



トマト栽培歴43年のベテラン トマト職人  
安達 巖さん (八幡)

とれたて!

# 旬の仕事人

～地産地消で佐渡を元気にしよう!～



## トマト

大玉トマトの代表的品種といわれる「おどりこ」と「桃太郎」。以前は「桃太郎」、今は「おどりこ」を育てているという安達さん。「おどりこ」は、糖度と酸度のバランスがよく、とてもおいしい人気のある品種です。安達さんはビニールハウス内に毎年約800本を植えています。

安達さんは、43年前にビニールハウスでのトマト栽培を始めました。佐渡にはあまり島外から食材が入ってこない地産地消の時代に、早くからトマトづくりに取り組んでいた安達さんは、りんご用の木箱に採れたトマトを山ほど積み、三輪車に乗せて町へ売りに出ると、多くの人が集まり、さばききれないほど売れたそうです。

トマト栽培の魅力は、「肥料と水分、温度管理など手間はかかるがおもしろい。また何十年も関わると、生育状況を見て何が必要かがわかり、自分で管理できる。低温障害は避けられなかったが、今年もしっかり育ってくれた。それから、自分の作るトマトを毎年待っていてくれる人がいるのがうれしい。それを張り合いに続けている。」と答えてくれました。

また、オススメの食べ方をうかがうと、「トマトにそのままマヨネーズや濃厚ソースをつけて食べるのが好きだけど、人に勧められて試したのは、こした甘めの味噌をつけて食べる。これはうまい。今では毎食ごはんのおかずになっている。」と安達さん。旬の食材の新しい食べ方を考えてみるのも楽しいですね。

## イチオシ 学校給食

### 金井小学校

学校給食では、食育の推進と、地場産物の使用拡大を目指し「地産地消」に取り組んでいます。この日の佐渡産食材は、米・牛乳・アジ・アスパラガス・米粉・小松菜・わかめ・長ねぎ・ミルクプリンでした。一年生の保護者の方をお招きし、親子で和やかに会食しました。

給食の様子を見ていると、子どもに「食べさせたい食べ物」と、子どもが「食べたい食べ物」は、必ずしも一致しているわけではなく、野菜や魚などの苦手な食べ物や海藻や乾物などの食べ慣れていない食材も給食では使われています。

#### 親子会食の様子

子どもたちと一緒に給食を食べていただいた保護者の方からは、「家では、野菜をあまり食べないのに、給食では残さず食べていたので、給食でどんどん出してください。」「給食当番をしっかりとがんばってやっていたので、家でももっとお手伝いを頼むといいのかな。」などの感想をいただきました。家庭と学校が連携し、未来を担う子どもたちに、望ましい食習慣を形成できるような食育の推進、ふるさとの味を誇りに思える地場産物や郷土料理を取り入れた給食を提供できるように努めたいと思います。



麦ごはん・牛乳・アジのフレッシュトマトマリネ・納豆和え・みそ汁・ミルクプリン



## シリーズ

# 笑顔まるごと!

# 食育 元気④

## 簡単!朝食レシピ

トマトとツナの簡単サラダ

### ●材料 (1人分)

- トマト 1 / 2 個
- ツナ缶 1 / 4 缶
- 玉ねぎ 1 / 8 個
- しょうゆ 小さじ 1
- みりん 少々
- ごま油 少々

### ●作り方

- ① 玉ねぎをみじん切りにして、しばらく水にさらし、水気をしぼっておく。
- ② トマトを食べやすい大きさに切る。ツナは油を切る。
- ③ ①・②をボウルに入れ、しょうゆ・みりん・ごま油を入れてさっと和える。



### 朝食メニュー

- ごはん ●みそ汁 ●果もり卵 ●トマトとツナの簡単サラダ (佐渡産) ●きゅうりのサッと和え (佐渡産) ●果物

