



# 我孫子市 食育だより



～おいしく楽しく食事をしよう！～

公立保育園でも始まりました！

## 生産者から学び 食への興味・関心を高める取り組み



保育園では、豊かな食の体験を積み重ねて「楽しく食べる子ども」（「食からはじまる健やかガイド」（厚生労働省）より）に成長できるように、家庭と保育士、給食室で連携をとりながら、協力して取り組んでいます。

公立保育園でも、日々の保育の中で「食べる楽しみを知り、なんでも食べられる子ども」に成長していくことを期待し、年齢に合わせた食育活動を行っています。

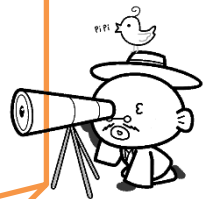
今まで行っていた栽培活動や調理体験、お手伝い活動に加え、昨年度より生産者の方から学び、食への興味・関心を高める取り組みを始めています。天候や収穫具合にもよりますが、今年度より全ての園で生産者の方から学ぶ取り組みを行う予定です。

見学に行ってきたうなあ～！

寿保育園での活動風景をウォッチ！！

## 空を向いてた“ソラマメ”が 下を向いたら食べ時だっっ！

↑この意味を知りたい人は、裏面をチェ~~~~ック！！



生産者の方が朝5時に起きて採ってくれたソラマメ！

新鮮だから、なかなか<sup>さや</sup>鞘が破れないという嬉しいアクシデントがありました！



## みんなで質問タイム



農業改良普及指導員の酒井さんに色々教えていただきました！

### Q：どうやって できるんですか？

A：<sup>さや</sup>鞘の中にある豆を乾燥させて貯蔵し、畑に植えるよ。秋に植えて6月頃に食べられるようになるよ。

### Q：どうして「ソラマメ」なの？

A：空を向いて育つから「ソラマメ」と呼ぶよ。（諸説あります）下を向いたら食べられるようになった証拠！ハサミで<sup>さや</sup>鞘ごと切りましょう。

### Q：ソラマメの美味しい食べ方は？

A：ゆでたり、<sup>さや</sup>鞘ごと網で焼いたり色々あるよ。塩味とも相性がいいね。収穫して3日で味が落ちてしまうので新鮮なものがオススメだよ！

### Q：どうしてソラマメは緑なんですか？

A：今日の豆は緑色だけど、赤色のソラマメもあるんだよ！

その他にも色々な質問が出ていました！

今回ソラマメの木をご提供いただいた中里の中野富士子さん、ありがとうございました！

保育園児や小学生のように生産者の方から教わりたい方には、市内で定期的に行われる生産者の方と交流しながら学べる収穫体験イベントがオススメです。（下記参照）



## 大人も子どもも楽しめます！

## 農家と市民の交流イベント「採って食べよう 夏野菜！」

今年も、あびこ型「地産地消」推進協議会による農家と市民の交流イベント「採って食べよう 夏野菜！」が開催されます。

農家さんの畑で“きゅうり”や“じゃがいも”などの収穫や特製の夏野菜カレーを食べます。大空の下、専門家のアドバイスを受け楽しく収穫体験し、おいしく野菜を食べましょう。昨年度の様子→



夏だけでなく、冬にも定期的にイベントをやっているうなあ〜



### 「採って食べよう 夏野菜！」

日 時：7月20日（土）10時～13時（雨天翌日順延）

場 所：高木博之農園（我孫子市新木 1434）

先 着：30人（要申込） 費用：300円（未就学児無料）

持ち物：長靴、軍手、タオル、帽子、飲み物、敷物、お椀、箸、スプーン

連絡先：あびこ型「地産地消」推進協議会

☎04-7128-7770（祝日を除く（月）・（火）・（木）9時～17時）

メールアドレス：info@abiko-chisan.com

【広報あびこ 6/16号から募集を開始していますので、すでに定員に達している場合があります。】

＜食育だよりに関する問い合わせ＞我孫子市健康づくり支援課 電話 04 (7185) 1126