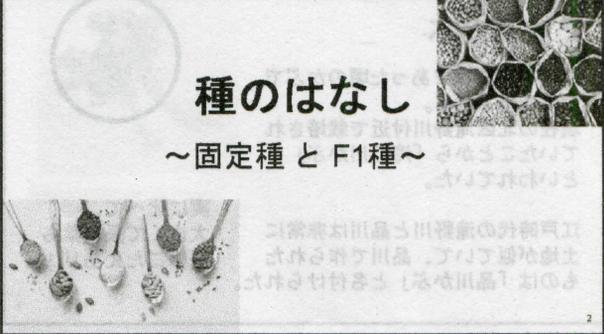


つなげていこう！江戸東京野菜
光華かぶ株式会社
 昭島市立光華小学校 5年

種のはなし
 ～固定種とF1種～



いつもスーパーで購入している野菜
 ↓
 多くのものが「F1種」という種で作られている野菜

○生育が早く、より強い個体に育つ。
 ○大量生産が可能。収穫時期がそろそろ。
 ○品質や大きさ等、バラつきが少ない。

×一代限りでその優れた特性を失う
 →農家は種まきの度にF1種の種子を買う必要がある
 →種苗メーカー(外国の会社)が儲かる！

F1種とは？

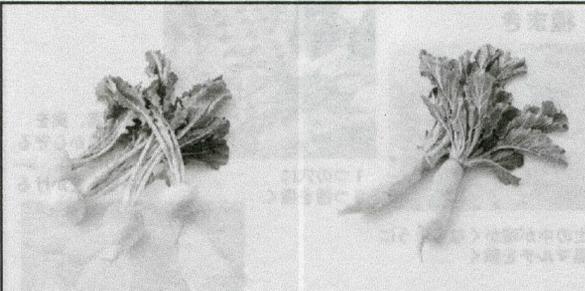
私たちが育てている江戸東京野菜
 「金町こかぶ」「品川かぶ」

固定種とは？

「固定種」という種で作っている野菜

×「品質、大きさが均等」というわけにはいかない。

○親から子・子から孫へと代々同じ形質(味や形)が受け継がれる種。
 ○自家採取が可能。育てて、その実からまた種がとれる。
 →翌年、撒いて、同じ品種の作物を作ることができる。
 ○持続可能な野菜づくりができる。



金町こかぶ 品川かぶ

1. 金町こかぶ

明治時代の終わり、
 下千葉中世という品種を4月に
 早戻りできるように改良し、
 高級料亭に出荷した

育種場で栽培していたフランス産のかぶを、明治時代に譲り受けて栽培採取しているうちに地元で自然交配してできたとも言われている

小ぶりで真っ白な実は、皮が薄くきめ細やかな肉質！
 葉もクセがなくやわらかい！

2. 品川かぶ

主な副食漬物であった頃のかぶで、秋に収穫される。現在の北区滝野川付近で栽培されていたことから「滝の川かぶ」といわれていた。



江戸時代の滝野川と品川は非常に土地が似ている、品川で作られたものは「品川かぶ」と名付けられた。

実比べて、大きくて長い葉も使いごたえあり！

江戸の食文化



- 庶民 ▶ 白米と味噌汁に漬物
- 農民 ▶ 少しの米に他の穀物を混ぜたもの、雑炊、団子
- 武士 ▶ (地位が下の人) 庶民とほぼ変わりなし
(地位が上の人) たまに魚
- 大名 ▶ 毎食に魚がつく、煮物や卵料理、酒

かぶは、漬け物や汁物にして食べるが多かった

給食時に田中町の農家・井上さんとオンライン中継

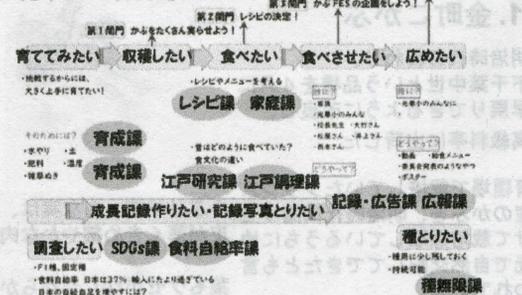


- 【9/5(月)の給食メニュー】
- ごはん
 - かぶの黒こしょう炒め
 - キャベツのみそ汁
 - 鶏肉の竜田上げ
 - 牛乳

江戸東京伝統野菜研究会会長大竹さんの講演



「光華かぶ株式会社」設立まで



種まき



1つの穴に3つ種を撒く

種や葉、実を鳥や虫から守るためにネットをかける



土の中が暖かくなるように黒マルチを敷く

間引き



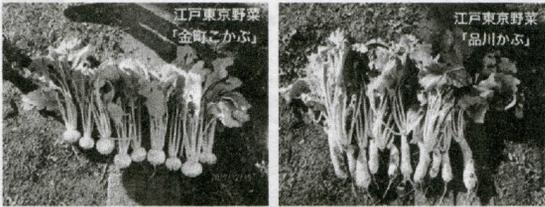
13

収穫



14

実際に収穫したかぶの写真



15

収穫できた！ → 「食いたい！」に向けてレシピ決め！



16

栄養士・西本さんからレシピのアドバイスをもらいました



17

調理実習



18

栄養士・西本さんから
教えていただいた
【切り方】
【下ごしらえ】
【だしとり方】
を実践し、

事前に分担しておいた
役割をそれぞれが
果たし、自分たちの
力で作りあげました。

実習当日も西本さん
が来てくださいまし
た。

食料自給率のはなし

～日本は輸入に頼り過ぎている?!～

食料自給率とは？ 国内で消費される食料のうち、
どの程度が国内産でまかなわれているか
を表す指標。

日本の食料自給率

37%

日本で消費される食料のうち、
日本で生産されている割合
最低水準

輸入できなくなったら...
どうする??日本!

国	自給率 (%)
日本	37
スイス	51
イギリス	60
ドイツ	65
フランス	86
オランダ	125
アメリカ	132
オーストラリア	200
ニュージーランド	266

日本は2020年度
諸外国は2018年

農林水産省「知ってる?日本の食料事情2022」
～食料自給率、食料自給力と食料安全保障～ | より学院

～日本はなぜ食料自給率が低いのか 食生活の変化

50年前まで
主食の中心は白米

食の多様化が進み、
白米を食べない人が
増えた

米の消費量が減る
一方で、
肉類や油の消費量が
増えている。

●食生活から見る食生活の変化
食生活が多様化し、穀類以外の食料が増え、肉類や油の消費量が増えています。

●食の多様化から見る食生活の変化
食生活が多様化し、穀類以外の食料が増え、肉類や油の消費量が増えています。

年	穀類	畜産物	水産物	大豆	その他
1980年度 総消費カロリー 2,294千キロカロリー	48.3%	33.1%	11%	6%	28.7%
2020年度 総消費カロリー 2,269千キロカロリー	20.9%	18.0%	15.4%	13.2%	28.9%

資料:食生活調査報告書(食生活) | 2022年4月 | 農林水産省 | 昭島市立光華小学校 | 2022年4月

かぶの国内自給率

品目	国内自給率	品目	国内自給率
キャベツ	97%	なす	96%
ねぎ	93%	パセリ	100%
きょうり	93%	やまごいも	100%
だいこん	98%	さつまいも	94%
たまねぎ	78%	マッシュルーム	98%
はくさい	100%	なめこ	100%
にら	100%	香葱	100%
たけのこ	8%	しそ	100%
にんじん	80%	もやし	100%
ピーマン	87%	ほうしんそう	97%
きやえんどう	45%	ごぼう	69%
れんこん	82%	かぼちゃ	62%
しそ	100%	トマト	55%
ブロッコリー	53%		
かぶ	100%	アスパラガス	53%

入門：日本の食料自給率より | 23

かぶの収穫量 (国内ランキング)

令和2年度 かぶの収穫量 トップ20

順位	産地	収穫量 (トン)
1	千葉	14,800
2	埼玉	16,100
3	茨城	6,840
4	群馬	4,740
5	栃木	4,670
6	群馬	3,700
7	群馬	3,560
8	千葉県	3,500
9	群馬	3,410
10	群馬	3,000
11	群馬	2,910
12	群馬	2,820
13	群馬	2,040
14	群馬	1,820
15	群馬	1,740
16	群馬	1,630
17	群馬	1,700
18	群馬	1,500
19	群馬	1,000
20	群馬	1,000
合計		142,900

1位：千葉
2位：埼玉
3位：青森

～食料自給率を上げるための取り組み～

- ① 「いまが旬」の食べ物を食べる。
- ② 残さず食べて、食べ残しを減らす。
- ③ 地元でとれた新鮮な食べ物を食べて、
国産の食べ物を応援する。
- ④ 米を中心に、野菜たっぷりの
バランスのよい食事をする。
- ⑤ 国産の食べ物にもっと興味をもつ。
知ってもらおう！

