



11月 給食だより



令和6年11月6日  
江戸川区立一之江第二小学校  
校長 木村 紀朗  
栄養士 井田 紗也子

今月の給食だよりは小松菜特集です。江戸川区の特産品である小松菜はどんな野菜なのか、18日(月)に予定している『小松菜一斉給食』について、また小松菜一斉給食を実施するねらいなどをお伝えしていきます。

突然ですが、3つの葉物野菜のうち、小松菜はどれでしょうか？



正解は③です。①はチンゲンサイ、②はほうれん草でした。小松菜は茎が細くほうれん草と似ていますが、根元の部分がピンク色かどうかで、見分けることができます。栄養価では、鉄分とカルシウムが多く含まれています。カルシウムにおいては、ほうれん草の約4倍の量が含まれている栄養満点の野菜です。



なぜ江戸川区は小松菜が有名なの？

小松菜がなぜ江戸川区の特産品になったのか、それは江戸時代まで遡ります。江戸川区の『小松川村』という地で収穫された菜っ葉を、調理して食べたら美味しかったことから、地名に由来して小松菜と名付けられました。そこから小松菜の栽培はどんどん広がり、現在は東京都内で1位の収穫量となっています。

江戸川区の学校給食では、献立に小松菜を積極的に取り入れ、地産地消に取り組んでいます。近隣の農家の方と契約し、毎回新鮮な小松菜を提供してくれています。また18日、19日は江戸川区全体で小松菜一斉給食が実施されます。一之江第二小学校は18日に実施予定です。この日は1人あたり30gの小松菜が無償で提供され、給食に使用されます。

11月18日(月) 小松菜一斉給食

小松菜ガーリックライス、小松菜入りポテトオムレツ  
とりささみと根菜のサラダ、小松菜とマカロニのスープ



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。** (Enjoy the fresh taste of the season.)
- 作っている人の顔がわかり、安心感がえられる。** (Know the faces of the producers, providing peace of mind.)
- 地域内で資金が還元され、地域経済の活性化につながる。** (Money circulates within the region, contributing to local economic revitalization.)
- 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。** (Revitalizing agriculture helps maintain farmland, scenery, and prevent flooding.)
- 運ぶ距離が短くなり、エネルギーやCO<sub>2</sub>排出量が削減でき、環境に優しい。** (Shorter transport distances reduce energy and CO<sub>2</sub> emissions, being environmentally friendly.)
- エスディーズ(SDGs)の達成に貢献できる。** (Contribute to achieving Sustainable Development Goals.)

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。** (Deepen understanding of local industry and food culture.)
- 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。** (Cultivate gratitude for those involved in food production and distribution.)
- 学校と地域との連携・協力関係を構築することができる。** (Build cooperation and collaboration between schools and the community.)

食品を選ぶ際は、産地や生産者を意識してみませんか？

直売所や道の駅、スーパーマーケットの地場産物コーナーなどを活用しましょう。地場産物のほか、自分が応援したい地域や被災地の産品を選ぶことは、その産地の生産者を応援することにつながります。