



がつ ちさんちしょうしょくざい 2月の地産地消食材は『ニラ』



今年の冬は暖かいと言われていましたが、気温が下がり雪も降って、冬らしい景色になりました。まだ道に雪が残っている場所や、溶けた雪が凍って滑りやすくなっている場所があるので、登下校のときなどは気を付けましょう！



今月の地産地消食材はニラです。ニラには免疫力（体に入ってきた風邪などの原因となるウイルスと闘う力）を高めるアリシンという成分が含まれています。また体の疲れをとる効果もあります。今回は、吉沢でニラを作っている福田尚徳さんにお話をきいてきました。



福田尚徳さん

計画的に安定した栽培ができるため、ニラの生産を始めたという福田さん。ニラは刈り取ったあとに、また伸びてくるので、ひとつの苗で何度も収穫ができます。

福田さんは同じ苗で6回刈り取ります。収穫の時期がずれてしまうと、病気にかかったりして商品として出荷できないので、タイミングを見極めるのが難しいようです。

最近は大雨や雪など、予想できない天気になることが多く、そのための対策や管理が大変ですと福田さんは言います。ニラを育てるビニールハウスの温度管理にも気を遣うので、何も作業をしない日はほとんどないそうです。

大変な中でも、やりがいを感じるのは「ニラを食べる人からおいしいね、と直接言ってもらえるときですね」と微笑みながら答えてくれました。



ビニールハウスの中のニラの様子



外から見たビニールハウス

ニラの収穫の時期は、作業に追われるほどの忙しさだという福田さん。それでも食べてくれる人の笑顔を思いながら一生懸命作業に取り組みます。

最後にみなさんへ一言いただきました。

「日光市で作られたニラをたくさん食べてほしいですね」

栄養満点のニラを食べて、風邪に負けずに冬を乗り切りましょう。