

はびきの食育だより

地元の恵みを食べていますか？

「地産地消」という言葉を耳にしたことがありますか？
この意味は、「地元で作られた食べ物を地元で
おいしくいただくこと」です。

おいしくて新鮮な農産物は、意外と身近なところでも
作られたり、売られたりしているもの。直売所やスーパー
で食材の産地を確かめてみると、今まで気づかなかった地元の魅力を発見できますよ。

生産地から食卓までの距離
が近くなると、輸送にかかるエ
ネルギーが少なくてすむんだ。
環境への負担を減らすことが
できるよ。



地産地消は食品を買う(食べる)人もつくる人もいいこといっぱい！

☆新鮮な食べ物が身近な場所
で手に入る。
☆作っている人の顔が見えるこ
とで安心感がうまれる。
☆流通にかかるお金が少なく、
安くいいものが手に入る。

食品を買う人
(食べる人)



食品をつくる人

☆買う人の声が届くようになり、作る
人もがんばる。
☆直売なら小規模な産物や不ぞろ
いな品も売れる。
☆新たに人が働ける場所ができる。
高齢者の生きがい作りに役立つ。

羽曳野の特産品はなんでしょう？

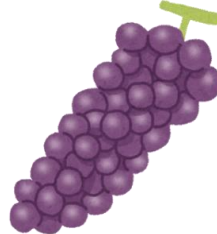
うすいえんどう



旬4～5月

碓井地区が発祥の「なにわの伝統
野菜」です。
さやと豆の色合いは淡く甘味が強い
のが特徴です。

河内ぶどう
(デラウェア)



旬5～8月

駒ヶ谷地区で栽培さ
れるデラウェアは全国
出荷量第1位にもなっ
たこともあり、そのぶ
どうを使ったワイン作
りも行われています。

いちじく



旬8～9月

古市地区を中心に栽培されるいちじくは、関西で
は随一の生産量をほこります。ジャムやソース等
にも加工されています。

他にも地元でなにが作られてるか調べてみましょう！