

# 11月食育だより

## 給食を通して地産地消の良さを知ろう!

地産地消とは、地域で生産された農林水産物を、その地域で消費する取り組みです。学校給食では、地域でとれた「地場産物」を活用することで、地域の産業や食文化への理解を深め、地域への愛着を育むとともに、環境問題や食料自給率といった課題について目を向ける機会にしたいと考えています。

### 地産地消の良さとは？

新鮮な旬の味覚を  
味わうことができる

作っている人の顔が  
わかり、安心感が  
得られる

地域内で資金が還元  
され、地域経済の  
活性化につながる

農業が活性化する  
ことで農地が保全され、  
景観の維持や洪水の  
防止につながる

運ぶ距離が短くなり、  
エネルギーやCO2排出量  
が削減でき、環境に優しい

SDGs (持続可能な  
開発目標) の達成に  
貢献できる

### 学校給食に地場産物を活用する効果

地域の産業や食文化への  
理解を深めることが  
できる



食料の生産、流通に関わる人  
びとに対する感謝の気持ちを  
育むことができる



学校と地域との連携・協力  
関係を構築することが  
できる



# 参月の食べ物～さつまいも

たかなべ  
高鍋でつれた おいもだよ

さつまいもは、大きくなった根の部分を食べます。

「甘藷」、「唐芋」ともよばれ、中央アメリカ原産ですが、今では世界中の生産量の約90%はアジアで作られています。

日本には中国を経由して伝わってきました。最初は1600年頃、琉球（今の沖縄県）に伝わったとされています。その後100年近く経ってから種子島に伝わり、1700年初めに薩摩藩（今の鹿児島県）が栽培を始めるようになりました。九州各地では中国から伝わってきた芋ということで、「唐芋」とよばれるようになりました。

1732年、西日本で大きなききんが起り、たくさんの方が飢えで苦しみました。そんな中、高温や乾燥に強く、荒地でも育つじょうぶなさつまいもが注目され、江戸幕府の目にとまり、江戸にも広まりました。それで、関東では薩摩藩から伝わった芋なので、「薩摩芋」とよばれるようになったそうです。

8月ごろから収穫が始まり、11月くらいまで収穫されます。採れたてよりも、2～3ヶ月貯蔵して余分な水分を逃がしてからの方が、甘みが増しておいしいおいもになるそうです。かぜの予防や疲労回復に効果があるビタミンCや食物せんい、塩分を体内から出してくれるカリウムなどの栄養が豊富です。また、アントシアニンを含む紫色の品種や、カロテンを含むオレンジ色の品種などカラフルな品種もあります。

さつまいもは、ゆっくり加熱することで「アミラーゼ」という酵素が働き甘くなります。じっくり蒸したり、オーブンで焼いたりするといいですね。

（参考：JAグループ「とれたて百科」）

## たかなべちようやくば のうぎようせいさくか 高鍋町役場 農業政策課 からみなさんへ

10月おわりから11月の給食に出ているさつまいもは、高鍋町役場農業政策課が、高鍋町の農家さん（小原農園さん）と一緒に、有機農業で育てました。

高鍋町みどりの少年団も協力してくれて、5月にいもの苗を植えたり、9月に芋ほりをしたりしました。

「有機農業」とは、化学肥料や農薬を使わない、自然の恵みを生かして栽培する環境にやさしい農業のことです。高鍋町では、有機農業に取り組む農家さんを応援しています。

今回の品種は、「べにはるか」という甘くておいしいさつまいもです。

たくさん食べてもらえるとうれしいです。



### ◎ 保護者の方へ

お子様が給食当番のときは、マスクとハンカチを忘れずに持たせてください。  
よろしく願いいたします。