なるほど!! 野菜塾

どうして野菜を食べなきゃいけないの?

野菜には、体内で作ることができないためビタミンやミネラルが含まれていてみんなの成長に欠かせない栄養素なんだよ。だから、食事からとることが大切なんだ。

食べ物のグループとはたらきをおぼえよう

食物繊維質の役割

腸の動きを良くしてうんちをするっと出すパワーがあるよ。

教えて! 北海道のクリーン農業

アブラムシとテントウムシの巻

原稿作成協力／中央農業試験場 病虫部

アブラムシを退治する強い仲間、「テントウムシ」を紹介しよう!

ハ：ハタケダ博士

く：くりーんだね

ハ：みんな、アブラムシは知っているかな。
く：植物にくっついて、栄養を吸い取る虫だね。
ハ：植物の病気を広げることもある困った虫なんじゃ。でも大丈夫。アブラムシには天敵がおる。
く：なになにー。
ハ：ご存じ「テントウムシ」。ナナホシテントウ、ナミテントウなどは親子でどんどんアブラムシを食べてくれる肉食系。
く：幼虫はちょっと怖いね。
ハ：見かけはこわそうだけど、アブラムシを退治してくれる強い味方。イエスクリーンで農薬を減らすと、天敵も増えてくるんじゃ。
く：なるほど。

No.021 プロフィール

名　前	テントウムシ(成虫・幼虫)
大 き さ	成虫 5mm　幼虫 10mm
好きなもの	アブラムシ　コナジラミ
捕 食 力	幼虫の間 4,000匹/日　成虫は80匹/日

ナナホシテントウ成虫

ナナホシテントウ幼虫

YES! clean 北海道安心ラベル

YES! cleanの農産物は北海道生まれ。化学肥料・化学合成農薬の削減などの基準を満たし、環境に配慮して作られています。お店で探してみてね。

北海道クリーン農業推進協議会　yesclean　検索

ご協賛をいただいた企業・団体

北海道産青果物拡販宣伝協議会　北海道クリーン農業推進協議会　ご協力いただき、誠にありがとうございます。

令和3年3月00日発行
□発行・編集：株式会社フラクタル内 学校給食ごはん発行事務局 〒060-0052 札幌市中央区南2条東1丁目1-13 南2条ビル4-4F TEL 011-231-5234　□印刷：株式会社興陸製版　□デザイン：GRAPHIC DROP　□インタビュー・文：三浦清隆　□写真撮影：moro　□給食レシピ協力：北海道学校栄養士協議会

学校給食食育誌
おいしい給食おうちで楽しんで
学校給食ごはん
春 特集号

後援／北海道中学校長会、北海道小学校長会、札幌市小学校長会、公益財団法人 北海道学校給食会、北海道学校給食研究協議会

新入学 進級 おめでとうございます。

ご参加希望の小学校募集中

※学校様の費用負担は一切ございません。

小学校訪問 食育活動

育てソダテ 空までとどけ!!

雑豆校内菜園体験教室

主催：北海道農産基金協会

植え付けから収穫まで豆の先生が学校に訪問して、豆づくりや農業について分かりやすく伝えます

マメを育て、観察して、食べよう。

【応募概要】
- 授 業 名／育てソダテ 空までとどけ!「雑豆校内菜園体験教室」
- 訪問期間／2021年5月(種うえ体験)～9～10月(収穫体験)
- 対 象 校／札幌市内または近郊の小学校
- 対象学年／小学1年生～6年生
- 栽培場所／校内菜園または畑(縦6.5m×横10mほど)
- 授業回数／春の植付けと秋の収穫の指導：2回
  豆についての授業：1回
  (豆の先生がスライドを使って楽しく解説)

【無料配布】
「雑豆育成セット」として無料でご提供いたします。
(豆の種、軍手、培養土、元肥料、支柱、鳥対策ネット、マルチシート)等

■豆栽培サポーター
豆講師、事務局が学校を訪問し、植付け体験収穫指導など期間中の雑豆の生育アドバイス等を行います。

※「雑豆」とは、大豆・落花生以外の豆類を総称した呼び名です。

応募締切／令和3年4月30日(金)まで(事務局必着)