

# とれたて村給食だより

9月

いたばしくしょくいく  
板橋区食育  
キャラクター



あきたけんきたあきたし  
秋田県北秋田市から  
にんにくをお届けするっちい!



あきたけん  
秋田県

北秋田市は秋田県の北のほうにあります。広さは東京都のほぼ半分  
の大きさです。市内を流れる米代川により、豊かな農地がつくられて  
おり、農業が盛んです。寒い日と暖かい日の気温の差が大きく、おい  
しいにんにくをつくることができます。

## にんにくができるまで



### ① 植え付け(10月)



種を一粒ずつ手で植えます。

### ② 冬を越す



芽が出た後、雪の下で冬を  
過ごします。

### ③ 芽出し(冬～春)



雪が溶けたら、シートの穴から  
出ていない芽を手で出します。

### ④ とう摘み(6月)



にんにくの芽

「にんにくの芽」を摘み取ります。  
そうすると、土の中のにんにくに  
栄養が多く届き、大きく育ちます。

### ⑤ 収穫(7月)



収穫できる大きさになったら、  
掘り出します。

### ⑥ 乾燥(7～8月)



乾燥させることで、長く保管  
することができます。

産地の方からの  
メッセージ

にんにくを作るのは大変ですが、元気に育ったにんにくを見ると嬉しく思  
います。愛情をこめてつくりました。ぜひ食べてください。