

5 チューリップ球根づくり

富山県では、チューリップ球根の生産が盛んで、平成27年は、砺波市、高岡市、入善町、朝日町などで77ha作られていて、出荷数は約1,666万球で日本一です。

<チューリップ球根のつくりかた>



富山県で初めてチューリップを作ったのは、水野豊造さん（砺波市）たちだよ。その当時（大正7年（1918））、チューリップは珍しくて高い値段で売れたんだ。そこから球根の生産が始まったんだね。



富山県が育てたチューリップ

- 富山県には約2,100種類のチューリップがあります。それらを組み合わせ、美しく珍しいチューリップを生み出しています。これまでに、新しく33種類を育成しました。



<黄小町>
黄色い大きな花が特徴



<春のあわゆき>
白い花びらがたくさんあるのが特徴

【球根の植付け・収穫ロボットの開発】

- 球根を植えたり、収穫作業を楽に行えるようにするためのロボットを開発しています。

ロボットによる植付け試験



6 果物づくり

富山県では、日本なし、かき、りんごが多く作られています。これ以外に、ぶどう、もも、うめ（「稲積梅」）、いちじくも作られており、最近では、ブルーベリーやラズベリーなどの面積も増えています。

日本なし



花が満開の呉羽なし産地（4月）



最も多く作られている甘くてみずみずしい「幸水」

- 富山市や射水市、魚津市などで100年以上前から作られていて、県内全体で約150haあります。
- 8月中旬から、10月中旬までの約2ヶ月間、「幸水」などの甘くてみずみずしいなしが収穫されます。
- 呉羽なしは、県外にも出荷されています。

柿（かき）



高所作業車による収穫作業



皮をむいて、乾燥して作られる「富山干柿」

- 柿には、甘い柿としぶい柿があります。甘い柿は、射水市などで作られていて、しぶい柿は、朝日町や南砺市などで作られています。
- しぶい柿は、収穫後に干すことなどで甘くなります。
- 干してしぶ抜きする干柿は、年末年始のおくりものやお正月飾りとして人気があります。

りんご



りんごの収穫作業

- 魚津市を中心に、100年以上も前から作られていて、県内全体で約110haあります。
- りんご産地としては気候があたため富山県では、花が咲いてから収穫するまでの日数が長く、日光をたっぷりあびて育つため、甘くて果汁が多いりんごになります。

その他の県内で生産されている主な果物



ぶどう



もも



いちじく



ラズベリー

7 畜産

【畜産】

富山県内には、牛、ぶた、ニワトリが飼われています。

| 種類 | 県内の産地 |
|---|--|
| 肉牛（にくうし）  <ul style="list-style-type: none"> ● 牛肉用として飼われている牛です。富山県内で飼われている約6割が毛の色が黒い「黒毛和種」という種類です。 ● 肉牛1頭の体重は700～800kgほどあります。 | 【立山町、小矢部市、氷見市】 <ul style="list-style-type: none"> ● 県内では、4,000頭が飼われています。 |
| 乳牛（にゅうぎゅう）  <ul style="list-style-type: none"> ● 牛乳用に飼われている牛です。県内では白黒模様用の「ホルスタイン種」という種類がほとんどです。 ● 乳牛1頭で、1日に20～30ℓの乳を出します。 | 【黒部市、富山市、砺波市】 <ul style="list-style-type: none"> ● 県内では、2,300頭が飼われています |
| 豚（ぶた）  <ul style="list-style-type: none"> ● 豚肉用に飼われています。 ● 母豚は、1回に約10頭の子豚を年2回生みます。 ● 子豚は、約6ヶ月で体重110kgになり出荷されます。 | 【黒部市、立山町、南砺市】 <ul style="list-style-type: none"> ● 県内では、31,000頭飼われています。 |
| 採卵鶏（さいらんけい）  <ul style="list-style-type: none"> ● ニワトリは、ほぼ1日に1個の卵を生みます。 ● 卵は、きれいに洗ったあと、大きさとともにパックに入れられ、お店に並びます。 | 【小矢部市】 ○県内では、100万羽が飼われています。 |

マメ知識 水産

富山湾の深さは1,000m以上と日本でも深い湾の一つで、約500種の魚が生息しています。ブリ類、いわし類、スルメイカ、ホタルイカが多く漁獲されるほか、深海に生息するシロエビ、ベニズワイガニやばい貝類も獲られています。

富山県の
代表的な魚



ブリ



ホタルイカ

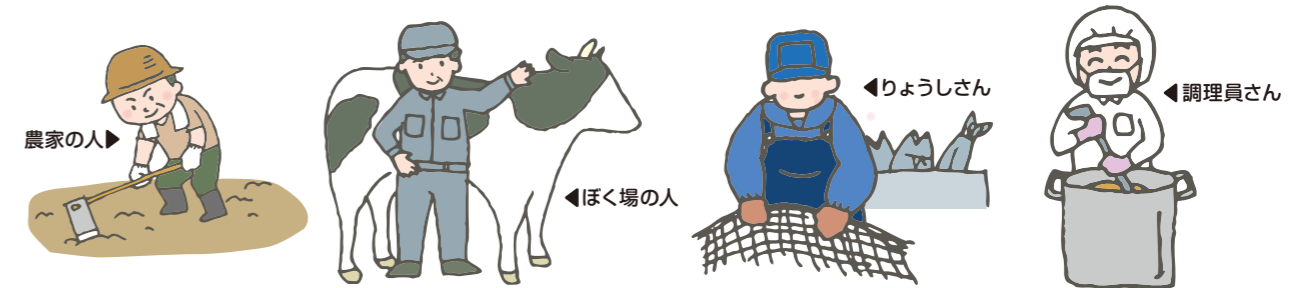


シロエビ

「食」について

1 食への感謝

わたしたちは、動物や魚、野菜などの命をいただいて生きています。また、毎日ごはんを食べられるのは、食べ物を育てたり、とったり、運んだり、調理して下さる方々の努力のおかげです。

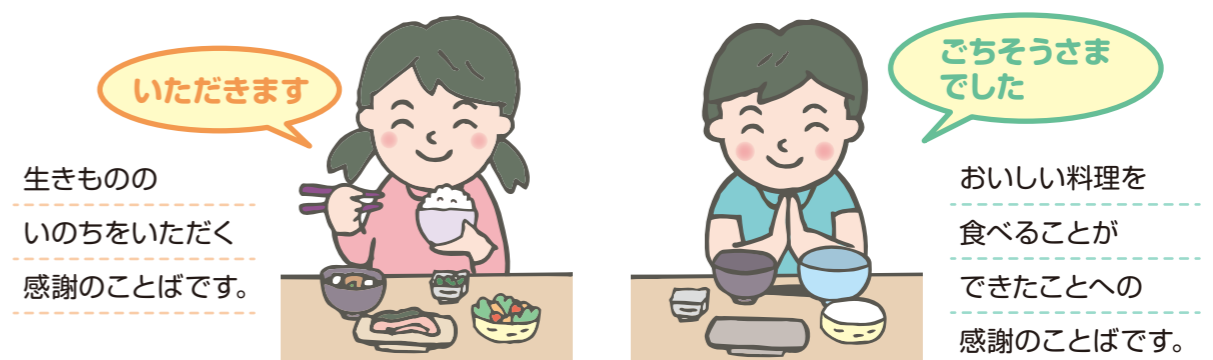


日本は、多くの食料を外国から輸入しています。
 （日本の食料自給率…39% ※H26農林水産省ホームページより）

しかし、年間500万～800万トンの食品を食べ残して捨てており、これは日本で1年にとれる米の量（平成26年約844万トン）に匹敵します。
 （※農林水産省「平成25年9月食品ロス削減に向けて～「もったいない」を取り戻そう」～より）

世界では、約9億人を超える人々が、飢えや栄養不足で苦しんでいるのに、日本ではたくさんの食べ物が捨てられているのです。もったいないと思いませんか？

食べるときは、感謝して、残さずに食べましょう。



生きものの
いのちをいただく
感謝のことばです。

おいしい料理を
食べることが
できたことへの
感謝のことばです。

2 バランスのよい食生活

3つのグループ（赤・黄・緑）をそろえましょう！

赤のグループ

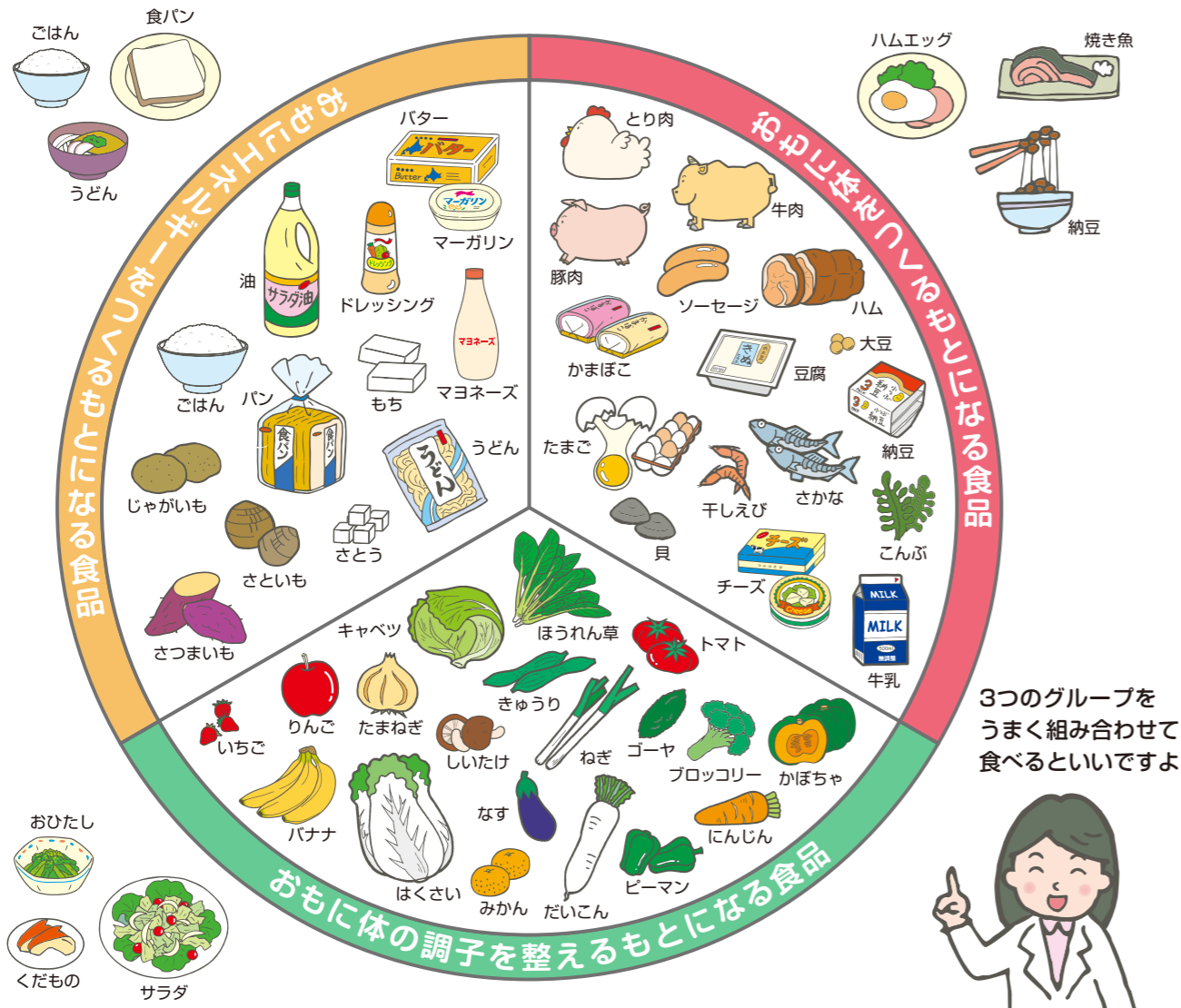
おもに血や肉となり、
体をつくるもとになる

黄のグループ

おもにエネルギーとなり、
体を動かすもとになる

緑のグループ

おもに体の調子を整え、
病気になるようにする



3つのグループ（赤・黄・緑）をそろえたごはんの例



とやまがた 富山型食生活を、じっせんしよう

- と 富山米と
- や 野菜、肉、魚を中心に
- ま まんべんなく食べよう

富山型食生活とは？

富山米と新鮮な野菜、肉、魚などを、
バランスよくとる食生活です。



おやつとり方にも、気をつけよう

手づくりは
もったいよ！

- 砂糖、食塩を調整できる
- 食品添加物が少ない
- 足りない栄養を補える



表示を見ながら
選ぼう！

| 栄養成分表示(100g当たり) | |
|-----------------|-------|
| エネルギー | ○kcal |
| たんぱく質 | ○g |
| 脂質 | ○g |
| 炭水化物 | ○g |
| ナトリウム | ○mg |

高 おやつエネルギー

おやつの適量は約200kcalです。
ごはん1杯分が目安です。

約200kcal 低

| | | | | |
|-------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|--------|
| 牛乳 200ml 140kcal 0.7杯分 | 果汁100%ジュース 200ml 80kcal 0.4杯分 | スポーツドリンク 200ml 50kcal 0.3杯分 | お茶 0kcal 0杯分 | 飲料 |
| ハンバーガー 1コ 500kcal 2.5杯分 | カップめん 1コ 400kcal 2杯分 | 菓子パン 1コ 300kcal 1.5杯分 | やきいも半分 (100g) 160kcal 0.8杯分 | 軽食 |
| アイス クリーム 300kcal 1.5杯分 | ドーナツ 1コ 230kcal 1.2杯分 | プリン 1コ 100kcal 0.5杯分 | ヨーグルト (100g) 90kcal 0.5杯分 | デザート |
| りんご1コ 150kcal 0.75杯分 | バナナ1本 100kcal 0.5杯分 | みかん1コ 40kcal 0.2杯分 | パイナップル 3切れ 24kcal 0.12杯分 | 果物 |
| ビスケット 2枚 100kcal 0.5杯分 | ポテトチップス 8枚 80kcal 0.4杯分 | チョコレート 3コ 60kcal 0.3杯分 | あめ2コ 40kcal 0.2杯分 | スナック菓子 |

組合せ
お茶 + やきいも = 160kcal
ジュース + バナナ = 180kcal
ビスケット + 牛乳 = 240kcal

おやつといっても「お菓子」だけではないよ。季節の果物や、牛乳・乳製品などをうまく組み合わせてね！