

## 今月の食育講話 食品の選択について考えよう

今月の食育講話のテーマは、「食品の選択について考えよう」です。その中でも今回は、産地を選ぶ、「地産地消」について特集(野菜・果物)します。小笠原の特産品、あなたはいくつ知っていますか?どんな調理方法を知っていますか?地産地消を選ぶ、メリットについても考えてみましょう。

## 返還50周年特集!?! 地産地消 「小笠原の野菜・果物」

写真			
特徴	サヤに4枚の翼のようなヒダがついているユニークな形をしています。母島の農家さんによると作るのに手間がかかるそう。	トマト嫌いの子でも食べられる?と言われるほど、蜂蜜のような甘さが特徴。お店に並ぶと島でも即完売になることも。	涼しい地域で育つイメージですが、小笠原のジャガイモは、旬は春。赤土で育つため、味が濃くておいしいです。
食べ頃	6~11月	12~5月	3~5月
写真			
特徴	八丈島から導入された品種です。内地のおくらは大きくなると固いですが、小笠原のオクラは大きくなってでも生で食べられます。	主に台農1号という品種が小笠原のパッションフルーツです。小笠原の特産品としても定着していますね。甘い香りと酸味が南国をイメージしますね。	戦前に南太平洋の島から導入されたそう。皮が青いうちから食べることができる。酸味がやわらかく甘くて、香りがとてもよいのが特徴です。
食べ頃	6~10月	4~6月	8~11月

### 《地産地消のメリット》

地元の農業への理解が深まる。

新鮮な食品を購入できる。

流通のコストを削減できる。

旬の味を楽しめる。



地産地消

生産者と消費者の関係が近いので、互いに安心感がある。

次回の「お弁当の日」は、

7月12日(木)です。

入港日は、11日(水)

引用・参照：小笠原支庁 HP

<http://www.soumu.metro.tokyo.jp/07ogasawara/farmfish/crops.html>

東京 TOKYO GROWN

[http://tokyogrown.jp/special/professional/201709\\_agriculture.php](http://tokyogrown.jp/special/professional/201709_agriculture.php)

オギノ食糧株式会社 HP <http://oginofoods.co.jp/tisan.html>