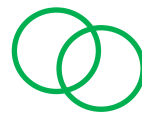


7月の地産地消食材は『きゅうり』



暑い日が続いています。水分をこまめにとって体調に気をつけて学校生活を送ってくださいね。

さて、今月の地産地消食材はみなさんの身近な野菜「きゅうり」です。きゅうりの約95%は水分であり、とてもヘルシーな食べ物です。さらには体から熱を取る効果によって、夏バテ解消にもつながるそうです。

今回は日光市の小代できゅうりを作っている小椋康雄さんにお話しを聞いてきました。

作業が始まるのは早朝の4時30分ごろから。きゅうりの生育状況を見て、余分な葉を落とす作業などを日課にしているそうです。今の時期は1日に約800本のきゅうりが収穫できるそうで、おいしいきゅうりを作るために、病気の予防と対策を徹底しているとのこと。



また、小椋さんは、「食べた方の「おいしいね」という声を聞くとうれしいし、もっといいものを作りたいという気持ちがおおきくなるね」とにこやかにおっしゃっていました。おすすめの食べ方は「塩もみきゅうり」だそうです。ぜひお試しください。



最後に給食できゅうりを食べるみなさんにメッセージをいただきました。「好き嫌いせず、いろんな野菜をたくさん食べてほしいです。」とのこと。みなさん、生産者の方が心をこめて育てた新鮮なきゅうりを味わって食べましょう！！