



# 野菜を知ろう

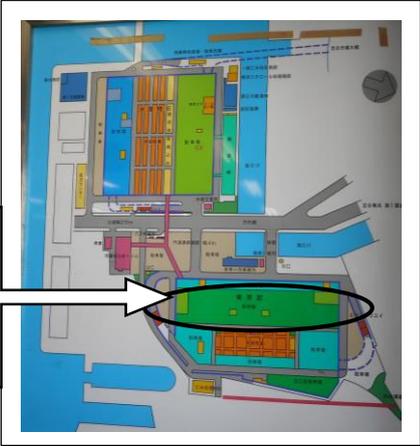
～市場見学とお野菜講座～

横浜市神奈川区にある横浜中央卸売市場本場青果部の施設を見学、その後野菜ソムリエ上級プロ清水 厚雄氏による講演「～美味しさの秘密は「匂」にある?～」を受講しました。

## 市場見学

市場の広さ、取り扱う青果の種類、量の多さに驚きました。

広い市場の青果部の施設を見学しました。



<青果施設へ移動>



<せり台>

参加者がせり台にのりました



説明に聞き入る参加者



<清水氏によるせりの実演>



<果物売場>

フォークリフトで運ぶ様子も見られました



<大型予冷庫>

部屋全体が予冷庫で、庫内は7度に設定されています。

# お野菜講座

野菜ソムリエ上級プロ 清水厚雄氏から市場の役割、おいしい野菜の見分け方、野菜の旬と保存の裏技の話しを聞きました。ミニトマトの食べ比べも行いました。



<講師 野菜ソムリエ上級プロ  
清水 厚雄氏>

野菜	主要産地	卸売予定数量
ニンジン	千葉・三浦他	40 t
ジャガイモ	千葉他	408 t
ハクサイ	北海道他	20 t
タマネギ	千葉・三浦・愛知他	50 t
ネギ	北海道他	35 t
キウリ	埼玉・千葉他	40 t
トマト	千葉・高知・宮崎他	208 t
ナス	千葉・熊本他	25 t
レタス	高知他	30 t
ピーマン	福岡・香川・兵庫他	10 t
ホウレンソウ	宮崎・高知・鹿児島他	12 t
ナマシイタケ	群馬他	83 t
シシトピー	秋田・山形・岩手他	8 t
エノキ	長野他	4 t
つまいも	長野他	4 t
	千葉・茨城他	6 t
		0 t

<ある日の取り扱った野菜の産地と量>

## 横浜市中心卸売市場について

昭和6年、全国で3番目に開設。野菜・果物・農産加工品の扱いは、年間、約40万トン、約1000億円の取引がある。

- ☆ 市場の役割  
安定供給・集分散機能・価格形成機能  
食の安全を守るなど

## おいしい野菜について

- ☆ 美味しい野菜の見分け方  
鮮度・できのよいもの・その野菜の特徴で見分ける
- ☆ 旬を知ろう  
野菜・果物の旬だけでなく、産地の旬（旬の産地）のものを選ぶことが大切である。
- ☆ 野菜の保存  
収穫後も生きている野菜は「どれだけ生きながらえるか」が保存のポイントになる。



### <会場に並んだ野菜>

キャベツ・たまねぎ・だいこん・レタス・トマト・ピーマン・さといもなど14品目

一般的なミニトマトと「赤糖房（あかとんぼ）」（和歌山産）と言う枝付きトマトを試食しました。色も味も濃いトマトでした。



### トマトのワンポイント

トマトはヘタの反対側に星のようなスターマークがあると美味しい。

## 参加者の感想

・ 個人では見るできない市場内の様子を知ることができ、勉強になった。

・ 学校や自分のもとに野菜が届くまでの流れを知ることができた。

・ 野菜ソムリエの話は大変分かりやすく、仕事にも家庭にも生かせる内容で勉強になった。

・ 野菜の美味しさは時期だけでなく、産地も加味することでよりよいものが食べられることが興味深かった。

・ せりの様子を見せていただいたのが貴重で楽しかった。

・ 身近な野菜の魅力を教えていただき、今後もっと子どもたちに伝えたいと思った。

・ 想像以上の野菜や果物の量にとっても驚いた。規模の大きいことに驚いた。

一般には入場することができない市場を講演の前の忙しい時に案内していただいた清水様はじめ、丸中青果の皆様、お野菜講座を企画・運営してくださった横浜市経済局中央卸売市場本場経営支援課の皆様、ご協力いただきありがとうございました。

