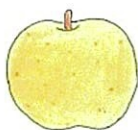


きゅうしょくだより

令和5年10月 なかのしまのぞみ保育園

旬の食材

梨



日本の梨は丸い形で、みずみずしくシャリシャリした食感なのに対し、ヨーロッパ原産の西洋梨は、上が細く、お尻が大きいひょうたんのような形で、ねっとり甘く、香りもフルーティーです。川崎では、江戸時代に大師河原周辺が長十郎の産地だったそうです。現在は、中原区、高津区、宮前区、多摩区、麻生区で栽培されています。

川崎市政が来年100周年になることを記念して特産品の「梨」を使用したおやつを取り入れました。ロールパンに手作りの梨ジャムを塗って、ジャムパンとして味わいます。

献立の紹介

- 日本各地の郷土料理を子ども向けにアレンジして取り入れました。

・鶏ちゃん(岐阜県)

鶏(けい)ちゃんとは、鶏肉とキャベツ等の野菜に、しょう油や味噌をベースにした特製のタレを絡めて炒めた料理です。下呂市を中心とする南飛騨地方や郡上市を中心とする奥美濃地方の郷土料理です。

・けんちん汁(神奈川県)

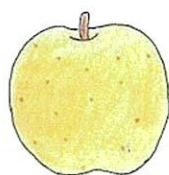
大根・人参等を油で炒めてから煮込む料理。鎌倉の建長寺で作られる建長汁が名前の由来と言われています。今月はうどんと一緒に頂きます。

- 十三夜(10月27日)の豆名月にちなんで、煮豆を取り入れました。

「かわさきぞだち」を知っていますか？

「かわさきぞだち」は川崎市内でとれた農産物の総称です。川崎市は住宅地が多いイメージですが、実はたくさんの農産物が生産されています。農地の面積を合わせると東京ドーム66個分になるそうです。大切に育てられた農産物は、畑にある個人直売所や、JAのファーマーズマーケット等で販売されています。

【ぜひ食べて欲しい「かわさきぞだち」】



多摩川梨(たまがわなし)
 ・実は品種は様々
 ・中原区～麻生区で広く栽培
 ・8～9月にとれる



禅寺丸柿(ぜんじまるがき)
 ・日本最古の幻の甘柿
 ・麻生区柿生地区で栽培
 ・9～10月にとれる



のらぼう菜(のらぼうな)
 ・川崎の誇る伝統野菜
 ・多摩区菅で主に栽培
 ・2～4月にとれる



菜果(さいか)ちゃん
 かわさきぞだちPRキャラクター



シンボルマークは、多摩川の青、大地の緑、朱色は生産者と市民が「かわさきぞだち」を育てていくことを表しています。

©かわさき地産地消費推進協議会

他にもキャベツ、大根、赤タマネギ、トマト、メロン、いちご…美味しいものたくさん！色々探してみてね～

©中本竹識

SDGsの観点からも、住んでいる地域(川崎市、神奈川県、大きくは国内)で採れたものを選ぶことが、持続可能な社会への一歩となります。このような地産地消の取組は、新鮮な食品を入手できることや配送のコストを抑えるばかりではなく、都市に農地があることで環境保全や景観の維持、次世代への教育の側面からも良いことがたくさんあります。