

千葉市議会議員

ふくたに しょうこ

福谷章子の

街づくり通信



2011年3月 食と農
編集・発行：福谷章子

(無所属)

福谷章子の日記(ブログ): <http://fukutani.blog.ocn.ne.jp/blog/>

ツイッター: <http://twitter.com/shoukusan>

メールアドレス: fukutani2903@gmail.com

千葉市緑区おゆみ野 3-40-8 河野ビル 213 TEL&FAX: 043-312-2903

農業と食育について考える

皆さんは、ほうれん草の鉄分が1925年頃の15%程になっているのをご存知でしょうか。あるいは、同じじゃがいもでも種類によって食感が違うので料理方法を変えた方がいいことをご存知でしょうか。じゃがいもだけではありません。里芋やさつま芋、大根、なすなどにはたくさんの品種があり、それぞれに特徴があるのです。今回は、「食と農」について考えてみたいと思います。

千葉市の食育

千葉県では、平成20年11月に「食育基本法」に基づく県の食育推進計画である「元気な『ちば』を創る『ちばの豊かな食卓づくり』計画」を策定しました。それを踏まえ千葉市では平成21年度から平成25年度までの5か年を千葉市食育推進計画実施期間と決めました。基本理念は「子どもから大人まで、市民一人ひとりが『食』を大切にし、正しい知識と選ぶ力を身につけ、健全な食生活を実践することで、『こころ』と『からだ』の健康と豊かな人間性を育む」です。基本目標は三つ。「『食』を大切にする心の育成」、「『食』の理解と実践」、「『食育』の『輪』の展開」です。

食育といっても、**農業と結び付かない食育は、果たしてホンモノの食育なのか?**というのが、私が常に抱いている疑問です。

旬を感じて

今のように流通が発達していない頃は、八百屋にいつでも同じ野菜が並んでいることはありませんでした。ところが昨今では、季節外れの野菜を求めるのは当たり前になっています。**野菜は旬以外に育てるとストレスで病気になりやすい**そうです。ほうれん草なども一年中ありますが、実際は寒い時期のものなのです。寒くなると凍らないように、自ら細胞内の水分に糖を作り甘くなるといわれています。旬の野菜が美味しいのは、自然の摂理にかなっているからなのです。

ミネラル不足の野菜たち

ほうれん草の鉄分が1952年頃の15%程になってしまったのは、畑の地力が落ちているからです。近年は化成肥料を使用しているのに、窒素・リン酸・カリ・マグネシウム・カルシウムなどは畑に入りますが、その他のミネラル分はなかなか補給されません。ですからほうれん草の鉄分が少なくなってしまうのです。たい肥を使用した畑には、いろいろなミネラル分がふくまれ、そこで育った野菜はミネラルの豊富な野菜になります。また、より早く収穫できるものや甘い野菜など、野菜の栄養価の蓄積を考えていない品種改良などもミネラル不足の野菜ができることにつながっているかもしれません。野菜の栄養価の目安は「日本食品標準成分表」で調べることができ、昔のものと比べてみればミネラル含有量の違いがわかります。ミネラル不足で病気になることもあるのです。

同じ種類の野菜でも食感が違います！

じゃがいもは種類によって食感が違います。メイクインは煮崩れしにくいですがホクホクしていません。男爵はホクホクしていますが煮崩れしやすい。ホームセンターに売っている種芋でも15種類くらい手に入ります。油に合う種類もあります。じゃがいもは形である程度種類がわかりますが、里芋などは見た目ではなかなかわかりません。料理に合った種類を探しその種類を手に入れる努力をしてみましょう。



農業体験ができるプレイファームを！

野菜は同じじゃがいもや里芋でも食感が違います。男爵とメイクインはわかりますが、キタアカリやとうや、とよしろ、わせしろなどどんな食感なのか、どんな料理が合うのか試してみたいと思いませんか。今、**プレイファームを実験的に開催**しています。じゃがいもを植え付けたところです。芽が出るのを確認し、芽かきをし、夏には汗して雑草と闘って、やがて収穫を喜ぶという農業体験、一緒にしてみませんか。

参考データ 千葉市の耕作放棄地の現状

本年度行われた農地の利用状況調査によると、**緑区の耕作放棄地は25.3ha、若葉区では18.6haで、全市合計390ha**とのことでした。平成19年度の同様の調査では、耕作放棄地は313haでしたので、その後**77haも増加**しています。市農業委員会では農地銀行が、また昨年11月からはJAによる農地利用集積円滑化事業も始まり、農地の貸付や利用集積を進める取組が行われておりますが、まだまだ十分とはいえません。