



①ゴーヤの味は...にがしい!②大きくて重い!スイカも園の畑でとれました!③畑にある手作りの野菜の看板④玄関先でとれたミニトマトは甘くておいしい!

栽培している野菜の畑には、年長児手作りの看板が立てられ、収穫した新鮮な野菜はみんなで試食します。栽培活動を通して育まれた食物への興味・関心、そして作った人への感謝の気持ち、健康づくりの礎となることと思えます。

坂下東幼稚園では、玄関までの通路になす・ピーマン・トマト・ゴーヤ、畑ではじゃがいも・さつまいも・枝豆・オクラ・落花生・スイカを育てており、子どもたちが野菜を身近に感じられる環境づくりをしています。

食育はおいしく楽しい栽培活動を通して、子どもは味覚が敏感なため、野菜が苦手な子が多い傾向があります。そういった子どもたちに野菜を食べてもらうためには、自ら収穫までの過程に触れることで、野菜に対して興味・関心を持たせることが大切です。

坂下東幼稚園の取り組み

年長児のみんなが植えたじゃがいもでカレーパーティー!



年長児が4月に植えたじゃがいもを収穫!



年中児が玉ねぎの皮むきをして...



年少児はアルミホイルを丸めてじゃがいもの皮むきを手伝いました!



みんなで作ったカレーはとってもおいしかったですね!

アレルギーのある園児も食べられたのルーを使用したので、全員でカレーパーティーを楽しめました!

おいしく食べるにはよい歯が大事!

永久歯のなかでも虫歯になりやすい、歯の大黒柱といわれる6歳臼歯について、歯科衛生士の方から予防や歯磨きについて学ぶ講習会がありました。おいしいものを食べるためには、何より自分の歯が大切です。親子で虫歯予防に取り組むよい機会となりました。

ブロッコリーと糸こんにゃくのごま和え

☆☆ 10月19日 食育の日・家庭料理の日☆☆

《材料》1人分

- ブロッコリー 20 g
- 糸こんにゃく 40 g
- 卵 10 g (約1/5個)
- サラダ油 0.5 g
- しめじ 20 g
- 練りごま 小さじ1
- ポン酢 小さじ1

1人分 約130kcal、食塩0.5g

《作り方》

- ①糸こんにゃくは食べやすい長さに切り、下ゆでして水気を切る。
- ②フライパンに油をしき、溶き卵を流し入れ薄焼き卵を焼き、短冊切りにする。
- ③ブロッコリーは固めにゆで、しめじは②のフライパンで炒める。
- ④ボウルにAを混ぜ合わせ①、②、③を加えて和える。



認定農業者会より ~10月出荷予定の野菜~

きゅうり、トマト、いんげん、ブロッコリー、キャベツ、りんご、ぶどう、そば など

【問い合わせ先】生活課 福祉健康班 健康増進係 ☎93-6169

おすすめの新着本

本のタイトル	著者	出版社
『あきない世傳金と銀；2』（ハルキ文庫）	高田郁／著	角川春樹事務所
『掟上今日子の退職願』	西尾維新／著	講談社
『だーれのは？』（講談社の幼児えほん）	新井洋行／さく	講談社
『ロケットじどうはんばいき』	山口タオ／作	講談社
『天文キャラクター図鑑』	渡部潤一／監修	日本図書センター
『史料が語る、保科近恵の晩年』	佐瀬渉／会津坂下町在住	歴史春秋出版



☆まだまだほかにも新着本あります

新着本の紹介			
『人間晩年図巻：1990-94年』	『会津伝統野菜』	『海に見える理髪店』	『セカイヲカエル』
関川夏央／著 岩波書店	平出美穂子／著 歴史春秋出版	萩原浩／著 集英社	嘉成晴香／作 朝日学生新聞社
1990年代を舞台に、世界の人から市井の人まで、悲喜こもごもの晩年。彼らが世を去った「90年代」とは、どんな時代だったのか。	食文化研究家の著者が、会津地方で作り続けられてきた農作物20品目の基礎知識とレシピ150品をまとめた本。	母と娘、夫と妻、父と息子。近くて遠く、永遠のようではかない家族の日々を描く家族小説集。第155回直木賞受賞作。	小学六年になる直前の春休み、突然引越しをすることになった彩人と、中学受験に向けて勉強に励むおさななじみの連司の成長物語。

町史編さん室より 会津坂下町の巨樹銘木⑦



【天津栗津田一号】（牛沢）

明治四十五年（一九一〇）に福島県林務課が作成した『大樹銘木調査書』には、県内各郡・市ごとに松・桂・杉・イチイ・桜・梅・銀杏・樺・榎・水楡・柏・楓など百三十五件が記載されていますが、栗の記載は見られません。

牛沢の天津栗津田一号は『大樹銘木調査書』には記載されていませんが、会津坂下町を代表する樹木です。天津栗津田一号は、農学博士津田仙が明治二十年に視察先の天津（中国）から「板栗」というシナクリの苗木二本を持ち帰り、当時、東京にいて津田博士の事業を助けていた牛沢出身の農林技師磯目順氏が、その

うちの一本を譲り受けて自宅の裏山に植えた栗といわれています。その後、昭和三十六年に津田博士の孫が来町し、その樹勢の隆盛を喜んで「天津栗津田一号」と命名されました。多くの大木がいわれや伝説を持つのと比較して、歴史的には未だ若い樹木ですが、日本に持ち帰って四国に植えた一本がすでに枯れ、牛沢に植えた一本が日本で唯一といわれ、来歴が明らかことから福島県緑の文化財、会津坂下町の天然記念物に指定されています。

胸高幹周囲約四・二メートル、樹高約二〇メートルで、在来の日本種に比較して病害虫に強く、葉が大きく、実は中粒で、甘味に富み、渋皮が剥がれやすく、実の付きが良い特徴を持つ木です。



栗の実

町史編さん室 ☎ 83・3010

ばんげのいいとこ、みつけた!!

VOL.9 百姓 HOUSE “郷土料理を伝えたい”



原料の福耳からは15センチ程。とてもからい。



暑さも吹き飛ばうま辛ぶり。恐ろしい程ごはんが進みます。500円

百姓 HOUSE は郷土料理や伝統野菜の加工をしている3人のおっかさん達のグループです。郷土料理の勉強会をきっかけに、会津坂下町の伝統料理と豊富な食材に出会い、郷土料理を伝えていきたいという想いから12年前に加工所を立ち上げる事にしました。「ニンジン山椒漬けと立川ごんぼの商品は、なんとか年間を通して作るようにしているけど、その他は素材の一番おいしい時期だけを食べてほしいから季節商品なんです。」と古口さん。

百姓 HOUSE といえば、香り高い立川ごんぼを使用した「ませらんしょ（ませご飯の素）」や「ごんぼクッキー」が有名ですが、今は「^{とうふく}口福がらしの佃煮」作りが最盛期。メンバーの二瓶さんの畑で採れたばかりの無消毒の青からしを毎日加工しているそう。

「からしを切ると涙も出て、手も顔もピリピリ！」とメンバーの山内さん。おっかさんたちが泣きながら作った口福がらしの佃煮、泣く程うま辛なのでぜひ食べてみてくださいね。

凍みもちは会津坂下町の郷土料理なんだよ〜!



百姓 HOUSE

ひしまき、やせうま、凍みもちも販売。お弁当、オードブルご予約承ります。お気軽にどうぞ!!



営業時間：午前10時～午後4時 ※月曜定休

電話番号：83-5065

住所：大字坂本字糠塚乙1147

あなたの知りたいお店やみんなに知ってほしいお店を教えてください!! 広報紙面に掲載します。自薦他薦問いません。 産業課 商工観光班 ☎83-5711 FAX83-5713

10月のカレンダー

㉔などはページ番号です。詳細についてはお知らせ掲載ページをご覧ください。㉓については、広報紙と同日配布の「きいてくなんしょ」に詳細を記載しています。

日	月	火	水	木	金	土
10/2	3 ●第46回世界児童画展最終日㉔	4 ●人権・行政合同相談会㉔	5 ●わくわく☆ドキドキ☆楽しい広場㉔	6 ●健やかキッズ㉔ ●行政書士による相談会㉔	7 ●乳幼児健康相談㉔ ●親子離乳食教室㉔	8 ●只見線復興支援鉄道風景写真展(～11月3日)㉔ ●昔語り「秋の集い」㉓
9 ●佐藤整形外科医院㉔ ●チャリティーバザー㉓	10 体育の日 ●糸桜里の湯ばんげ営業日㉔ ●「絵本スコール」㉓	11 ●糸桜里の湯ばんげ休館日㉔	12	13 ●3歳6か月児㉔	14 ●弁護士による無料法律相談会㉔	15 ●第9回会津山辺の道をたずねて㉔ ●あいづ健康ふれあいフェスタ2016開催㉔
16 ●平野医院㉔	17	18 ●2歳6か月児㉔	19	20 ●健やかキッズ㉔	21	22 ●東松峠ウォーキング大会2016㉓
23 ●金上いなほ祭り ●日本舞踊発表会㉓ ●いきいきわかみやフェスティバル㉓	24	25	26	27	28	29 ●農・笑・交プロジェクト「稲刈り寄席」㉓ ●ハロウィンを楽しむ!㉓
30 ●荒井医院㉔	31 ●障害者就職面接会(会津若松会場)㉔	11/1 	2	3 文化の日 ●健康と産業と文化の祭典㉔ ●第24回下水道フェスティバル㉔	4	5