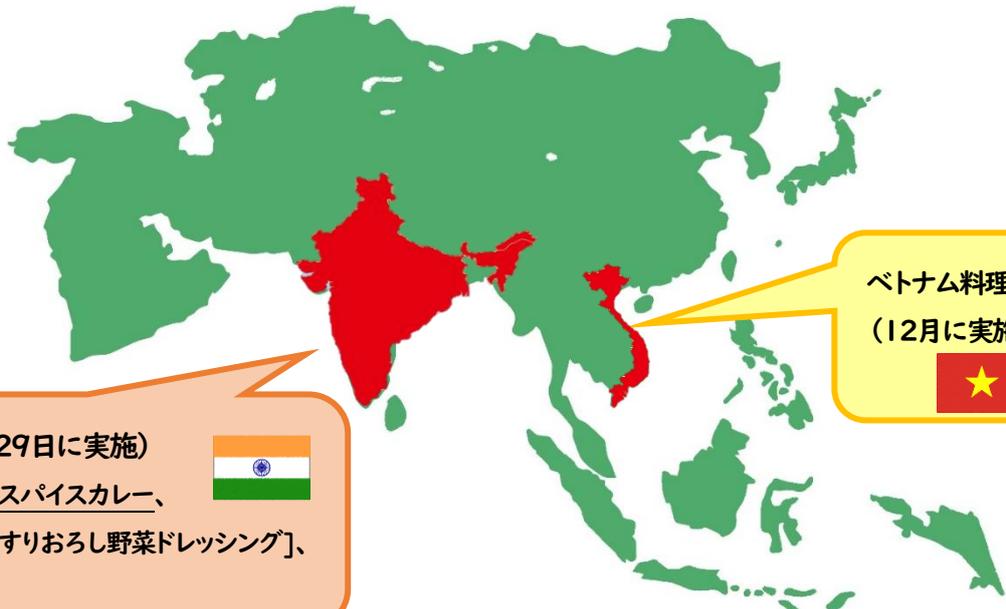
蒲郡市食育推進計画
マスコットキャラクター
たべたくん



アジア・フレンドシップ給食

アジア最大級のスポーツイベント「アジア競技大会」と「アジアパラ競技大会」が、令和8年9月～10月に愛知県で開催されます。大会前にアジアの国のことを知ってもらうため、給食でアジア料理を実施します。1月は『インド料理』を実施し、ナン、ひき肉のスパイスカレー、サモサを提供します。

アジアの地図



インド料理給食(1月29日に実施)

★ナン、牛乳、ひき肉のスパイスカレー、サモサ、野菜サラダ[すりおろし野菜ドレッシング]、ヨーグルト



ベトナム料理給食 (12月に実施済み)



★ナン

インドや中央アジアで食べられる平らなパンです。生地を薄く伸ばしてタンドールという窯で焼きます。外側は香ばしく、中はもちりとした食感です。食べやすい大きさにちぎって、カレーにつけて食べます。



★サモサ

インド料理の定番の軽食です。小麦粉でできた生地に、じゃがいもやたまねぎなどの具材をつめて三角形に包み、油で揚げた料理です。給食のサモサは、スパイスの入っていないものを提供します。



チンゲンサイと

じゃがいもの塩いため

えびのつつみ揚げ

冷凍カット マンゴー

牛乳

ごはん

フォー



12月に実施したベトナム料理



★ひき肉のスパイスカレー

スパイスカレーは、クミン、コリアンダー、ターメリック、カルダモン、シナモンなど、たくさんのスパイスを使用しています。



アジア競技大会ってどんな大会？

「アジア版オリンピック」とも言われるアジアで1番大きなスポーツイベントです。第1回の大会は第二次世界大戦後の1951年にインドで行われました。スポーツを通じてアジア各国の絆を取り戻したい、そんな平和を願ってスタートした大会です。

最初は11か国だけで開催しましたが、今やアジア45の国と地域の選手が集まる大きな大会になりました。そんな大会が今年には日本で、しかも愛知県を中心に開催され、オリンピックよりも多い41競技を行います。

蒲郡市では「セーリング」と「トライアスロン」の2競技を行います！

☆セーリングってどんなスポーツ？

ヨットや船を風のカで動かして、海や湖を進むスポーツです。このスポーツはエンジンを使いません。そのかわりに船の帆を風に合わせて動かすことで進みます。風の向きや速さをしっかり考えることが大事な頭を使うスポーツです。



☆トライアスロンってどんなスポーツ？

最初に泳いで、そのあと自転車に乗って、最後に走ってゴールを目指すスポーツです。泳ぐところから自転車に乗りかえたり、自転車から走るところに切りかえたりするところも合わせて、とてもスピード感があってわくわくするスポーツです。



「アジア競技大会」のあとには「アジアパラ競技大会」も開催します！

☆アジアパラ競技大会ってどんな大会？

アジア地域の障がい者の総合スポーツ大会で、4年に1度開催されます。日本では初めての開催です。お尻に床をつけた状態でプレーするバレーボールや、目隠しをした状態でプレーするサッカーなど、愛知県内を中心に18競技を行います。



みんなで大会を応援しよう！