

パクパクだより

2006年

7月

明照保育園



7月7日は七夕です。笹に飾り付けをするご家庭も多いのではないのでしょうか？短冊に願いを込め、飾り付けをする子どもの姿はほほえましいものです。今年の七夕は好天に恵まれるといいですね。

これからの季節は暑い日が続きます。熱中症対策のためにも、お子さんにこまめな水分補給や帽子などによる暑さ対策を心がけてあげてください。普段の水分補給は、麦茶など砂糖の少ない飲み物が望ましいです。ジュースなどの糖分が多い飲み物ばかり飲んでいると食欲が無くなってしまい、夏ばての原因となります。健康管理に気をつけて、楽しい夏を過ごしましょう。

地産地消 夏・秋編

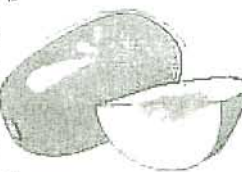
豊橋市の農業産出額は、30年以上も日本一の座を守り続けてきました。最近進んでいる市町村合併のため、日本一の座は譲る方向にありますが、日本有数の農業産地を誇っていることに変わりはありません。

ところで皆さんは「地産地消」(ちさんちしょう)という言葉を知っていますか？

「地元で生産されたものを地元で消費しましょう」という考え方です。豊橋市ではどのような作物が作られているのでしょうか？今回のパクパクだよりは、主に夏から秋にかけて豊橋で収穫される農産物を紹介します。

とうがん

夏に収穫されますが、冬の時期まで鮮度を保ち食されるので、「冬瓜」と書くようになりました



きよほう

豊橋の農家が全国に先駆けて種無し巨峰を生産することに成功しました

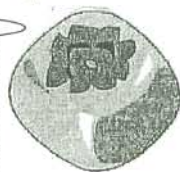


とうもろこし

ひげ(めしべ)の数だけ粒があります

かき

「次郎柿」全国一の産地です



なし

「幸水」の生産が多いです

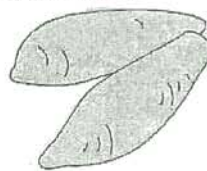
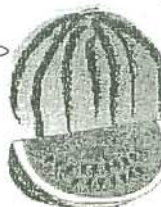


かんしょ

飯村かんしょが有名です。(さつま芋のことです)

スイカ

県下一の早出し産地です



その他、桃、ハウスみかん、メロン、イチジクなど、多くの作物が栽培されています。

「食べ物の話題」をすることも食育の一つです。地元の作物に興味を持つことで、農作物や農家の方への感謝の気持ち、旬のおいしさなどを知るきっかけになってくれるといいですね。

親子でクッキング



7がつのメニュー



とうがんとツナの煮付け

材料(4人分)と作り方

とうがん	中1/3個
ツナ缶	小1缶
にんじん	中1/3本
干し椎茸	1個
グリーンピース®	大さじ2
さとう	大さじ1/2
みりん	大さじ1/2
しょうゆ	大さじ1

1. とうがんはやや大きめに切る。にんじんは厚いちょう、干し椎茸は戻してスライスにする。(戻し汁も使う)
 2. しいたけの戻し汁、調味料、かぶる程度に水をはり、にんじん、とうがん、干し椎茸を煮る。
 3. 油を切ったツナ缶も加え、仕上げにグリーンピースを散らしたら出来上がり！！
- ※ 水溶き片栗粉でとろみをつけてもいいですよ。