

9月の地産地消食材は『ナス』

朝と晩は涼しくなってきましたが、日中はまだまだ暑い日が続いています。いよいよ新学期が始まり、真っ黒に日焼けしたお友達と久しぶりに会って、楽しい学校生活を迎えているでしょうか？

今月の旬の食材は『ナス』です。ナスの約9割が水分ですが、ビタミンやミネラルなどの栄養素が多く含まれる野菜です。



高橋 重雄さん（上板橋）

今回は、上板橋でナスを作っている高橋重雄さんにお話を聞いてきました。

高橋さんは、約7アールの畑で「千両2号」という品種のナスを作っています。他にも、うどや里芋などいろんな種類の野菜を作っています。

今年は雨が降らず、水分が不足して、「ボケナス」と呼ばれるツヤのないナスができてしまっているようです。

また、ヨトウムシやカメムシといった害虫も発生していて、害虫からナスを守るのが大変だそうです。

「今年の出来はあまり良くないね。」と高橋さん。やはり、雨が全く降らないため、水分が足りないことが原因だそうです。天気が大きく左右される農業。そう簡単にはいかないものです。



しかし、日頃から手間のかかる誘引（枝を棚にそわせる）作業や剪定（余計な葉や実を取る）作業などをしっかりと行い、食べた人から「柔らかくて美味しい。」といわれるナスを作っています。高橋さんの作るナスは、大きくなっても柔らかいそうです。

最後に、みなさんに一言いただきました。「好き嫌いをしないで、野菜をたくさん食べてください。特にナスを！！」

高橋さんの作ったナスは主に東京へ出荷され、日光市内では日光ブランド情報発信センターやJA 落合直売所で買うことができます。

ナスを食べて、残暑を乗り越えましょう！！

