

# 食育便り「スマイル」特集号

はらまち  
原町区内で栽培されている美味しいキュウリを見学して来ました！！



南相馬市教育委員会



クイズ？  
・この花は、夏にたくさん穫れる野菜の花です。  
さて、その野菜とは何でしょうか？



みなみそうま し はらまち く たかひら しゃうち  
南相馬市原町区高平の社内さんに、おいしい  
きゅうり作りの秘密を教えてくださいました

## 秘密 1



・病気に強いきゅうりを作るために、「つぎき（かぼちゃ+きゅうり）」をします。

・社内さんは、きゅうりと会話しながら、たっぷり水かけをします。



とてもおいしい  
きゅうりが  
出来上がります

## 秘密 2



・黒いビニールシートの下に、水かけのしかけがあります。



## 秘密 3



・ゴム手袋に、カッターを付いた物でやさしく収穫します。



まいしょく やさい た けんこう かぞく やさい にち せつしゅ もくひょう  
毎食野菜を食べて健康家族をめざしましょう！！（野菜は1日350gの摂取が目標です）

クイズの答えは「きゅうり」です。

（文責：南相馬市教育委員会 学校教育課 24-5283）