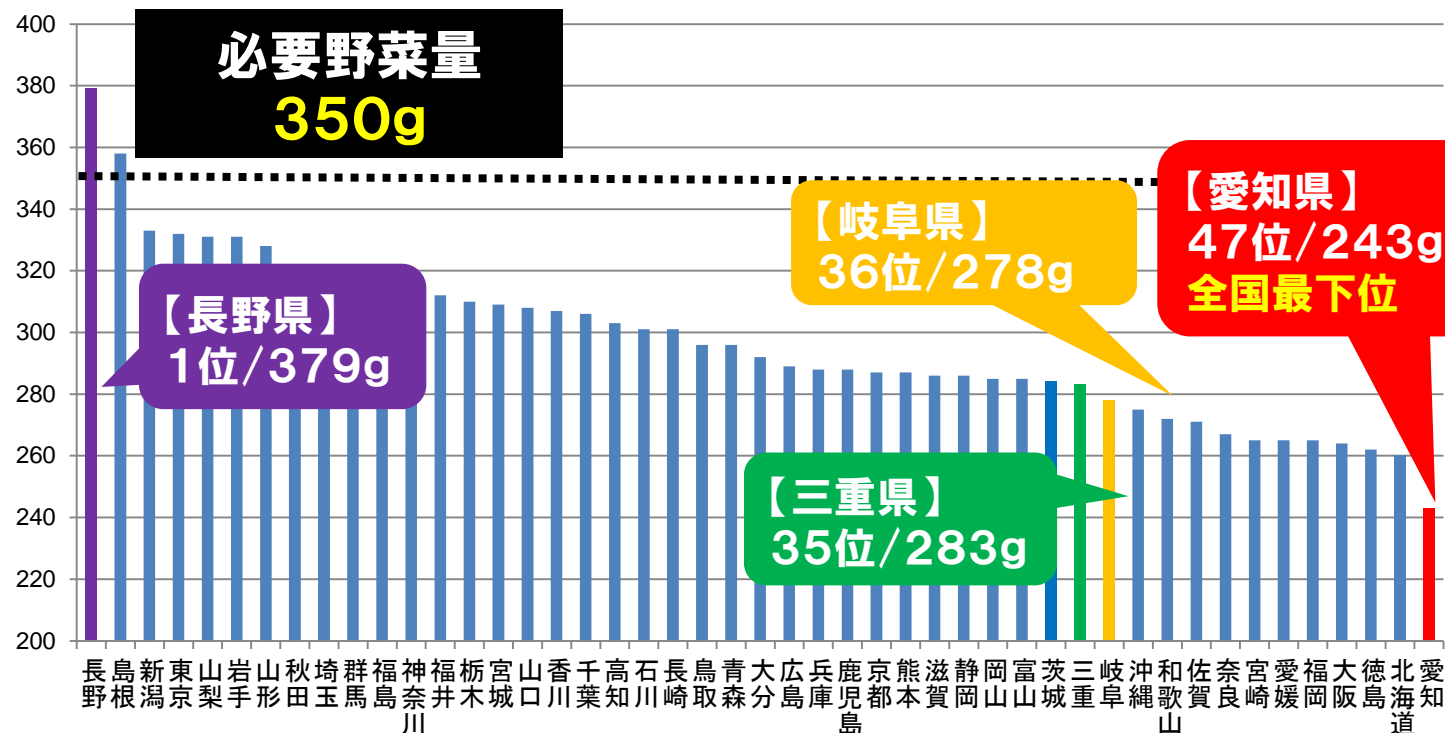


愛知県民は野菜が足りない！

愛知県民は、実は野菜の摂取量が**全国最下位**。もっと野菜を食べなきゃいけません！！
このトマト新聞では、トマトを中心としたお野菜の美味しい食べ方を紹介していきます。



4月10日のトマトメニュー「ハンバーグと野菜のトマト煮込み」



- 【材料 4人分】
- ハンバーグ・・・60g×4
 - たまねぎ・・・中1個
2cmの角切り
 - マッシュルーム缶・・・80g
 - じゃがいも・・・大1個
2cmの角切り
- A
- カットトマト・・・120g
 - 水・・・80ml
 - コンソメの素・・・1個
 - トマトピューレー・・・50ml
 - トマトケチャップ・・・50ml
 - 中濃ソース・・・大さじ2
 - 塩・こしょう・・・少々
- サラダ油・・・適量

【作り方】

- フライパンに油を熱し、ハンバーグをソテーする。
- 鍋にサラダ油をひき、玉ねぎ、マッシュルーム缶、じゃがいもを炒める。
- ②に調味料(A)を入れて一煮立ちさせたら、①のハンバーグを加えてとろりとなるまで中火で煮込む。

ミートボールや鶏のから揚げにもアレンジも可能です。



東海市&カゴメ

トマトde健康プロジェクト広がってます!!

カゴメは東海市が創業の地であることを踏まえ、健康寿命日本一のまちを目指し、市民の野菜摂取量を増やす為、東海市&カゴメで、「トマトde健康」プロジェクトを開始し、様々なことに取組んでいます。

2014年4月～ 「トマトde健康まちづくり」 協定締結

特命トマト係長 とまていーぬ任命



Copyright © 2011 カゴメ株式会社. All rights reserved.
4月10日に「東海市&カゴメトマトde健康まちづくり協定」を締結し、10の協定事業を開始。
特命キャラクターの「とまていーぬ」を「特命トマト係長」に任命しました。

地域への 出前講座



愛知県は野菜摂取量、全国最下位
市内各地域へ出向き、トマトをはじめとした野菜の健康価値や食べ方についてお伝えし、野菜摂取量、全国最下位からの改善を目指します。

（左）カゴメのトマトde健康プロジェクト事務局

2014年9月～ 全国初 「東海市トマトで健康づくり」 条例制定

毎月10日はトマトの日

条例では毎月10日を「トマトの日」と定め、トマトメニューを食べることを推奨しています。



トマト給食

毎月10日、市内の保育園・小・中学校でトマトを使った給食を提供しています。



トマト新聞

毎月10日、トマトや野菜の健康価値をわかりやすく解説した「トマト新聞」を配布、トマトde健康情報の発信。

トマトde健康レシピコンテスト



市制45周年記念事業として「市民トマトde健康レシピコンテスト」を開催。応募116メニューのうち、10メニューが入賞。

入賞レシピは、レシピ集になったり、市内の飲食店でメニュー化されたりしています。



外食メニューに



トマト記念館メニューに



レシピ集に

トマトジュースで乾杯を推奨

条例では「トマトジュースによる乾杯を推奨」しています。カゴメは「水のようにごくごく飲んでほしい」という思いを含め、「トマトジュースがでる蛇口」を寄贈しました。



トマトジュースがでる蛇口



トマトジュースで乾杯

飲食店やスーパーでも、トマトde健康の取組が広がってます!



フィール ホームタウン店



アミカ 東海名和店



バスタデココ 東海富貴ノ台