

## 野菜ともだち通信

No.1014 2026/2/12 (木) あらき農園 TEL080-1366-8984



学生さんと先生

1月29日(木)に東葛看護専門学校の学生さん6名と先生とカメラマンの方が実習にみえました。明るくて素敵なお学生さん達からは「堆肥づくりをして枯れた落花生の茎などを無駄なく活用している」「高齢化で農家の人がいなくなったら食べるものがなくなってしまう」「野菜に向き合っている姿を見て自分でも野菜を育ててみたいになった」「夏暑すぎて野菜が育たなくなって大変」などの感想をいただきました。先生からは入院された患者さんの気持ちに寄り添う看護の大切さを聞くことができました。90歳のカメラマンさんからは「応援団がすごく増えましたね。」と褒められました。

お届けの野菜 葱・里芋・なばな・ひとみ人参・三浦大根・ほうれん草

**簡単レシピ** 菜花のごま油ポン酢あえ 菜花をゆでて、ごま油とポン酢でいただくのが簡単でおいしいです。ゆでて五目チラシ寿司に載せるのもオシャレですね。茎も葉もやわらかで少し苦みのある春の味を味わってください。(あらき)

### 主な作業

葱・茎ブロッコリー・キャベツの種をトレイにまく、小松菜・サラダ関係を畑にまいてビニールトンネルをかける、枯れ草畑の片付け、堆肥積み等。

**野菜ともだちの声** ・昨日、給食であらきさんの人参を食べました。種まきした事を先生に話していたので、昨日の給食の時にみんなの前で田中さんが種まきをしてきた人参です！と先生が言ってくれました。無農薬だしおいしいよ、ってみんなに伝えたら、おいしいってみんなでたくさん食べて、空になりました。(田中さん)



堆肥作り

### 2月の絵本

#### トットちゃんの15つぶのだいず

#### 講談社

〈 原案：黒柳徹子 文：柏葉幸子 絵：松本春野 〉

2月と言えば、節分ですね。

この歳になると一体何粒の大豆をいただく事になるのだろうか？(笑)

この絵本は、そんなのどかな美味しい大豆のお話ではないのです。

80年前、小学生だったトットちゃんこと黒柳徹子さんの一日の食事は15粒の大豆でした。文も絵も明るく穏やかな雰囲気にあふれた絵本ですが、乏しかった食べ物をポイントに描かれた事で、それが戦時中に生きる子供の過酷な環境をひしひしと伝えてくれます。

トットちゃんは、朝、登校するとき、1日の食べ物としてママから大豆15粒だけ渡されます。夕ごはんの分も入っているから、それを考えて食べなさいとも言われます。

トットちゃんは空腹を抱えながらもいろいろ考えて大豆を食べるのです。

考えて考えて食べるトットちゃん、その一つ一つのエピソードは可愛らしく心温まるものです。家に帰った時には7粒の大豆を残すことができました。そして、何よりも家族が空襲に合ったりせず無事だったことにほっとするのです。そんな食生活でしたので、トットちゃんはやせ細り、つらい日々が始まります。

絵を描いた松本さんはいわさきちひろさん(「窓際のトットちゃん」の挿絵を描いた)のお孫さんです。この本を昨年、中学1年生の読み聞かせで読みました。ほとんどの子が黒柳徹子を知らない年代でしたが、戦争は戦う兵隊だけでなく、周りの人すべてを巻き込んでしまう事に気づいてくれたようでした。

(市川・田中成子)

2/26 (木) ひとみ人参・里芋・ほうれん草・大根・ねぎ等

野菜の傷みや苦手な野菜なので別の野菜にとのご要望がありましたらご連絡ください。