



八潮市では、地元食材を学校給食に取り入れる取り組みを積極的に行っています。今年度は、小松菜、大根、長ねぎ、小松菜パウダーを学校給食に使っています。11月には、地場産活用強化ウィークや埼玉県の郷土料理を取り入れるなど、八潮市産と埼玉県産の食材を多く使用しました。今後も八潮市の農家と市内小中学校、地域が食を通してつながる給食づくりを行っていきます。

## 八潮市で小松菜を作っている農家さんを訪ねました！



### 小松菜作りの流れについて

1. 土づくり もみ殻などを使い小松菜を作るのに適した土壌に整えます。
2. 種まき 時期をずらし、年に数回種まきを行っています。
3. 灌水<sup>かんすい</sup> ビニールハウスの両側にある灌水チューブを使って水やりを行っています。
4. 収穫 種まきから約60日で収穫できるようになります。

### 小松菜作りで大変なことは何ですか？

夏の暑い時期の小松菜の品質を保つことです。気温が高いと、種をまいても小松菜が生えてこないことがあります。また、虫が多くなり小松菜が虫に食べられてしまうことです。

### 小松菜作りで工夫していることは何ですか？

化学肥料よりも有機肥料を多く使うことです。食べておいしいと思ってもらえるような小松菜作りを行っています。

### 小松菜作りの魅力は何ですか？

1年間に何度も収穫できることです。今年で小松菜作りを始めて25年になりますが、よい小松菜ができるように1回1回の小松菜作りを大切にしています。

### 小松菜農家三ヶ島さんからのメッセージ

地元八潮市の小松菜をたくさん食べてほしいです。地元で収穫された鮮度のよい野菜が一番おいしいです。八潮市の小松菜を大好きになってもらえるように、皆さんにおいしい小松菜を届けます。



三ヶ島さんの小松菜は特別栽培農産物に埼玉県から認証されています



### 特別栽培農産物ってなに？

農林水産省の「特別栽培農産物に係る表示ガイドライン」に基づいて化学肥料などを、通常使用している量の5割以下に減らして栽培された農産物をいいます。

## 給食で使う地場産野菜は、八潮市ふれあい農産物直売所から納品しています

朝の8時頃に地元の農家さんから八潮市ふれあい農産物直売所に新鮮な農産物が納品されます。今の時期は、小松菜をはじめとし、天王寺かぶやブロッコリーなど新鮮な野菜が店頭に並んでいます。給食で使う地場産野菜は様々な農家さんから納品しています。

### 八潮市ふれあい農産物直売所 緑川店長さんからメッセージ

八潮の野菜がおいしかったと言ってもらえるときがやりがいを感じます。八潮の野菜は皆さんが思っている以上に新鮮でおいしく、栄養満点です。八潮の人達で、八潮の野菜を食べることは、皆さん、生産者、八潮市にとっても良いことです。ぜひ買い物に出かけた際は八潮の野菜を選んで食べてください。



店長の緑川さんが納品している様子

## フードマイルージが高い日本

フードマイルージとは、食料輸送に伴う環境への影響を示す指数です。食料の輸送量に輸送距離をかけ合わせることで算出できます。また、その数値に二酸化炭素排出係数をかけると、輸送にともなう二酸化炭素排出量を推計できます。日本は大量の輸入食品を長距離輸送しているため、二酸化炭素を排出する量も多くなっています。環境負荷を少なくするためには、近くでとれたものを食べる地産地消が重要です。

## 地場産野菜を使った学校給食

八潮市産の小松菜は緑色がきれいで歯ごたえがあります。

【12月15日(金)献立】  
ごはん・ぶりの照り焼き・肉じゃが  
チキンナゲット・地場産小松菜入りけんちん汁



栄養価【エネルギー928kcal、たんぱく質39.4g】

### 【作り方】

- ① 小松菜は2cmの長さに切り、大根はいちょう切り、にんじんもいちょう切りにする。ごぼうは皮をこそぎ落し小口切りにし、水にさらしておく。油揚げは油抜きをし、短冊切りにする。
- ② 鍋に油を入れ中火で熱し、大根、にんじん、ごぼうを入れて油がまわるまで炒める。少し火が通ったら、油揚げを加えさらに炒める。
- ③ ②にだし汁とAを加え中火で5分程煮る。
- ④ 小松菜を加えてさっと煮たら完成。

### 給食レシピ紹介

#### ～地場産小松菜入りけんちん汁～

【材料4人分】

- ・小松菜 1株
- ・大根 1/8本
- ・にんじん 1/4本
- ・油揚げ 1/2枚
- ・ごぼう 5cm
- ・油 少々
- ・だし汁 800ml
- ・しょうゆ 大さじ1
- ・みりん 大さじ1
- ・塩 小さじ1/2