



GO!
ヴァンフォーレ



BURN ONE

ホームゲーム日程
(J1 リサイクルインク スタジアム)

8月29日(土) 19:00 ~ vs 北海道コンサドーレ札幌
9月12日(土) 19:00 ~ vs ジュビロ磐田
9月19日(土) 19:00 ~ vs 徳島ヴォルティス



サッカーは常にそばにある「日常」～保坂 知希 選手(MF ④7)～



甲府市出身、背番号 47 番の保坂知希です！僕がサッカーを始めたきっかけは、家にサッカーボールが転がっていたことや、保育園で毎日夢中になりながらサッカーをして遊んでいたことです。ヴァンフォーレ甲府アカデミー U-18 に入団した時「プロになるんだ」という強い思いを胸に抱いていました。僕にとってサッカーは特別なものではなく、常にそばにある“日常”そのものです。

試合前には、良いプレーの映像を観てモチベーションを高めてピッチに立っています。**【J1 昇格】、【J2 優勝】**を目指し、皆さんの期待に応えられるよう精進していきます。今後とも温かいご声援をよろしくお願いします！

【プロフィール】甲府市出身。168cm。57kg。A型。在籍2年目(アカデミーからは5年目)。座右の銘「継続は力なり」。甲府には、子どもたちが元気いっぱい遊ぶ場所や、美味しいご飯屋さんがたくさんある印象です。オフには自然豊かな場所に行ったり、最近ハマっているオセロやピアノを楽しんだりして過ごすことが多いです。

ヴァンフォーレ甲府を応援しよう！



▲休日に訪れた自然豊かな場所(全て保坂選手撮影)
(左)上高地、(右上)清里、(右下)新穂高

とびだせ！市民レポーター！

「食」べて「育」む学校給食 ～子どもたちの健やかな成長のために～

今も昔も、学校生活の楽しみのひとつに「給食」があります。今回は、そんな給食の要となる“献立”について、市内の公立中学校の給食の献立を作成している栄養士さんお二人にお話を伺いました。



献立はどうやって作られている？

給食は、基本的に主食・主菜・副菜・汁物と乳製品で構成されています。献立を作るときに特に心がけているのは「偏りなく栄養が摂れるようにすること」。そのうえで、できる限り多くの種類の食材を利用し、彩りや調理方法にも気を配っているそう。栄養バランスだけでなく、味付けや見た目にもさまざまな工夫をされていることがわかりました。さらに、献立の内容について子どもたちに関心をもってもらうために、使われている食材などを給食時の校内放送を通じて伝えることも行っています。



▲「子どもたちが残さず食べてくれると嬉しいです」とお話を伺いました



献立のこれから

取材では、「給食だより」や実際の給食の写真も見せていただきました。ほうとうをはじめとした地域の伝統的な料理や外国の料理、子どもたちに一番人気のビビンバや、季節の食材を使ったカレーなど…どれも美味しそうな献立ばかり。今後の献立作りで挑戦してみたいことを伺うと、「発酵食品を使った献立など、新しいものを取り入れていきたい」とのこと。栄養満点、愛情満点の給食を食べられる子どもたちが、少しくらい楽しくなっていました。



▲「給食だより」では旬の野菜や行事食などについて紹介しています



大人気の“お楽しみ給食”

給食には、節分やひな祭り、端午の節句など、季節の行事に合わせた特別な献立(行事食)も登場します。なかには、12月20日の「こうふ開府の日」にちなんだ給食や、市の姉妹都市にまつわる料理など“甲府ならでは”の献立も。このような「お楽しみ給食」は、子どもたちにとっても人気があるそうです。食を通じて、年中行事や自分が暮らす地域への理解を深め、豊かな経験を得ることができるという面でも、給食は非常に大切な役割を果たしているのですね。



▲昨年度の「こうふ開府の日」お楽しみ給食

市民レポーターブログ
もご覧ください▶

【市ホームページ】

市民レポーターブログ

検索



今月の担当レポーター 百瀬 友美

「食育」の一端を担う学校給食は、単に栄養を摂ることだけが目的ではなく、配膳や片付けなど仲間と一緒に行うことで協調性や思いやり、社会性を身につける大事な場でした。食に対して興味をもってもらい、食べることの大切さや感謝する心を知る給食は、これからの社会生活を送るうえでの基本を学ぶ重要な役割も持っていると感じました。

