

見て〇〇感じて♡食べてみよう♡ ～給食でお世話になる人たちへ

おおば
大場
ひと
仁夫



今回紹介する達人は、
中吉田町で野菜を育てている
大場仁夫さん(83才)です。

大場さんは野菜を作り
つづけて、今年で64年！

20代の頃は農業や酪農の
勉強のためアメリカへ行き、

益田に帰ってからは、ブロッコリー栽培を益田で初めて取り組んだ方です。
今回は、野菜作りの魅力や健康の秘訣についてインタビューしました。

Q1. 野菜作りをしていて、おもしろいと感じることはどんなことですか？

最近、異常気象(とても暑い日が続いたり、たくさん雨が降る(=))で、
思うように芽がでなかったり、収穫できないことがあります。

そのような中でも、自分でいろいろ考えて
やってみて、成果(野菜が1頁詰りに育ち、たくさん
収穫できる)がでるところがおもしろいですね。



Q2. 大場さんの健康の秘訣はなんですか？

私が大切にしていることは、3つあります。

① 僅か(ほんの)こと
僅か(ほんの)時間は野菜の成長によってさまざま
ですが、朝から日が暮れるまで、しっかり体を動かします。

② 新鮮な旬の野菜を食べること
"旬"とは、食(た)べ物が1年(ねん)で1番(ばん)おいしく、栄養
もたくさん含まれている時期のことです。

野菜は鮮度も大切なので、できるだけ地元で
とれた新鮮なものを食べるようにしています。

③ いろいろな人と関(か)わること
いろいろな人と話をしたりして関(か)わりと

元気(げんき)をもらって、"がんばろう!"という気持ちに
なります。

子どもたちにメッセージをお願(ねが)いします。

毎日野菜(特に緑黄色野菜)を食べて
元気で丈夫な身体をつくらせてください。

12月旬の野菜

