

食育だより		令和8年 特別号
毎月19日は食育の日	三郷市立栄中学校	



栄中特別号は栄中の元先生、山澤先生が農家の山澤さんになったのでインタビューしました。山澤先生を通して農家さんの仕事や思いを学んでみましょう！

— なぜ農家になったのですか？ —

山澤さん、以下 Y：小学生から大学生まで、先生か農家か悩んでいました。さらに、教育公務員として10年働き、やりがいや達成感を得ることが出来ました。そして今後の人生を考え、第2の人生は幼い頃から身近に存在していた農業にチャレンジしようと思いました。

— どんな思いで野菜を作っていますか？ —

Y：新鮮でおいしく、きれいな野菜のほうが気持ちがいいし料理もしやすいと思います。自分自身は消費者の気持ちに寄り添い、丁寧に収穫し、梱包することを心がけています。（そうすると時間がかかるのですが・・・泣）

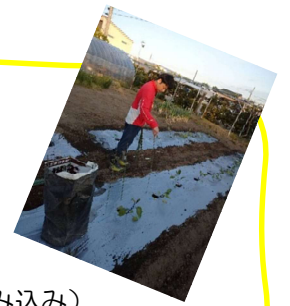
— 仕事の大変なところ —

Y：

- ① **やっぱり腰が痛い！**→長時間、腰を曲げて作業することが多いです。
- ② **暑い中での作業はきつい！**→ビニールハウス栽培は、雨風はしのげる一方熱がこもりやすくなります。25℃を超えるとビニールハウス内で1時間作業をするのも厳しいです。（必然的に夏は朝早くにハウスに行かなければなりません。）
- ③ **害虫との戦い**→おいしい野菜は虫も沢山寄ってきます。せっかく栽培しても、虫に食われてしまったら出荷する分が減ってしまいます。（農家の先輩達は暑さよりも虫の方が大変だと言っています。）

1日のスケジュール

- 6：30-7：30 出勤→収穫（きゅうり・小松菜）
- 7：30-8：00 朝食
- 8：00-9：00 選定作業（収穫した野菜の仕分け）
- 9：00-9：30 出荷準備（トラックに出荷する野菜の積み込み）
- 9：30-10：30 出荷→ミーティング（1週間の出荷量の確認や情報交換。）
- 10：30-12：30 小松菜選定&梱包（袋詰め）
- 12：30-13：30 昼食（ここまでノンストップの為、しっかり休憩）
- 13：30-13：30 小松菜選定&梱包
- 16：00-17：30 苗植え（この日はねぎ、なす、パプリカ等）
- 17：30-18：00 片付け



— 仕事のやりがい —

Y：「美味しい」や「ありがとう」と言われることはやっぱり嬉しいです。あとは、自分が手をかけておいしい野菜をつくれることです。

— 給食の小松菜（アスパラ）農家を目指す理由 —

Y：三郷で生まれ育ち、地域と共に成長し、貢献できる仕事をしたいと考えていました。今までは地方公務員（教員）として、三郷や地域に貢献できたと思っています。学校教育現場で働き、生徒は昔と変わらず給食を楽しみにしていることが分かりました。そこで、野菜を給食に提供する農家になり、貢献してみたいと思いました。

— 子供たちにひと言 —

Y：○学校給食は栄養士が栄養バランスをしっかりと考えて献立を作り、農家が食材を提供し、給食センターで調理員さんが調理し、配送さんが学校へ送り、給食委員会を中心に給食当番さんが配膳して成り立っています。給食は農家だけでなく、たくさんの思いや労力が詰まった1食です。だから、個人でも、クラスでも簡単に残さないでほしいです・・・

○食料自給率（経済）やフードマイレージ（環境）の観点からしてもこれからは「地産地消」が大切なんじゃないかと思います！

毎日農家で頑張ってます！！



ミーティング↑



出荷↑



なす苗植え↓



小松菜選定↑



←若い苗木が風等で倒れないように風よけを作っているところ

山澤さん、熱いメッセージをありがとうございました！皆さんはこの記事を見てどう感じましたか？少し農家さんの仕事が身近に感じたでしょうか？