

# 野菜ともだち通信



じゃが芋の芽欠き

じゃが芋の芽がたくさんだと養分が分配されるので  
小さなじゃが芋ばかりになってしまいます。  
それで1つの種芋に2本の芽だけを残して後の芽はかきとりました。  
小さな子にはむずかしいと思ったのですが、一生懸命にやってくれました。  
2～3年生の子は最後までがんばってやってくれましたよ。  
大きなじゃが芋になあれ。

お届けの野菜 ・ 筍 (2品分) ・ かぶ ・ サラダセット (サラダからしな ・ 赤サラダからしな ・ わさび菜 ・ ルッコラ菜  
花 ・ ラデッシュ) ・ 細い人参 (遅く蒔いた人参 (昨年9月) なので細いですが香りと甘みがあります。

ただとう立ちで中心が固くなってしまったので取り除いてください。) ・ その他

簡単レシピ ☆かぶの塩昆布炒め <材料> ・ かぶ ・ かぶの葉 ・ ベーコン ・ 塩昆布  
・ 塩 ・ オリーブオイル <作り方 > ①かぶをくし型切り。 葉っぱは、軽く茹で水気を絞ってから5センチくらいに切る。 ベーコンは、1センチ幅くらいに切る。  
②オリーブオイルをフライパンに入れ、ベーコンを軽く炒めたら、かぶを入れて少し焦げ目がつくくらいに炒めたのち、葉っぱを入れて、少し炒めてから塩昆布と塩で味付けしたら30秒くらい炒めて出来上がり〜♥ (キッチンヴェスタさん)



筍

主な作業 ねぎ ・ サニーレタス ・ サラダ関係 ・ ズッキーニ ・ 南瓜 ・ まくわ瓜の種まき、  
レタスとミニ白菜の定植、草刈機モアで収穫後のブロッコリー畑やキャベツ畑を歩いて  
細かくする、EM生ゴミや米ぬかをまいて耕運する等。

畑だより ☆松戸市の退職教職員の仲間で開催している  
ピースの会の皆さん9人が畑にみえました。畑作業のお手伝いをしてくださった後、私達の農業のやり方や鎌ヶ谷市の学校給食に人参を出荷した経緯を聞いてもらいました。松戸市は小学校の給食は無料ですが、中学校は1人月1000円の補助があるだけだと知り、中学校も無料になると家計が助かるなあと思いました。

## ご案内

アースディ(4/22)は地球環境保護の意思表示をする日で個人の自由な発想で地球のためにやれることをやる日です。世界中で取り組まれています。  
1016号でご紹介した田中はるき君(14歳)と田中ゆうきくん(10歳)が主催する「アースディ in 鎌ヶ谷」が開催されます。  
お近くの方どうぞお立寄りください。

場所：特別養護老人ホーム アウル鎌ヶ谷

(鎌ヶ谷市佐津間568) 六実駅より徒歩6分

5/14(木) ・ 里芋 ・ 大根等

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。

**EARTH DAY in 鎌ヶ谷**  
～繋がる・広がる～

**2026. 4. 26 (日) 10:00-15:00**

- ◆ Shine earth お話し会/ワークショップ ◆  
予約不要! 参加費無料! みんなで考えよう  
14時30分スタート
- ◆ 小倉高校チームオーシャンズ ◆  
マイクロプラスチックアクセサリー
- ◆ 早稲田大学 Precious Plastic Matsudo ◆  
プラスチックを、もう一度。  
早稲田大学で回収した  
ペットボトルやカップ類の廃棄物  
を製品へと再生する活動をしています。  
今回は、彼がプラスチックを再生させた  
製品を展示しています。
- ◆ キッズマルシェ ◆  
子どもたちがメインで出店!!  
子どもたちがメインで出店する考  
えながら出店します。  
コミュニケーション、経済観念、エコ、  
菜食や野菜、思いがたくさん詰まったお店  
ぜひお楽しみください!
- ◆ 飲食コーナー ◆  
社会活動を行っている方の  
キッチンカー & 食品販売  
レモネードスタンド

Sponsors: Reeha, chèvre, etc.