

# 9月 二戸食だより

◆～毎月19日(食育の日)から1週間は、「二戸食週間」、  
毎月25日は「二戸食の日」です～

二戸市学校給食センター  
給食だより

9月に入り、朝夕過ごしやすいい日が増えてきました。  
一日の気温差が大きい季節でもあります。充実した2学期を送ることができるよう、  
生活リズムを整えて元気に過ごしたいですね。  
9月1日は、防災の日です。家庭にある備蓄品や非常食の確認をする機会としま  
しょう。

## 給食で使われている 二戸の地場産物を知ろう!

二戸では米や雑穀、肉や野菜など様々な種類の農畜作物が生産されています。二戸  
市学校給食センターでは、地元の食材を地元で消費しようという「地産地消」の取り  
組みが行われています。生産者のみなさんにご協力をいただき、年間を通してお米や  
雑穀、肉類や旬の野菜、果物など約25種類ほどの地場産物が使われています。



～お知らせ～ 過日配布しました「二戸地区食育だより」に誤りがありました。指導前後の児童生徒の比較(3)地域でとれた食材を使うことの大切さがわかる中学生の割合が「10.2%」となるべきところを「19.7%」と誤植されておりました。お詫びして訂正させていただきます。

# おいしい二戸食 いただきます!!

第2回 ～ 雑穀編 ～

『おいしい二戸食いただきます!!』は、給食に登場する二戸市のおいしい地場産物と、その生産者の方々を紹介するコーナーです。今回は、二戸高原牧場の上野剛司さんに取材をしました。



二戸高原牧場 上野 剛司 さん

農場を見学した7月。空に向かい、青々とまっすぐ伸びる雑穀には、爽やかな風がそよいでいました。大変な作業となる雑草に手を伸ばし、「全ての雑草には名前があるそうですよ。」と微笑みながら農場を見渡す、その優しいまなざしが印象的でした。農薬を使わず、この土地の気候風土にあう作物を作り続ける上野さんの雑穀栽培への熱意を感じた瞬間でもありました。

### Q 雑穀栽培の流れを教えてください。

4月～5月に、土を掘り返し、肥料を入れる「土作り」をします。5月下旬に種をまき、6月から8月にかけては、除草を行います。9月から収穫期に入り、10月にかけて乾燥を行います。

### Q 二戸高原農場さんの雑穀栽培の特徴を教えてください。

農薬を使わずに栽培しています。広い農場での作業をより効率的に行うために大型機械を積極的に導入しています。

### Q 栽培している雑穀の種類とそれぞれの生産量について教えてください。

4種類の雑穀、あわ、いなぎび、ひえ、たかきびを生産しています。最も収穫量が多いのがあわで4,000kg、次いでいなぎびとたかきびが各1,500kg、ひえが700kgです。

### Q 雑穀を作る上での苦労や喜びを教えてください。

手間がかかる分、順調に生育し秋に大きな穂をつけた時に喜びを感じます。雑穀栽培は、除草が一番手間がかかり、そして大切な作業です。

### Q おすすめの食べ方、料理がありましたら教えてください。

雑穀ごはんが手軽でおいしい食べ方だと思います。ふかしてお餅のように食べるのもおすすめです。

### 給食を食べている子ども達へ、メッセージをお願いします。

昔、二戸は米がとれない飢饉の年があり、その時に食べられていたのが雑穀です。私たちの先人の命を救ってくれた雑穀をがんばって生産するので残さず大切に食べて下さいね。栄養満点ですよ。

