



再 発 見 !
地 域 の
魅 力

みなさんが給食で食べているお米は「有機米」と言います。
 今月は、「有機米」が育てられる「有機栽培」と普段のお米づくりの違いをのぞいてみましょう。

普段のお米づくりは農薬や肥料を上手に使う「慣行栽培」という方法です。
 「有機米」の育て方を表にして、比べてみました。



	育て方	メリット	環境への思いやり
慣行栽培	必要に応じて農薬や化学肥料を使って、病気や害虫から作物を守ります。	いつもと変わらないたくさんのお米がとれるため、値段が抑えられ手に入りやすいです。	最近では、今までの農薬や化学肥料の使用量を半分に減らした「特別栽培」など、環境の安全に気をつけた慣行栽培も増えています。
有機栽培	農薬や肥料を使わず、自然のちからで土を元気にして育てます。	自然環境への負担が少なく、土がもともと持っている力で育つため、よく噛むとお米の甘さが口いっぱいに広がります。	土壌や地下水の汚れを防ぎ、農薬の流出による土の中の生き物への影響を最小限に抑えます。土の中の生き物が暮らしやすい環境を守ります。

どんな育て方であっても、農家さんはみなさんに「安全でおいしいものを食べてほしい」と大切に育ててくれています。農家さんが育ててくれた命に感謝して、美味しくいただきます。



亀岡市立学校給食センター
 TEL 0771-24-3833
 亀岡市産業観光部農林振興課
 TEL 0771-25-5035

賀茂なすのラタトゥイユ

【材料：中学年4人分程度】

- 鶏肉・・・100g
- 白ワイン・・・1.2g
- にんにく・・・2g(みじん切り)
- オリーブオイル・・・1.2g
- 塩・・・0.8g
- 水・・・20g
- こしょう・・・0.04g
- 賀茂なす・・・80g(乱切り)
- たまねぎ・・・80g(スライス)
- かぼちゃ・・・20g(1.5cm角)
- ズッキーニ・・・20g(1cmいちよう)
- カットトマト水煮・・・80g(汁ごと)
- ブイヨン・・・2g



亀岡で育てられた賀茂なすを使った献立が

A 献立：9月10日(木)、B 献立：9月3日(木)の給食に出ます。

<作り方>

1. フライパンにオリーブオイルを熱し、にんにくを炒め香りが出れば鶏肉を炒め塩・こしょうをする。
2. たまねぎを加え炒める。
3. かぼちゃ・賀茂なす・ズッキーニを加え炒める。
4. 水を加えて煮る。
5. 野菜が少し柔らかくなったら、カットトマト水煮・調味料を加え、更に煮て仕上げる。

保護者の皆さまへー亀岡市では、地元産食材の利用促進を目的に、給食の食材費の一部を負担しています。「再発見!! 地域の魅力」は食べ物と農業のつながりを考える「地元産農産物等利用推進事業」として農林振興課が担当しています。