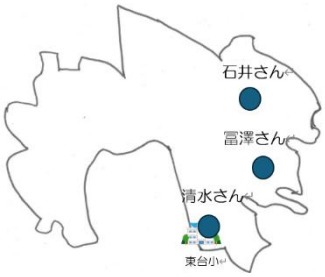
11月 食育だより

令和８年１０月３０日

鷹南学園三鷹市立東台小学校
校長　上原　義人
栄養士　三上　桃子

三鷹のおいしい野菜が給食に



三鷹市では農家さん・ＪＡの協力の元、市内で獲れた野菜を給食に納めていただいています。多くの農家さんが少量多品目で野菜を育てていらっしゃいますが、給食では決まった種類の野菜を大量に長期間使います。また、野菜の規格も一般に出回るものとは異なります。そのため、給食用に野菜を育てるとなると作付けを変える必要があります。10月に、協力していただいている農家さんの畑を一部見学させていただくことができました。

○石井　健さん



三鷹市の牟礼に畑がある石井さん。１学期はじゃがいも、キャベツを納めていただいていました。今の時期は給食用にブロッコリーを育てているそうです。7月半ばから始め、11月から給食に納めていただける予定です。ご自身が三鷹で育ち、三鷹市の子どもたちに育てた野菜を食べてもらいたいという思いで、給食用に野菜を育ててくださっているとのことでした。



○冨澤　昌人さん



北野小学校の近くに畑がある冨澤さん。これから獲れるにんじんや小松菜などの畑を見学させていただきました。UVライトを出す装置で虫をひきつけたり、粘着性のあるテープで虫をからめとったり、農薬を減らして虫の被害を防ぐ工夫をたくさん紹介していただきました。また、夏場はハウスの中が暑くなりすぎないよう、光を５０％カットする遮光カーテンを使ってらっしゃいます。味にこだわって野菜の品種を選んでいるそうです。



小松菜と粘着テープ

○清水　章さん、美紀さんご夫妻（写真は美紀さん）



東台小学校のすぐ近くに畑がある清水さん。ご夫婦で営農されています。夫の章さんが野菜と養鶏を担当。妻の美紀さんが果樹と養蜂を管理されています。今回は秋冬用のねぎ、ブロッコリー、里芋などの畑を見学させていただきました。今年は特にねぎが豊作とのことで、東台小学校の給食にも使わせていただけそうです。はちみつは、5箱10万匹のはちを管理されていて、多い時で200ｋｇ近くのはちみつがとれるそうです。夏のはちは１か月しか生きられないことや春と秋でははちみつの味が違うなどたくさんのお話を聞けました。



※11月から秋冬野菜が増えてくる予定です。種類も量も増え給食の献立をより豊かにしてくれます。どうぞおたのしみに。また、14日・15日に農業祭が開催されます。三鷹の農業の豊かさを感じ取れるイベントですので足を運んではいかがでしょう。

11月24日は「和食の日」　受け継ごう和食文化

「和食：日本人の伝統的な食文化」が2013年にユネスコ無形文化遺産として登録されました。和食は、料理そのものだけではなく、「自然を尊ぶ」という日本人の気質に基づいた「食」に関する「習わし」と位置づけています。この「和食文化」を長く将来にわたって伝えていくためにも私たちで守っていくことが大切です。

