

## 「食をたのしむ！高松産ごじまん品塾」を開催しました



平成23年1月19日、26日「食をたのしむ！高松産ごじまん品塾」を開催しました。この講座は、高松産ごじまん品（高松市内で生産される代表的な野菜、果物、特産物など）や地産地消について学べるものです。

第1回は、「高松産ごじまん品とは・・・」というテーマでした。講師は、高松市農林水産課の寺川さんです。

「高松産ごじまん品」といってもたくさんの種類がありますが、その中から「今が旬の高松産ごじまん品」をまず紹介してくれました。路地野菜ではブロッコリーや菜花、施設野菜ではミニトマトやイチゴ、果樹ではミカンやキウイフルーツなどがあげられます。「ごじまん野菜塾」として、これから農業に取り組んでみたい方を対象とした農業講座（JA 営農指導員による講義と野菜作りの実習）もしているようです。

後半は、「食の安全・安心について」や「地産地消について」話をしてくださいました。地産地消には、新鮮で安心感がある！といったメリットもあるけれど、マーケットが縮小してしまう！といった問題点もあるようです。

第2回は、「もっと野菜がすきになる！」というテーマでした。講師は、高松市中央卸売市場業務課の末原さんです。末原さんは、シニア野菜ソムリエとしても活躍されています。

講座では、生鮮食料品等の流通について、卸売市場のパンフレットをもとに説明をしてくださいました。次に、野菜の「旬」について教えてくださいました。

★春・・・たけのこ、わらび、ぜんまい、アスパラなど苦味の多い野菜が多い。【植物の芽を食べる】

★夏・・・なす、きゅうり、トマトなど水分が多くカリウムが多い実の野菜が多い。【植物の実を食べる】

★秋・・・きのこ、いちじくなど糖分の多い食べ物が多い。【果実・米・イモ類を食べる】

★冬・・・ねぎ、白菜などビタミンが多く体を温める野菜が多い。【植物の葉と根を食べる】

その他、野菜の見分け方や選び方など、受講している方は一生懸命メモを取りながら話を聞いていました。

最後に、「もっと野菜が好きになるには、おいしい野菜を知ること！おいしい野菜を選ぶには、①旬 ②産地の近さ ③鮮度 の3つがポイントです。」とおっしゃっていました。

