

# 毎月第3土曜日は「かごしま生き生き食の日」です

自らの健康や食生活について見つめ、家庭や地域において県産農林水産物や本県ならではの食文化を生かした食育・地産地消の様々な取組を推進する日として「毎月第3土曜日」を「かごしま生き生き食の日」に定めています。

～かごしまの食で、健康で豊かな食生活を～

行楽の秋 食欲の秋 到来！ かごしまの“食”を味わいましょう



<地産地消推進サポーターブログ画像より引用>

「新米」を食べよう！



古くからわが国の「主食」として親しまれてきた米は糖質が多く、私たちの活動のための重要なエネルギー源となります。未精製の玄米ならビタミン、ミネラル、食物繊維も豊富です。

<県内で栽培されている主な品種>

早期水稲:コシヒカリ, イクヒカリ

普通期水稲:ヒノヒカリ, あきほなみ



県産米イメージ  
キャラクター「にぎ丸くん」