

じ ぼ さんぶつ 地場産物だより ~ほうれん草~

メイドイン みやこ プロジェクト

2014年3月 NO.3 みやこ町学校給食小委員会



メイドインみやこプロジェクト

このプロジェクトは、みやこ町内で作られたおいしい野菜をみなさんに食べてもらおうとする取組です。みなさんがいつも見ている畑でとれた野菜かもしれませんよ～！！

げんのうやくげんか がくひりょうさいばい

減農薬減化学肥料栽培をしています！

「ほうれん草」は強い雨が降ると、土の中の水分が多くなったり、葉が泥で汚れることで、病気が発生しやすくなります。それを防ぐために雨よけハウスでの栽培を行っています。病気の発生を抑えることができます。で、農薬を減らした栽培ができます。また、紫外線フィルムで覆ったり、防虫ネットを使用したりして、虫がハウスに入っていないようにしています。

土づくり

たい肥(牛ふん)を十分混ぜて、栄養のある土をつくっています。よい土をつくと「ほうれん草」が病気になりにくく、元気に育ちます。

旬の味

「ほうれん草」は、緑黄色野菜の代表格です。鉄、カロテン、ビタミンB₁、B₂、Cは、野菜の中でトップクラスであり、栄養の宝庫です。「ほうれん草」に含まれるビタミンCは、夏場より旬の冬の方が3～6倍多いといわれています。

今回は、3月に給食用の「ほうれん草」を届けていただいている生産者の尾島さんにお話をうかがいました。

あまくて、やわらかく、病気に強い『サッチャー』という品種です。

去年の10～11月に種をまいた「ほうれん草」を、今月(3月)収穫しています。

生産者：勝山の尾島 博 さん

種

尾島さんは栽培方法にこだわっています。まず、ペーパーポット

(特殊加工した紙で作られた小さな鉢)に種をまきます。そしてよく育った同じ高さの苗だけを選んで畑に植え替えます。とても手間がかかる栽培方法ですが、元気な「ほうれん草」が育つそうです。

植える時期によって「ほうれん草」と「ほうれん草」の間隔(間の長さ)をかえています。

