

# 11月 食育便り

2022年11月発行  
伊丹市教育委員会  
中学校給食センター

木の葉が色づき、秋も深まってきました。1日の気温の変化が大きくなっていくこの時期は、体調も崩しがちです。しっかり食べ、健康を守るために必要な体力と免疫力をつけておきましょう！

## 知ってほしい！伊丹の地場産物

11月10日は市制記念日献立です。この日は伊丹市産の小松菜と、さつまいもを使用する予定にしています。今回も畑を見せてもらい、農家さんにインタビューしてきました！

### ～ さつまいも ～

#### ☆ 阪上さんにインタビュー



#### 中学生のみなさんへ

一生懸命作っているの、さつまいもに限らず、伊丹市のものを安心していっぱい食べてください。

#### ☆ 農業への思い

日本の自給率は下がっていますが、食べものは生きていくために必ず必要なものです。「食べものには力がある。」みんなのために、頑張っておいしいものを作っています！



このさつまいもは5月に植えたもの。高温障害をおこさないために、さつまいもにとってはあまり暑くない方がよいそうです。

#### ☆ おいも豆知識

さつまいもは収穫直後より、寝かせた方がだんだんおいしくなります。収穫後、4ヶ月程度までは甘くなるそうです。

#### ☆ 種類

紅おとめ、紅あずま、シルクスイート、安納芋  
給食でもこの4種類のさつまいもを使用します！

一部のさつまいもは、干し芋に加工し、12月ごろからスマイル阪神などで販売しています。



### ～ 小松菜 ～

#### ☆ 辻さんにインタビュー



辻さんが作った野菜は、コープやイオン、イズミヤなどで買うことができます！

#### ☆ ビニールハウス

ビニールハウスでは年間を通して様々な野菜が育てられています。小松菜の他に、トマトや春菊、水菜も作っています。



土作りも大切な仕事です。土を柔らかくするために、もみ殻を混ぜたりしています。

#### ☆ おいしい小松菜の選びかた

葉がしなびておらず、ハリとツヤがあるものが新鮮でおいしい小松菜です。

#### 中学生のみなさんへ

伊丹の野菜を知って、そして食べて、農業を身近に感じてください。大きくなっても伊丹の野菜を食べてね。

#### ☆ 農家になった理由は？

27歳の時に、家業を継ぎました。一から農業を始めるのは大変だと思いますが、農業ができる環境があり、いいかなと思ったからです。

#### ☆ 仕事のやりがいは？

ゼロから物を作るところです。手間をかければ、それだけおいしくなり、結果につながって見えるところがやりがいです。また、お客さんから直接「おいしかったよ！」の声が聞けると、励みになります。



ここから30日程度で、出荷できる大きさの小松菜になります。

## 地産地消を考えよう

「地産地消」という言葉を知っていますか？ 地域で生産された農林水産物（地場産物）を地域で消費する取り組みのことで、食料自給率の向上をはじめ、地域活性化や、環境保護への貢献など、さまざまな効果が期待できます。

伊丹市には、みなさんに「おいしいものを食べてもらいたい」と、熱い気持ちをもった農家さんがたくさんいます。心をこめて大切に育てられた食べものが伊丹市にあることは、とても誇らしいことだと思います。給食でも伊丹市の地場産物を使った献立を11月10日に提供予定です。自分が住んでいる地域にどんな地場産物があるかを知り、そして食べて、地産地消について考えてみましょう。

