

もぐもぐだより

～給食・食育だより～

令和5年11月1日
足立区立栗島中学校
校長 豊崎 努
栄養士 有賀理美

11月号

11月28日は...「小松菜一斉給食！」

今年度も小松菜一斉給食を実施します！この取り組みは、子供たちが食環境や農業への理解を深めるきっかけとなることを願って行われていて、中学生は1人50gの小松菜がJA東京スマイルより無償で提供されます。28日の小松菜一斉給食では、小松菜をたっぷり使った“小松菜入りジャンボ揚げ餃子”と“小松菜のチョレギサラダ”を作ります！この小松菜一斉給食に先駆けて、10月に近隣校の栄養士さんと一緒に、小松菜農家の鴨下農園さんに見学とお話を聞きに行ってきました！

《小松菜農家“鴨下農園”に行ってきました》



鴨下農園さんは足立区平野にある給食専門の小松菜農家さんで、栗島中の給食で使っている小松菜も作ってくれています。たくさん的小松菜を鴨下さんと息子さんの2人で育てています！

小松菜は種を撒いてから夏は7週間、冬は8週間から9週間で収穫されます。農園にはビニールハウスが4つあり、種を撒く時期を2週間ずつずらすことで、いつでも新鮮な小松菜が出荷できるように工夫されていました！

1年中穫れる小松菜ですが、もとは冬が旬の野菜。これからが小松菜の美味しい時期だそうです！



～種まきから3日～



～種まきから2週間～



～収穫時の小松菜～



青々とした小松菜が一面に！



小松菜の収穫にチャレンジ！根ごと引き抜いて土を落とし、根を切り落としたあと、外側の葉っぱを取り除きます。鴨下さんは慣れた手つきで5～6株程度まとめて袋に入れていましたが、やってみると茎が折れないように包装するのが難しかったです！

おいしい“小松菜”のヒミツを探れ！

・小松菜農家・鴨下さんへインタビュー・

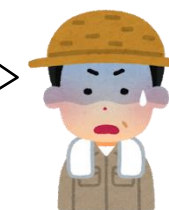


質問1：小松菜づくりでこだわっていることはなんですか？



農薬の使用はなるべく少なくしています。他の農家さんの1/5くらいの量しか使っていません。どの時期に農薬を使うかあらかじめ決めるのではなく、畑の状況を見て、最低限の農薬を必要な時期に使うようにしています。農薬を使うタイミングや量を見極めるのは、長年畑をよく見てきたからこそその勘です。

質問2：小松菜農家をやっていて大変なことはなんですか？



1番大変なのは夏の暑さです。ビニールハウスの中には日よけのネットもありますが、それでも暑いんです。小松菜はもともと冬の野菜なので、暑過ぎると生育に影響が出ます。今年の夏は種を撒いても芽が出ないことがありました。

質問3：小松菜の種は100種類以上あるそうですが、鴨下農園さんではどの種を使っていますか？



鴨下農園では春・夏・秋冬で使う種を変えています。育てているのは、春：春のセンバツ 夏：夏の甲子園 秋・冬：秋冬のエース という野球にちなんだ名前のもので、種屋さんが野球好きなのかな…？

＜訪問した感想・栄養士 有賀＞

栄養士であっても農家さんの見学はなかなか機会がないので、今回の訪問はとても勉強になりました！種蒔きや収穫も基本的に手作業で行われており、こんなに手をかけて育てられた新鮮な小松菜を給食で使うことができるのは、本当にありがたいことです。農地が少ない東京都の中では、区内に農家さんがいること自体貴重だと思いました。栄養士としてはみんながおいしく食べてくれるように、これからも献立作りを工夫していこうと思います。

鴨下さんが心をこめて育てた小松菜です！

感謝の気持ちをもって、たくさん食べてくださいね！



こちらのQRコードから足立区の農業についての動画が視聴できます。

おらせ

栗島中のホームページでは毎日、給食や調理の様子、使用食材の産地を掲載しています！お子さんがどんな給食を食べているのか、その給食がどのように作られているのかぜひご覧になってみてください。