



かながわのさかな



アジ (マアジ)

県内各地の漁港で、ほぼ一年中水揚げされるおなじみの魚ですが、特に春から初夏にかけてと秋に相模湾の定置網でたくさん獲れます。干物、天ぷら、フライ、塩焼き、煮付け、たたき、どんな料理にももってこい！のお惣菜の万能選手です。

近年は、従来よりも飛躍的に高鮮度を維持したまま出荷されるようになりました。早朝に漁獲され、冷海水で保存されたマアジは、早ければその日の午後にはもう魚屋さんの店頭に並びます。

カジキ

三浦市の三崎魚市場には、世界中の海から漁獲された冷凍のカジキが一年中並びます。夏から秋にかけては日本近海にも来遊し、相模湾沿いの魚市場でもしばしば1mを超える大型の鮮魚のカジキが水揚げされて浜を賑わします。

カジキの特徴は角のように飛び出した上あごですが、その形からマカジキ科とメカジキ科に分けることができます。おなじみのメカジキの切り身は、ステーキ、塩焼き、バター焼き、照り焼きと焼き物には何でもOKです。

ちなみに、カジキとマグロは全くの別物で「カジキマグロ」という呼び方はJAS法上からも間違います。

※ 県給食会では、県内で水揚げされた鰯の干物（9～11月）や鰯ハンバーグ、メカジキの切り身、かじきチーズカツを取り扱っております。ぜひご利用ください。

材料 (一人分)

メカジキ 50 g
塩 0.2 g
こしょう 0.02 g
酒 1 g
水 1 g
おろし生姜 0.2 g
おろしにんにく 0.3 g
バター 0.5 g
醤油 2 g
みりん 0.5 g

作り方

- 1 メカジキに下味（塩・こしょう）をつけて蒸し焼きにする。
- 2 酒、水、生姜、にんにく、バター、醤油、みりんを混ぜて加熱しタレを作る。
- 3 蒸し焼きにしたメカジキにタレをかける。

※平成19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。

めかじきのステーキ



発行・編集

財団法人 神奈川県学校給食会 ヘルプデスク
〒242-0021 神奈川県大和市中央3-5-4
TEL: 046-264-2056 FAX: 046-263-7522
E-mail: helpdesk@kanakyu.or.jp
http://www.kanakyu.jp/

編集後記

秋も深まり、行事の多い季節ですね。給食献立にも行事食等を取り入れ、バラエティに富んだおいしい給食を子どもたちに満喫してもらいましょう。地場産食材を活用して腕をふるってください！

2008年9月30日発行

季節のおすすめ かながわ産品♪

第2号



県立相模原養護学校のかながわ産品学校給食デー

(財) 神奈川県学校給食会
ヘルプデスク 川口三智世

7月7日(月)七夕の日に、神奈川県立相模原養護学校で実施された「かながわ産品学校給食デー」にお邪魔させていただきました。食堂の入り口や室内には、給食の見本のほか、七夕の笹飾りや県内産の食材（本物！）がきれいに飾り付けられていて、子どもたちも興味津々でした。

給食だより「給食室からこんにちは」や「スクールランチ」では、地産地消の良さや地元の食文化などについて、保護者へしっかりとアピールもされていました。

校長先生と栄養士さんのお話によると「『食べること』の指導は教育の一環として行われていて、養護学校においては特にその比重が大きく、重要かつ大変です。」「給食担当の先生をはじめとして、みんなで給食デーに協力的で盛り上がっています。」とのことで、学校全体で食育に熱心に取り組んでいる様子が伺えました。



◆県内産食材の見本



◆食堂入り口

【献立】 赤太字は県内産

- *ごはん
- *牛乳
- *三崎産カジキのカレー醤油焼き（カジキ）
- *いかと野菜の和え物（ほうれん草、きゅべつ、いか、ゴマ）
- *七夕汁（素麺、星麩、なると、ネギ、オクラ）
- *七夕デザート（ゼリー）



かながわ産品学校給食デー献立

～目次～

トピック 県立相模原養護学校のかながわ産品学校給食デー	1 P
『献立作成のための県産野菜等説明会』を開催しました / 特產品コラム	2 P
キウイフルーツの産地訪問 / 秋～冬のかながわ産品	3 P
かながわのさかな / 編集後記	4 P

『献立作成のための県産野菜等説明会』 が開催されました。



9月4日(木)、県農業振興課の呼びかけて『献立作成のための県産野菜等説明会』が開催されました。

16市町の教育委員会の給食担当者、県内の青果市場から代表で5社、納入業者の代表として県青果小売商組合連合会から5名、と多くの方々に出席していただき、県産野菜の情報や学校給食での使用状況など、様々な報告や情報交換が行われました。

神奈川県青果市場連絡会(県内17の市場卸売業者が参加)では、県産食材を活用した学校給食が推進されるよう、これから本格的に県産青果物の情報交換や流通に協力していただけすることになりました。今回の説明会では、横須賀青果物株の野地さんから、県産の出回り野菜の概要のほか、様々な情報をいただきました。意見交換では、市場関係者の認識と学校給食の実態のギャップを感じられる場面もありました。今後もお互いをよく知ってもらいたいながら協力していくけるよう、ヘルプデスクもより努力していきたいと思っています。

たとえば、

市場
おすすめ野菜
(おいしい!)は
「生食」中心…

学校給食
平成8年の「O157」の
集団食中毒事件以来、
基本的に給食では
生野菜は出せない…

といったギャップがあります。
理解した上で、どう対応して、どう使っていくか。

市場担当者のおすすめ

- 冬大根 (11月~2月中旬) 量が多い
- こだわりかぼちゃ (6月下旬~7月ピーク)
本当においしい。トップクラスは高価なので、外見面で等級を落とせば使えるのでは? 味は同じ。
- キャベツ
10月中旬からは、県内の産地から出る。
4月中旬~5月の春キャベツは抜群においしい。

納入業者

学校給食でよく使う重量野菜(玉ねぎ、じゃがいものなど)に県内産が使ったら、使用頻度・割合も増え、県内産食材を身近に感じてもらえるのでは?

市場

地場の野菜は、大産地のものと違い規格を揃えるのが大変…調理する方々のご理解を!
天候によって計画どおりにいかない…緊急の場合は他県産で対応することにご理解を!

学校給食

特に、地場野菜を農家などから直接納入する際の問題点(配送困難、じゃがいもの中が黒かったり空洞がある、虫がたくさん付いている...)など

ヘルプデスク

県産野菜の調整では、献立や調理方法が分かることで踏み込んだ調整ができる。ヘルプデスクにぜひ先々の献立情報を知らせてほしい。

特産品 コラム 『小田原梅干』

小田原の曾我の梅林は、全国でも名を知られる梅の生産地です。梅干の酸味には疲労回復や、防腐・殺菌の効果があるため、江戸時代に小田原が東海道の宿場町として発達するとともに、旅人が箱根の難所を越える際の副食品として必需品になりました。

小田原梅干で代表的な「十郎」は、種が小さく種離れがよく、果肉が多く肉質がやわらかいのが特徴です。他に「南高」や「梅郷」「杉田」などの小田原梅干があります。

給食では、セルフおにぎりや、梅を刻んで混ぜた梅ごはんなどで利用されています。新米のおいしいこの時期に、梅干はぴったりですね。

キウイフルーツの 产地を訪問しました



みなさん、ご存知でしたか? 神奈川県はキウイフルーツの栽培がさかんで、生産量は全国で5位なんです。独特の形状と色から南国のフルーツをイメージしてしまいそうですが、原産地はお隣中国の長江(揚子江)流域で、栽培地域は温帯・亜熱帯地域に分布しています。

8月25日に、JAかながわ西湖さんの協力を得て、南足柄市にあるキウイフルーツ畠と福沢総合選果場(選果場と低温倉庫)を見学させていただきました。

木の高さは160cmくらいで、ブドウ棚のような作りです。1つ1つに傘掛けするのは、キウイでは珍しいそうですが、傷や日焼けから実を守るために農家の方が丁寧に育ててくれているんですね。福沢総合選果場キウイフルーツ運営委員会では、傘かけ資材を配布するほか、様々な取組みを行って品質の向上・統一に努めているとのことです。



こんなふうに実がなります。
まだ実の大きさは7cmくらい。

この時期は、旬の完熟イチジクが一時保管されています。
キウイ達はこの低温倉庫で出荷されるのを待ちます。



11月に農家で収穫されたキウイは、専用パレットに並べられ、すぐに2℃の低温倉庫に入れられ、品質管理をしながら追熟(注)させます。年末~4月頃が出荷の時期だそうですが、給食用には、あらかじめ注文をもらえれば5月に出荷することもあるそうです。

ついでに
(注)追熟… 果実などが完全に熟しない時に収穫し貯蔵して熟させること。

選果場にはミカンとキウイの選果ラインが並んでいます。8月末は、温室ミカンの選果の時期なので、ミカンのラインが稼動していました。秀と優に分けるまでは人の手で行います。その後2つのラインに分かれ、重さや大きさの選別の他、大きなブラシでゴミを取り除いたり、箱詰めまでの作業を機械で行います。



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。

柿



神奈川県の柿は歴史的には極めて古く、味がよく豊産であったことからしだいに栽培が増加しました。甘柿である「富有」「次郎」が、県下の柿産地の主力品種となっていて、伊勢原など県内の広い地域で多く栽培されています。

イチゴ



「とちおとめ」「さちのか」「章姫(あきひめ)」を中心に県内全域で栽培されています。そのまま食べるもののため、農薬使用方法など栽培に気を遣っています。

ブロッコリー



原産地は地中海東部地域ですが、栄養価が高いことや食生活の変化などにより昭和50年代に急速に栽培が広がりました。川崎、横浜、綾瀬、茅ヶ崎、平塚で主に生産されています。

小松菜



県では、新鮮な野菜として周年生産しています。生育が早く、害虫を寄せ付けないネットによる被覆栽培を行っているため、栽培時期によっては、ほとんど農薬を使わない栽培をしています。主な産地は、横浜、平塚、茅ヶ崎、藤沢で、平成18年の生産量は全国3位でした。

秋~冬の かながわ産品

みかん



神奈川県は、みかんの産地としては北限に近く、甘みと酸味のバランスがよく、昔懐かしい味の濃いみかんが作られています。品種は「大津4号」「青島みかん」が中心です。主な産地は、西湘・足柄・湘南地域です。

キウイフルーツ



美しいエメラルドグリーンの果肉で、ビタミンを豊富に含み、糖度も高く、貯蔵耐久性にも優れています。県内では全国的にも圧倒的なシェアを占める「ヘイワード」が栽培されています。

大根



生産の主流は青首大根ですが、大型の三浦大根やミニ大根、カラフルな大根などもあり、味や食べ方もバラエティに富んでいます。平成18年の生産量は全国5位で、県内全域で栽培されています。特に、一大産地として三浦半島は有名です。