

小学校

地産地消について知ろう！

〇〇小学校

〇 地産地消ってなんだろう

地域で育てられた野菜などの農産物を、そこで暮らす地元の人たちで消費することを「地産地消」といいます。

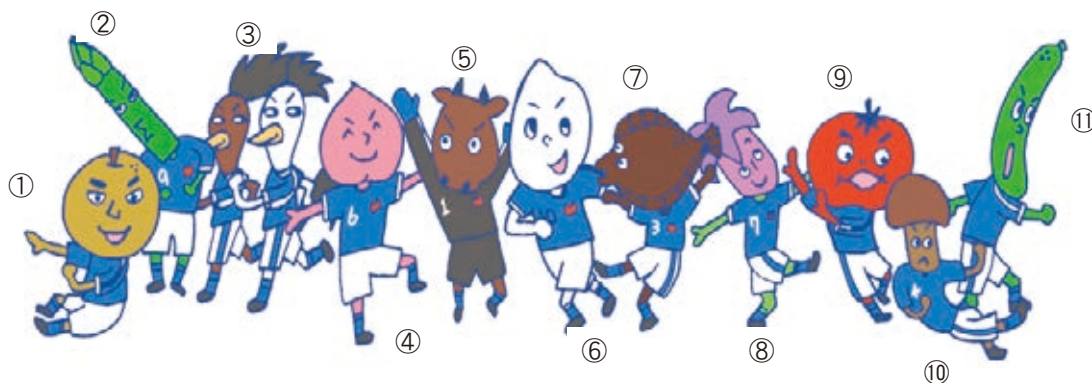


〇 どんないいことがあるの？



- 〇 新鮮な食べ物が手に入ります。
- 〇 農家さんや漁師さんなどの顔が見えやすく、安心して安全な食材を選ぶことができます。
- 〇 地域の食文化を守ることができます。
- 〇 フード・マイレージの数値が低くなります。(輸送にともなう二酸化炭素などの量が減ります。)

〇 クイズ！福島県で特に生産量が多い食材11種類を下から選んで答えよう！



ここから選んでね。・ なめこ ・ きゅうり ・ 福島牛 ・ 川俣シャモ・会津地鶏 ・ 日本なし ・ トマト
・ りんどう ・ アスパラガス ・ もも ・ ヒラメ ・ 米

答え・・・① 日本なし ② アスパラガス ③ 川俣シャモ・会津地鶏 ④ もも ⑤ 福島牛 ⑥ 米 ⑦ ヒラメ ⑧ りんどう
⑨ トマト ⑩ なめこ ⑪ きゅうり

〈出典:「ふくしまイレブンキャラクター」全国農業協同組合連合会福島県管理部企画課〉

○ 福島県にはどんな食材ができるの？

福島県の3つの地域にはそれぞれの特色があります。

「浜通り」は年間を通じて過ごしやすい気候が特徴です。さまざまな海の幸を楽しむことができます。

「中通り」は気候と風土を生かした野菜や果物づくりが盛んです。特に「もも」「なし」などがあります。

「会津」は山々からの清らかな水にめぐまれ、上質な「米」が作られています。その一部をご紹介します。



「会津」の米

豊かな風土で育った県産米は、食味でも高い評価を受けています。作付けの中心は「コシヒカリ」と「ひとめぼれ」で、県オリジナル品種「天のつづ」も生産しています。



「中通り」のもも

全国生産の20%を占める福島県の桃。特に「あかつき」は献上桃としても有名です。



「浜通り」のヒラメ

福島県は全国でも有数のヒラメ産地です。黒潮と親潮の混ざり合う栄養豊かな海で育まれたヒラメは食味に優れています。

ふくしま産地マップ



「会津」の会津地鶏

適度な歯ごたえとコク、うま味をもつ肉質が特徴です。もともと観賞用の鶏として飼われていました。羽は彼岸獅子のかざりとして使われています。



「中通り」のなめこ

なめこの栽培は、原木と菌床栽培があります。原木栽培は10月から11月が旬です。菌床栽培は福島県で始められました。一年中手軽に楽しむことができます。全国4位の生産量があります。



「浜通り」の日本なし

日照時間が長く、水はけのよい傾斜地で栽培されているいわき市の梨は「サンシャインいわき梨」とよばれています。甘みが豊かでみずみずしい味の特徴です。

〈出典:「ふくしまがおいしい理由(わけ)」福島県産農林水産部 農産物流通課令和2年3月〉

〈出典:「ふくしまレブンキャラクター」全国農業協同組合連合会福島県管理部企画課〉

令和〇年〇月〇日(〇)

小学校

ふくしまの地産地消

〇〇〇市立〇〇学校
栄養教諭・学校栄養職員
〇〇〇〇

1

【本日の内容】

- 1 ふくしま地産マップ
- 2 ふくしまの食材
- 3 地産地消はどうしていいの？
- 4 伝統野菜・伝統食材について



2

浜通り・中通り・会津

1 ふくしま地産マップ



〈出典:「ふくしまがおいしい理由(わけ)」福島県産農林水産部 農産物流通課令和2年3月〉

3

〇 ふくしまの食材クイズ

福島県のなかで、たくさん作られている食材は何種類でしょうか・・・？



ヒントは、サッカー選手の数です。

〈出典:「ふくしまイレブンキャラクター」全国農業協同組合連合会福島県管理部企画課〉

4

こたえは・・・ 11種類

ぼくたち、ふくしまイレブン！



〈出典:「ふくしまイレブンキャラクター」全国農業協同組合連合会福島県管理部企画課〉

5

2 食材についてくわしく知ろう！

(1) 米



豊かな風土で育った県産米は、食味でも高い評価を受けています。
作付けの中心は「コシヒカリ」と「ひとめぼれ」で、県オリジナル品種「天のつぶ」も生産しています。

〈出典:「ふくしまがおいしい理由(わけ)」福島県産農林水産部 農産物流通課令和2年3月〉

〈出典:「ふくしまイレブンキャラクター」全国農業協同組合連合会福島県管理部企画課〉

6

2 食材についてくわしく知ろう！ (2) もも



全国生産の20%を占める福島のもも。特に「あかつき」はけんじょうももとしても有名です。

〈出典：「ふくしまがおいしい理由(わけ)」福島県産農林水産部 農産物流通課令和2年3月〉
〈出典：「ふくしまイレブンキャラクター」全国農業協同組合連合会福島県管理部企画課〉

7

2 食材についてくわしく知ろう！ (3) 福島牛



美しく豊かな自然の中で、生産者の愛情をいっぱいを受けて育った福島牛は、あざやかな色合いと良質のしもふりをもつ絶品の牛肉です。



〈出典：「ふくしまがおいしい理由(わけ)」福島県産農林水産部 農産物流通課令和2年3月〉
〈出典：「ふくしまイレブンキャラクター」全国農業協同組合連合会福島県管理部企画課〉

8

2 食材についてくわしく知ろう！ (4) ヒラメ



福島県は全国でも有数のヒラメの産地。黒潮と親潮が混じり合う栄養豊かな海で育まれた県産ヒラメは食味に優れています。

〈出典：「ふくしまがおいしい理由(わけ)」福島県産農林水産部 農産物流通課令和2年3月〉
〈出典：「ふくしまイレブンキャラクター」全国農業協同組合連合会福島県管理部企画課〉

9

3 地産地消はどうしていいの？

- 「**地産地消**」とは、地元の農家さんが育てた物を地元で食べることができる。
- 新鮮な食べ物が手に入る。
- 農家さんや漁師さんなどの顔が見えやすく、**安心で安全な食材を選ぶ**ことができる。
- 地域の**食文化を守る**ことができる。
- フード・マイレージの数値が低くなり**環境にやさしい**。(輸送時にでる二酸化炭素などの量がおさえられる。)

10

4 伝統野菜・伝統食材について

- **伝統野菜**とは・・・各地区で古くから栽培されてきた、地方野菜などの食材をいいます。
- 学校給食にも活用される食材について **浜・中・会津の特色**をみてみましょう。

11

浜通りの伝統食材



おいも

見た目はふつうのじゃがいもですが、でんぷん質が多いです。芽が出にくく、長期保存に向いています。給食ではみそかんぶらなどに使用しています。ゆでるとねっとりしています。

しみもち

全県的に1月上じゅんから2月下じゅんにかけて作られます。特に浜通りの山間部では、山にぼう(オヤマボクチ)を練りにむのが特ちょうです。春の農作業の手軽なおやつとして食べられてきました。



相馬土垂
(そうまだだれ)

ねっとりとした食感の、素朴でやわらかな味わいの里いもです。昭和30年～50年代の相馬地方の一部の農家でさいばいされていました。



12

中通りの伝統食材



こい

郡山市では、安積そ水を利用して「こい」の養殖がよく行われました。全国でも有数の生産量です。給食ではから揚げにしてレモンじょうゆをかけたり、スパイスあげにして活用しています。

江戸時代初期に福島に伝わりました。立子山の農家で農かん期の副業として作られるようになりました。

しみどうふ



えごま

福島県では、田村市・大玉村・須賀川市などでもさいばいされています。和え物に混ぜたり、油をしぼったものも使われています。

〈出典:「鯉給食2020大作戦」郡山市園芸畜産振興課 令和2年〉

13

会津の伝統食材



けんじなす

南会津郡只見町布沢地区でさいばいされています。へたの部分の少し下がったところから角のようなものがでています。

会津小菊南瓜
(あいづこぎくかぼちゃ)

果肉はオレンジ色で皮が非常にかたいため保存性が高いです。水分と食物せんいが多い。整腸作用があります。



会津余蔕(あいづよまき)
きゅうり

余った時間にまくことから「余まき」といいます。一般のきゅうりのように細くなく、太いです。

〈出典:「会津伝統野菜」歴史春秋社 平出美穂子著 平成28年6月〉

14

みんなで味わおう！ おいしいふくしま！



〈出典:「ふくしまイレブンキャラクター」全国農業協同組合連合会福島県管理部企画課〉

15