

# ふるさとくま(熊)さん(産)デー



令和5年11月20日(月)  
山都町内小・中学校  
山都町学校給食会

## 【本日のメニュー】

ごはん  
秋のいろどり炒め  
のっぺい汁  
おかかあえ  
牛乳



こんげつ しょうかいしょくざい

## 今月の紹介食材は



### 「さつまいも」と「にんじん」です。

※「さつまいも」は、秋のいろどり炒め、  
「にんじん」は、のっぺい汁とおかかあえに使っています。

本日の山都町産

こめ、さつまいも  
にんじん、生しいたけ  
さといも、れんこん  
白ねぎ、ほうれん草

## さつまいも



生産者は矢部地区麻山の  
原田 孝二さんです。

## にんじん



生産者は矢部地区長田の  
西山 幸司さん・典江さんです。

### 栽培方法は？

苗を2月からハウスで育て、  
5月上旬に黒マルチをはった  
土に植え付けます。肥料はあま  
り入れず、堆肥を少し入れま  
す。イノシシ対策のため、ワイ  
ヤーメッシュと電柵を設置しま  
す。シカの対策も必要になって  
きました。



原田さんより

大変なことは、雑草対策で  
す。また、イノシシ・シカ  
対策に頭を痛めています。

### 栽培方法は？

6月に畑に太陽熱マル  
チをして肥料をあげま  
す。8月に種まき、マル  
チはぎ、9月に追肥をし  
て土寄せ、10月下旬に  
収穫です。



西山さんより

種まきをして、芽が出るまで  
の水やり、間引きが大切です。  
にんじんの肩の部分が緑色に  
ならないように土寄せします。  
夏の暑いなかでの草取りが大変です。

さつまいもを作って2年になります。おいしいものを作るためにはどうしたら一番良  
か、作ってもおいしくなかったら皆さんに食べてもらえないので、皆さんがもっと食べた  
いと思うものを作ります。安心して食べられるもの、そして皆さんの体をつくっていくも  
のなので、心を込めて作っていきます。

にんじんを作って17年になります。にんじんには、抗酸化作用のあるベータカ  
ロテンやビタミンCが含まれているので、目や皮ふのねん膜を健康にたもつ働き  
があります。にんじんが苦手なあなた、少しでも食べてみましょう。