

実施日：2月1日（木）花野果市場 14:00～

初企画『桜島だいこん品評会』in 山高

いつも花野果（はなやか）市場をご利用・ご支援頂きありがとうございます。

さて、農業を学ぶ1年生10名が1人1株、桜島だいこんを栽培しました。

自分たちが栽培した農産物が、お客様にどのように評価していただけるか『授業の一環』として、品評会を実施することとしました。

品評会及び販売の方法について

- ① 陳列してある桜島大根（No1～10）を見て、購入したい物を決定する
- ② 決定後は、桜島大根（No1～10）の番号・氏名・購入希望金額を記入する
- ③ 入札BOXへ、記入していただいた用紙を投函する（入札方式）
- ④ 購入希望額が一番高かった方が購入。（学校の評価額を超えたものを販売）



播種の様子（10月4日）水曜日



現在の様子（1月25日）木曜日

南日本新聞 2024 1/20(土)
発行部数244,720部
編集・発行/南日本新聞社フェリア室
記事・広告... (TEL) 099 (813) 5075
配布について... (TEL) 099 (813) 5040

桜島大根を食べよう！

1月中旬から旬を迎える桜島大根、煮崩れしにくく、甘みが強いのが特徴です。生産の舞台裏からレジビまで、桜島大根の魅力をお伝えします。

旬のものを食べて養生
桜島大根は「肺」を補う食材。旬の白い食材には、肺や呼吸器を潤す働きがあるとされています。大根のほか、ショウガ、ネギなどを積極的に取ろう。消化吸収を良くするとされる、酢を加えるのもおすすめ。また、冬は強辛い味（酸味）を温かく調理して食べて。例えば、黒豆やクラゲ、海藻類など、黒い食材が挙げられます。

冬は胃と肺に注意！
漢方（中医学）の考え方は、冬は「腎」の季節と呼ばれます。腎は冷えに弱く、腎の働きが弱まると、皮膚や粘膜にダメージがあらわれ、風邪などの感染症も引き起こしやすいといわれています。乾燥する季節は「肺」にも注意を。肺と大腸の関係は密接で、肺の働きが弱まると腸にも影響が出るとされています。

旬の食材は栄養価も高く、比較的安く手に入るのがうれしいですね。季節に合わせて、楽しく食養生をしましょう。

フェリア営業局 東海部 国際中医専門員 武 柳子さん

フェリア営業局
金生町1-9 ☎099 (222) 5072
0～18:40(日曜、祝日は10:00～)

材料(4人分) 作り方

南日本新聞フェリアより引用

実施日：2月1日（木）花野果市場 14:00～

入札用紙	初企画『桜島だいこん品評会』
購入希望者氏名	【 】
桜島だいこん	【No. 】
購入希望額	【 】

※購入希望額が一番高かった方が購入。

（ただし、学校評価額を超えた場合に販売します）

入札用紙	初企画『桜島だいこん品評会』
購入希望者氏名	【 】
桜島だいこん	【No. 】
購入希望額	【 】

※購入希望額が一番高かった方が購入。

（ただし、学校評価額を超えた場合に販売します）

実施日：2月1日（木）花野果市場 14:00～