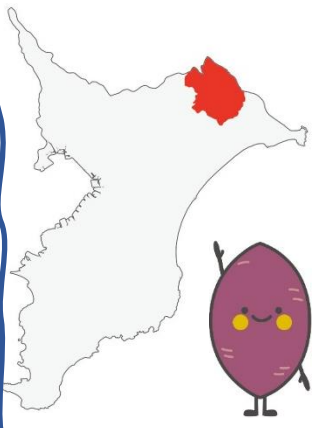


7月の市制施行 20 周年記念献立 ～友好都市①千葉県香取市・台湾桃園市～
献立：金芽米ご飯、牛乳、ルーローハンの具（台湾）、さつま芋サラダ（香取市）、
香取の具沢山汁（香取市）、パインアップル（台湾）
Aブロック：7月15日（水） Bブロック：7月16日（木）

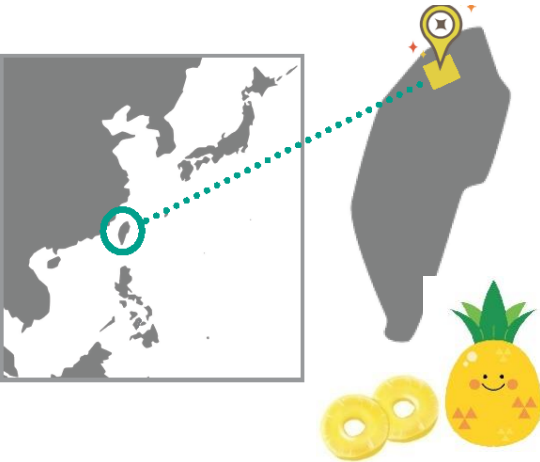
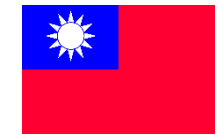
7月のテーマは友好都市。
現在つくばみらい市では、国内外4都市と友好都市協定を結んでいます。今月は
その中から千葉県香取市と台湾桃園市の特集です。
香取市の給食で人気の「さつま芋サラダ」や台湾で親しまれている「ルーローハ
ン」など、他にも香取市と台湾が盛りだくさんの献立です。

《国内の友好都市① 千葉県香取市》

平成 30 年 1 月 19 日に友好都市協定を締結しました。
香取市は千葉県の北東部にあり、茨城県と接しています。東京から約 70km、
成田空港から約 15km の場所に位置しています。利根川周辺の自然景観や、東
国三社の一つである香取神宮、さらに日本で初めて正確な地図を作成した伊能
忠敬の旧宅（国史跡）などがあり、自然・歴史・文化に恵まれた地域です。ま
た、古くから米づくりが盛んな地域としても知られています。
香取市とつくばみらい市は、日本で初めて実測による地図作成に関わった伊能
忠敬と間宮林蔵にゆかりのある土地です。伊能忠敬は全国を 10 回にわたって
測量し、間宮林蔵は北海道の測量を担当するなど、2 人は協力して地図作りに
貢献しました。その成果が「大日本沿海輿地全図」です。
こうした歴史的なつながりから、平成 28 年に交流協定を結び、さらに平成
30 年、伊能忠敬没後 200 年という節目の年に、教育・文化・産業など幅広い
分野での交流を深めることを目的として、友好都市関係を結びました。



《国外の友好都市① 台湾桃園市》



令和 6 年 10 月 23 日に友好都市協定を締結しました。
桃園市は台湾の北西部にあり、北西から東南に伸びる細長い
地形をしています。人口増加率が非常に高く、また台湾で最
も平均年齢が若い、活気のある市です。
《気候》
温暖湿潤気候に属しており、一年を通じて温暖で湿度が高い
のが特徴です。日本のような四季がありますが、冬は比較的
穏やかで、夏は非常に蒸し暑いです。
《人口》
約 235 万人（2025 年 9 月末時点）
つくばみらい市（約 5 万人）のなんと約 46 倍！
《面積》
約 1220 km²
つくばみらい市（約 79 km²）の約 15 倍
《特産品》
お米やお茶など。中でもお米は「桃園米」と呼ばれていて、
台湾を代表する高級ブランド米として知られています。

友好都市って何！？

友好都市とは、文化交流や親善を目的に、お互いの都市
が「友達」として結びつき、交流を深める関係のことで
す。香取市とは、歴史・文化・
スポーツの交流、桃園市とは、農業・
文化などの交流をしています。



香取市のマッシュルームびっくり話！！
香取市はマッシュルームの生産量が日本一！
あの小さくてころんとしたきのこが香取市の自慢
のスターなんです。しかも香取市のマッシュルーム
は、有機培地と地下水で育てられ、うまみがざ
っしり。旨味成分である「グルタミン酸」は、生
しいだけの約 3 倍含まれています。
記念献立の具沢山汁に入っているマッシュルーム
は香取市産です。ぜひ味わってみてください。
【ギガ誕生！？】
1 万個に 1 個程度ギガマッシュルームができるそ
うです。普通サイズのマッシュルームの直径が
3 cm だとするとギガサイズは直径 13 cm と 4
倍以上！重さは、まれに 1 kg 以上になる場合
も！

香取市と桃園市どっちかな！？クイズ！

答えは左下にあるよ

- 問題 1 国際空港があるのは香取市、桃園市どっち？
- 問題 2 8 月に花火大会が行われるのは香取市、桃園市どっち？（写真①）
- 問題 3 ②の写真でみらいりんぞうと写っているキャラクターは香取市、桃園市どっち？
- 問題 4 2025 年にランタンフェスティバルが行われたのは香取市、桃園市どっち？
（写真③、2025 年のランタンフェスティバルの様子。）
- 問題 5 お米・マッシュルーム・さつまいもが特産品なのは香取市、桃園市どっち？

①



②



③



台湾料理～ルーローハン～

ルーローハンは、台湾でとても親しまれているご飯料理
です。白いご飯の上に、甘辛く煮込んだ豚肉をのせて食
べ、八角などのスパイスで香りづけされることもありま
す。
台湾では、ルーローハンは庶民料理や郷土料理としても
広く愛されていて、屋台や食堂でもよく見られる定番の
味です。日本では一杯の丼ものとして食べられることが
多いですが、台湾ではお茶碗サイズで出され、ほかのお
かずやスープと一緒に食べる人が多いそうです。

ルーローハンのレシピはこちら ⇒



答え：1 桃園市（台湾桃園国際空港） 2 香取市（水郷おみかわ花火大会）
3 桃園市（右：桃子ちゃん、左：園ん） 4 桃園市 5 香取市