



みなとの
野菜大辞典
Powered by KIPP Online

真室川町食の教育大使 野菜ソムリエプロ 緒方 湊の

みなと通信

回覧

令和8年1月号
真室川町教育委員会

はじめに

こんにちは。真室川町「食の教育大使」緒方湊です。日々寒さが増し、体調を崩しやすい季節になってきました。特に中学3年生の皆さんは、体調管理に気を付けていきましょう。



再びサプライズで学校訪問

10月30日（木）、あさひ小学校で甚五右衛門芋の収穫を行い、その後、真室川小学校で子どもたちと一緒に「おいしいふるさと給食」を食べました。今回も7月に続き、サプライズでの小学校訪問でした。ただ、先にテレビカメラ（さくらんぼテレビ『News イット！やまがた』）が入っていたので、もしかすると気付いていた人もいたかもしれませんね。

当日は、山形空港上空が深い霧に包まれていました。霧が晴れるまで数十分、上空で旋回して待機しなければならなかった状態でしたが、何とか無事に着陸することができました。到着が少し遅れてしまいましたが、小学生のみなさんといろいろな活動し、楽しい時間を過ごすことができました。

次回の訪問はいつになるのか、お楽しみに！



あさひ小

真室川小

2026年は「ブロッコリー」に注目

4月からブロッコリーが「指定野菜」に追加されます。1974年のジャガイモ以来、約半世紀ぶりの品目追加とのことで話題になりました。この「指定野菜」というのは、国が国民生活に不可欠で消費量の多い野菜を指定して、より安定的に購入できるように生産者を支援する制度です。他にはキャベツ、キュウリ、ダイコン、トマト、ナス、サトイモなど14品目あります。

また、日本人の食生活や農業振興上重要と認められ、指定野菜に準ずる野菜としてカボチャ、チンゲンサイ、ゴボウなど34品目が「特定野菜」とされています。

ブロッコリーは、特定野菜から指定野菜に格上げされたのです。

ブロッコリーの豆知識

ブロッコリーは、水を張ったボウルに入れ、軸を持って振るようにして洗う「振り洗い」をすると、蕾の間にある小さな汚れを落としやすくなります。

ブロッコリーの表面は、植物自体が分泌する「ブルーム」によって守られています。ブルームとは、野菜や果実の水分蒸発を防ぎ、病気などから実を守る天然由来の成分です。

そのため、流水で直接洗っても水を弾いてしまうので、振り洗いにします。



「学習まんが 日本の歴史」などを寄贈

「学習まんが 日本の歴史」「学習まんが 世界の歴史」「学習まんが 中国の歴史」の他、日本や外国の偉人の伝記など、合計173冊を真室川小学校へ寄贈いたしました。

私自身、小学2年生の時に図書室にあった「二宮尊徳」を読み、伝記にハマりました。伝記は単なる過去の記録ではなく、その人がどのような経験をしたのか、苦労があればどう乗り越えたのかを知ることができます。現代に生きる私たちとは異なる時代、文化、背景を知ること、視野が広がります。

「身分で人生が決まる」とされていた時代に、福沢諭吉は「学べば、だれでも成長できる」と勉強の大切さを広め、日本の近代化と教育の普及に大きく貢献しました。このように、それぞれの人物がとった行動がその後の時代にどう影響したのかを考えながら読むと、さらに伝記を読むのが楽しくなりますよ。



近況

伝統の鮭料理は100種類以上もあるといわれる「鮭のまち」村上市（新潟県の北部）へ行ってきました。22種類の料理を食べましたが、食べていない料理がまだまだたくさんあるので、いずれコンプリートしたいと思います。

旅行をすると、風景や匂い、食など、時間が経っても色褪せない「記憶の資産」が増えるので、知識だけではなく実感として自分の世界の視野が広がります。「旅行で人生が豊かになる」とよく言われることですが、少しわかったような気がします。

