

特産品コラム 『湘南しらす』

しらすは、カタクチイワシ、マイワシ、ウルメイワシなどのイワシ類の子どものことで、大人のイワシと異なり、まだ色素や鱗もできていない半透明な体をしています。

神奈川県では、昔は地びき網で漁獲されていましたが、現在は主に1 そうの船による船びき網で漁獲されており、横須賀市長井から大磯町までの相模湾沿岸で約30隻が操業しています。しらす船びき網の漁場は、主に海底が砂で河川からの水が流れ込む水深5～20mの浅い海域に形成され、相模川河口周辺などが大きな漁場となっています。

漁獲されたしらすは、「生しらす」としてそのまま販売されるほか、茹で上げて天日干しした「釜揚げしらす」や「しらす干し」、さらに水気を切った「ちりめんじゃこ」、生しらすを板状に干した「たたみいわし」などに加工されます。それらのしらす加工品は「湘南しらす」として有名で、漁業者が加工から直売まで行うため品質が高く、人気があります。

《しらすちらしずし》



材料	分量は1人分	分量(g)
A	米	56
	酢	6
	砂糖	2.8
	塩	0.28
	しらす干し	20
B	にんじん(千切り)	9
	干し椎茸(千切り)	0.6
	砂糖	0.8
	しょうゆ	0.3
	酒	0.8
	塩	0.08
	さやえんどう	3.6
	ごま	1.2

作り方

- ①Aで酢飯を作る
- ②3%の塩水(分量外)を加熱して、しらす干しを茹でて冷まし、酢飯に混ぜる。
- ③にんじんと干し椎茸をBで煮て、酢飯に混ぜる。
- ④さやえんどうを塩茹でしてせん切りし、ごまと一緒に酢飯に混ぜる。 ※平成18年度に県農業振興課のモデル事業の協力校における「かながわ産品学校給食デー」で実施されたレシピです。



しらす船びき漁業操業の様子



「しらす」の名のとおり、真っ白

かながわ産品・地産地消アンテナショップサイト 『かなさんの畑』がオープンしました。

「かなさんの畑」では、「神奈川県産品の良さを知ってもらい、地産地消をすすめたい」という思いから、神奈川生まれの農林水産品や加工品を紹介・販売しています。

掲載されている県産品は54品目。それぞれの紹介ページでは、県産ならではのトピックスだけでなく、ルーツや栄養成分にも及んでいて、読み応え充分です。

県内の食に関するイベント情報やレシピも充実していて、神奈川県の食の豊かさを感じられます♪

かながわブランド振興協議会

<http://kanasan-no-hatake.jp/>



編集後記

ヘルプデスクが平成20年4月10日にスタートして、早一年がたちました。県産の野菜・果物をはじめ、水産加工品、畜産品の使用をさらに増やして献立により多く取り入れていただくために、生産状況や、入手方法に関する情報をこれからもどしどしお知らせしてまいりたいと思っています。皆さんもヘルプデスクをどんどん活用してくださいね。

2009年6月30日発行

季節のおすすめ かながわ産品

第4号



トピック かながわ産食材を活用した川崎市の学校給食

川崎市学校給食の統一献立では、神奈川県青果市場連絡会、神奈川県漁業協同組合連合会などの協力により、数々の神奈川県産の食材が取り入れられています。6月の県産食材としては、キャベツとたまねぎ、ひじきが使われました。

特にたまねぎは、小田原と川崎の卸売市場の協力のもと、今回初めて小田原産のものを取り入れることができました。6月2日には、川崎市中央卸売市場北部市場の県産野菜の担当者とともに、川崎市立土橋小学校の給食の様子を見学し、栄養士さんにお話を伺いました。



真剣に先生の話を聞きます

土橋小学校では、統一献立・自校献立ともに、地場産・県産食材を積極的に活用しています。この日は統一献立の日で、食材説明のプリントが各クラスに配られました。1年生のクラスでは、担任の先生がたまねぎ栽培の土作りについて説明しました。

たまねぎの甘味たっぷりのハヤシライスに子どもたちは大喜び。おかわりする子どももたくさんいました。

月1回の自校献立では、川崎市高津区の農家から季節の野菜や卵などを直接仕入れているそうです。農家さんから使える野菜などを教えてもらい、それに合わせて献立を作成することもあるそうです。担当の佐藤栄養士さんは、「どこの学校栄養士も地場産食材は使いたいと思っています。調達できることが分かれば、もっと使用量が増えるのではないのでしょうか。」とお話されていました。



卸売市場の庄子さん、高橋さんのお二人も、ふだん苦労して調達している県産野菜がこのようにおいしい給食になっていることが分かり、「これから頑張ります！」と言って下さいました。

【献立】赤太字は県内産

- *ハヤシライス(豚肉・**たまねぎ**、にんじん、じゃがいも、麦ごはん)
- *ポイル野菜(ホールコーン、**キャベツ**、グリーンアスパラ) *牛乳



給食時間の配布プリント

～目次～

トピック かながわ産食材を活用した川崎市の学校給食	1 P
旬のたまねぎ畑を訪問しました／平成20年度かながわ産品学校給食デー実施結果	2 P
夏～秋のかながわ産品／神奈川県産の小麦粉を使ってみませんか？	3 P
特産品コラム『湘南しらす』／編集後記	4 P

旬のたまねぎ畑を訪問しました

たまねぎは、家庭でも給食でも、一年を通して頻繁に使われる食材の一つですね。神奈川県のだまねぎは4月末～7月中旬頃まで出荷されていますが、5月～6月上旬が最盛期です。

小田原市は、県内のたまねぎの名産地として有名で、^{せいしやう}かながわ西湘農協下中地区玉葱生産部では、現在67名の生産者で約1,000 tを生産しています。

この地区のだまねぎの生産技術はとても高く、同じ面積あたりからの収量は他の地域に比べ、なんと約2倍になることも。その高い収量の秘密は、古くからたまねぎを栽培してきた熟練の技術と、良質な土。酪農がさかんなこの地区では、近隣の酪農農家からでる牛糞を使った堆肥で、たまねぎ栽培に適した良質な土づくりにこだわっているそうです。

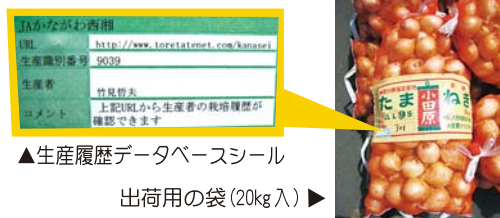
^{せいしやう}かながわ西湘農協下中地区玉葱生産部では、平成17年から生産履歴データベースシステムを導入しています。出荷用の箱やネットには出荷者の名前とデータベースのホームページアドレスが貼り付けてあります。種をまいた日、耕した回数、使った肥料や農薬など生産工程のほぼ全てを知ることができます。県の環境保全型農業推進団体にもなっています。



たまねぎの収穫作業風景
(農家 大塔さんの畑)



下中地区玉葱生産部のみなさん
(JAかながわ西湘下中集出荷場にて)



▲生産履歴データベースシール

出荷用の袋(20kg入)▶

平成20年度

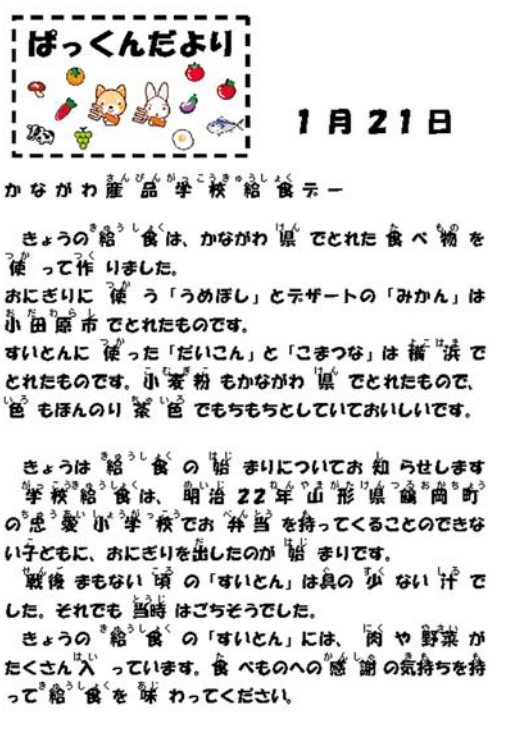
かながわ産品学校給食デー実施結果（神奈川県 農業振興課）

平成20年度は、完全給食を実施している公立の小・中学校と特別支援学校のうち、9割以上の学校で「かながわ産品学校給食デー」が実施されました。実施形態は、市町村の統一献立や学校、調理場ごとの独自献立など様々ですが、それぞれの地域で地元の特産品や県産食材を活かした多彩な献立が展開されました。

実施時期としては、6月（食育月間）、11月、1月（学校給食週間）、毎月19日の「食育の日」などで多く実施されました。県全域で多く使われた食材には、アジ、カジキ、サバ、豚肉、大根、キャベツ、小松菜、ほうれん草、みかん、キウイフルーツなどがあります。

また、平塚市「ヤーコン」、藤沢市「あいがも米」、海老名市「いちご」、大井町「ひょうたん漬け」、箱根町「わかさぎ」、横須賀三浦地域「とうがん」、西湘地域「あでん（かまぼこ）」、県北県央地域「やまと芋・卵」など、地域の特色を活かした食材も多くみられました。

子どもたちへの食育の取り組みとしては、給食だよりや校内放送、掲示・展示物、栄養士の教室巡回などにより県産食材の学習活動が行われたほか、クイズ形式で子どもの関心をひきつけたり、とうもろこしの皮むきや学校園でとれたものを使うなど、体験を組み合わせたものも多くみられました。



横浜市立小菅ヶ谷小学校で、給食デーの日に配られたプリント

夏～秋の かながわ産品

紹介した食材の入手方法につきましては、ヘルプデスクや各校納入業者様、市場等にご相談ください。

とうもろこし 鮮度の低下と共に甘みが低下するので、県内の産地では、もぎたての味をその日のうちに出荷する「朝どり」に取組んでいます。綾瀬、相模原で多く栽培されています。

きゅうり 新鮮であっさりした味わい、みずみずしい香りとパリッとした歯切れの良さが自慢です。平塚市、藤沢市など湘南地域を中心に県内で多く栽培されています。

とうがん 包丁を入れなければ冬までもつことから「冬瓜」という名前がついた夏野菜です。実の95%が水分で、スープや煮物、炒め物に適しています。三浦や横須賀が産地です。

トマト 糖度の高い「桃太郎」などの完熟系品種を中心に、川崎、藤沢、横浜で主に栽培されています。生はもちろんのこと、加熱すると酸味や甘味などの旨味がより一層増します。

なす 原産地はインド東部といわれ、神奈川県では明治初期に自給用に栽培されたのが始まりです。水分たっぷりの夏の野菜です。

えだまめ 大豆のさやが緑色のうちに収穫して食べるものを枝豆と言っています。日本の各地に地大豆があるので、枝豆もそれだけ種類があります。

じゃがいも やや粉質でほくほくとした食感でポテトサラダなどにおく「男爵（だんしゃく）」や、粘質で舌触りがよく、煮くずれしにくいのでカレーなどにおく「メークイン」を中心に県内全域の広い地域で栽培されています。

かぼちゃ 三浦半島では、栗とサツマイモを合わせたような、甘みが強くほくほくとした食感の西洋かぼちゃ「みやこ」が栽培されています。砂糖控えめのお料理で、かぼちゃ本来の味を楽しんで下さい。

スイカ 原産地はアフリカです。シルクロードを通じて中国、日本にきました。西からきたウリということで「西瓜（すいか）」と呼ばれ、三浦半島で多く栽培されています。近年は、大玉すいか以外にも、家庭用に小玉や楕円形なども栽培されておりありますが、やはり大きなすいかの方がおいしいそうです。

なし 神奈川県のなし栽培の歴史は江戸時代（1650年代）からと古く、川崎市は赤なしの代表品種「長十郎」の発祥の地としても有名です。また、現在の主要品種である幸水、豊水などは、県の旧園芸試験場で育成された「菊水」を元にした品種で、現在のなし主要品種のルーツは神奈川県にあるといえます。

神奈川県産の小麦粉を使ってみませんか？

たわわに実った薄い金色の穂が風にそよぐ様は、秋の稲刈り前の田んぼのよう。でもここは初夏の小麦畑です。5月下旬、秦野市の農家、小清水さんと伊澤さんの畑を見せていただきました。

今はちょうど収穫前、もう少しで収穫時期を迎えます。小麦は11月下旬に種をまいて6月に収穫を迎える冬作の作物です。

芽が出た後、2月頃に麦踏みをしします。せっかく出た芽を踏むなんてかわいいような気がしますが、霜にやられず丈夫に育つようにするための、大事な作業だそうです。昔は人が足で一株ずつ踏みつけていましたが、今は機械を使います。収穫にはコンバインを使い、脱穀・乾燥してから、出荷。その後製粉工場に運ばれます。

収穫後の麦わら（茎の部分）は、地元のお祭り「瓜生野百八松明」で使われたり、細かく刻んで畑にすきこんで肥料として活用されるそうです。収穫後の畑では他の野菜やそばなどが栽培されます。小麦には、他の野菜の連作障害※を回避する効果があるため、同じ場所で続けて栽培せずに、その年によって違う畑で作られることもあります。他の野菜たちを助けて回っているんですね。

秦野市ではおもに「農林61号」という品種の小麦が作られています。この小麦から作られる小麦粉は、うどんに適した中力粉で、ふすまが多く含まれているため、少し茶色っぽい色をしています。県内のいくつかの学校では、この小麦粉を使ったすいとんが作られ、もちもちとした弾力が好評を得ています。今年の秦野市産小麦粉は、22年1月頃から県学校給食会で取り扱う予定です。ぜひご利用ください！ ※同じ、または同類の作物を同じ場所に続けて栽培すると生育が悪くなること。



小麦農家の伊澤さん



強いぞ小麦