

しずおかけん 静岡県のレタス

しずおかけん 静岡県のレタス
せいざんりょう
の生産量は

ぜんこく 全国5位

れいわ んど やさい せいざん しゅつか どうけい
令和4年度 野菜生産出荷統計より

しずおかけんない よしだちょう
静岡県内では、吉田町・
まきのはらし しまだし
牧之原市・島田市で
おお
多くつくられているよ。



レタスクイズ

Q1 しずおかけん 静岡県でレタスが^{おお}多く採れる時期は^{しき}
いつでしょう?

- ① ^{はる}春 ② ^{なつ}夏 ③ ^{あき}秋 ④ ^{ふゆ}冬

Q2 おいしいレタスは^{しん}芯がどのくらいの^{おお}
大きさの^{おお}ものでしょう?

- ① ^{えんだま}1円玉くらい
② ^{えんだま}10円玉くらい
③ ^{えんだま}500円玉くらい



きれいで^{しんせん}新鮮な
レタスを^{あいじょう}愛情込めて
つく^こ作っています。



レタス農家:鈴木さん

静岡の^{しずおか}おいしい
レタスを^{いっぱい}いっぱい
食べて^たください。



JAハイサン:大石さん

たま 玉レタス



もっと
最もポピュラーなレタス。シャキシャキ
とした^{はぎ}歯切れのよさが^{めいりく}魅力です。

サラダ菜



ほのかな^{あま}甘みと^{かお}香りがあり、
葉の^は緑が^{みどり}鮮やかです。

ロメインレタス



葉が^は肉厚で^{にくあつ}パリパリとした^{しよつかん}食感を
楽しめ^{たの}ます。炒め物^{いたもの}にしても
シャキッと^{しやく}おいしいです。

レタスの仲間たち



「レタスができる
まで」については
動画をみてね

ふじっぴー給食 レタス

サニーレタス



ソフトな^は歯ざわりと
さわやかな^{あじ}味わいで
人気^{にんき}があります。赤紫色^{あかむらさきいろ}が
サラダの^{あかせい}アクセントに!

グリーンリーフ



葉先は^{はさき}ふわふわした^{しよつかん}食感、
茎は^{くき}しゃっきり^{かん}感が
たの^{たの}しめ^めます。

サンチュ



βカロテンは^なレタスの中で
一番^{いちばん}多く^{おほく}含まれています。

写真:静岡県経済産業部農業局農芸振興課提供

あまり^{おほ}大きいものは^{しん}芯が^{かた}大きくなり、
軽^{かろ}いもの^{かろ}がおいしい^{あじ}レタスです。

A2 ② 10円玉 <small>えんだま</small>

温暖な^{あたたか}気候を利用して、^{しずおかけん}静岡県のレタス
の多^{おほく}はお米の^{こめ}裏作^{うらさく}で作られています。
お米の^{こめ}収穫^{とと}が終わった^あ後に^あ作り始め、10
月下旬^{しげしげ}〜4月に^あかけて^あ収穫^{とと}されます。

A1 ④ 冬 <small>ふゆ</small>

ウレタスのこと