

地産地消! 野々市産の 美味しい野菜を食べよう!



**毎日の食卓に欠かせない野菜。皆さんは野々市産の野菜を食べたことがありますか？
地産地消が気になるママレポーター宮本&高橋が、地元農家さんに直撃インタビュー!**

お話を伺ったのは、野々市市中林で無農薬野菜を育てている福来園・福田康浩さん。保育園児や小学生に、農業へ関心を持ってもらうための田植え体験やイベントを行ったり、農家を目指す方の研修を受け入れたりしています。無農薬で育てる野菜の種類を増やす挑戦や、農家同士の交流や情報交換のため農業勉強会を行うなど、新しいことへも意欲的な農家さんです。

どんな思いで作っていますか？

舌だけが喜ぶのではなく、本当に身体が喜ぶような美味しい野菜を見抜く力を研ぎ澄ましてほしいです。消費者が高い意識で買い物をすれば本当にいいものしか売れないから、売り手の意識も変わって、世の中の仕組みを変える力になると思っています。

野菜本来の味を知ってほしい。

買い物頻度の高い私たち主婦の行動で、物の価値も変わってくるのですね!

おいしい野菜の見分け方は？

スーパーに行けば1年中どんな野菜でも手に入りますが、旬のものが栄養価も高く美味しいです。ほうれん草の場合、冬採れは栄養価も高く、安価で手に入りますが、夏採れは栄養価は半分なのに値段は高くなります。野菜は収穫後も生きています。アスパラなら収穫後も伸びていって、3日で甘みが半分になります。地元で採れた新鮮な野菜を食べて、本来の旨味を味わってほしいです。

旬の野菜が一番美味しいです。

直売所へ行くくと旬の野菜が並んでいて、知ることができますね。地産地消の良いところは採れたての旬の野菜を食べられることですね!

最後に冊子名にちなんで 福田さんの「チョコ」とした幸せは？

子ども達の幸せそうな顔を見ること。

子どもは正直なので美味しいものを食べた時は、本当に幸せそうな顔をしてくれます。食べる人の顔が見えることも地産地消のいいところです。



田植えされたばかりの田んぼ

旬まっさかりのトマト

福来園で 作っているものは？

お米やお花、30種類以上の野菜を育てています。

今は夏野菜のとうもろこし・枝豆・きゅうりなど。アスパラや玉ねぎは市内小中学校の給食に使われています。

給食に無農薬野菜が使われているのは嬉しいですね!

野菜作りで工夫されていることは？

1番は土づくり。 米ぬか・もみ殻・野菜の食べないところ(葉や茎など)からオリジナル堆肥を作り、フカフカの土を作っています。2番は生物。生物多様性と言って生態系を壊さないようにしています。病気が虫が発生しても農業は使わないので「なぜこうなった」を考えて、次に生かしています。

人間と同じ!! まずは生活習慣を見直すことが大切ですもんね!



お話を伺いながら採れたてキュウリをいただきました!



今回の福田さんへのインタビューで、「無理に30品目食べるよりも、本当に栄養のある旬のもの食べるほうが心にも体にもいいことです」という言葉が心に残りました。今までの私は「なんか野菜足りんしトマト入れとこ…」という、旬や栄養価よりも品数を優先していました。福田さんの言葉で心が軽くなった気がします。同じような思いのママも多いのではないのでしょうか?一品減っても本来の野菜の旨味を味わえたら、お腹も心も満たされる気がします。



今日からチョコっと意識を変えて、チョコっと美味しいものを食べたいと思います!