

# 地元のものを食べる、「地産地消」が大切です。

食べ物には、それぞれ一番よくとれ、おいしい時期があり、それを「旬」といいます。旬のものは栄養価も高く、体にいいので、お店に並んでいる野菜や果物の産地に注目してみましょう。国産のもの、地元のことを意識して食べることは、食料自給率の向上にもつながります。地元でとれたものを、地元で食べる「地産地消」を合言葉に、北海道農業を応援しましょう。

もっと食べよう！新鮮で安心な北海道産。

## ■北海道の旬の食材カレンダー

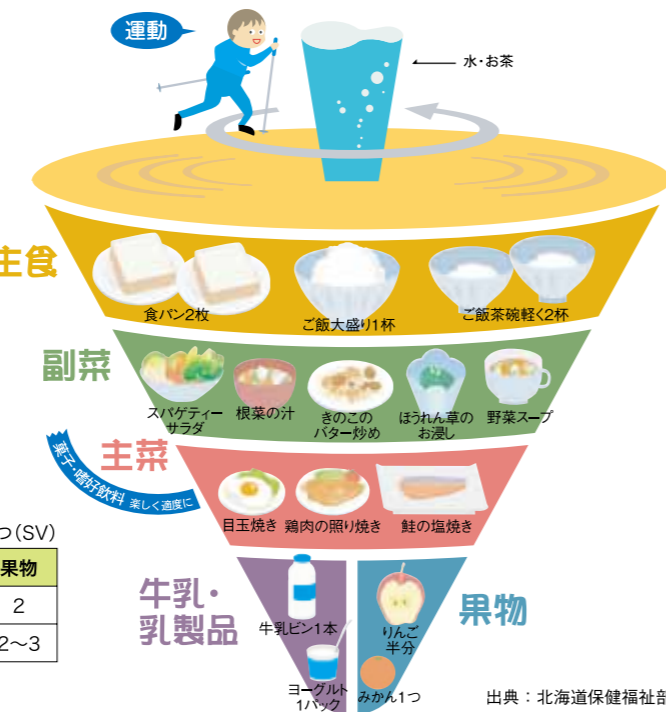
	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
ゆりね												
グリーンアスパラガス												
トマト												
だいこん												
にんじん												
スイートコーン												
かぼちゃ												
たまねぎ												
じゃがいも												
メロン												
りんご												

## バランスよく組み合わせて食べよう。

わたしたちの体は、正しい食生活によって健康がたもたれています。ごはんなどの主食を中心に副菜の野菜をたっぷりとり、栄養バランスのとれた食事で、毎日元気にすごしましょう。



## ■どさんこ食事バランスガイド(中学生女子相当)



中学生の食事摂取基準(身体活動:ふつう以上) 単位:つ(SV)

区分(エネルギー)	主食	副菜	主菜	牛乳・乳製品	果物
女子(2000~2400kcal)	5~7	5~6	3~5	2	2
男子(2400~3000kcal)	6~8	6~7	4~6	2~3	2~3

身体活動レベルに応じて、主食、副菜、主菜を増減してください。

出典：北海道保健福祉部

[制作・発行]

北海道農政部農政課政策調整グループ

〒060-8588 札幌市中央区北3条西6丁目 TEL 011-204-5376(直通)

<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/ns/seisakug/2011rikaisuisin.htm>

知ろう! 学ぼう!

# 北海道の農業・農村





# 北海道の農業・農村には、 食料の生産に加え、環境や未来を守る 大切な役割があります。

農業・農村には、食料を生産する役割のほかにも、自然環境を守るなどいろいろな働きがあり、「農業・農村の多面的機能」と呼ばれています。農業活動がなくなると、多面的機能が失われ、自然災害が増えたり、生き物の住む場所が失われたりします。また、観光や運送業、小売業など地域の経済にも大きく影響します。このように、私たちの生活や地域社会に深く関わっている「農業・農村」について、いっしょに勉強していきましょう。



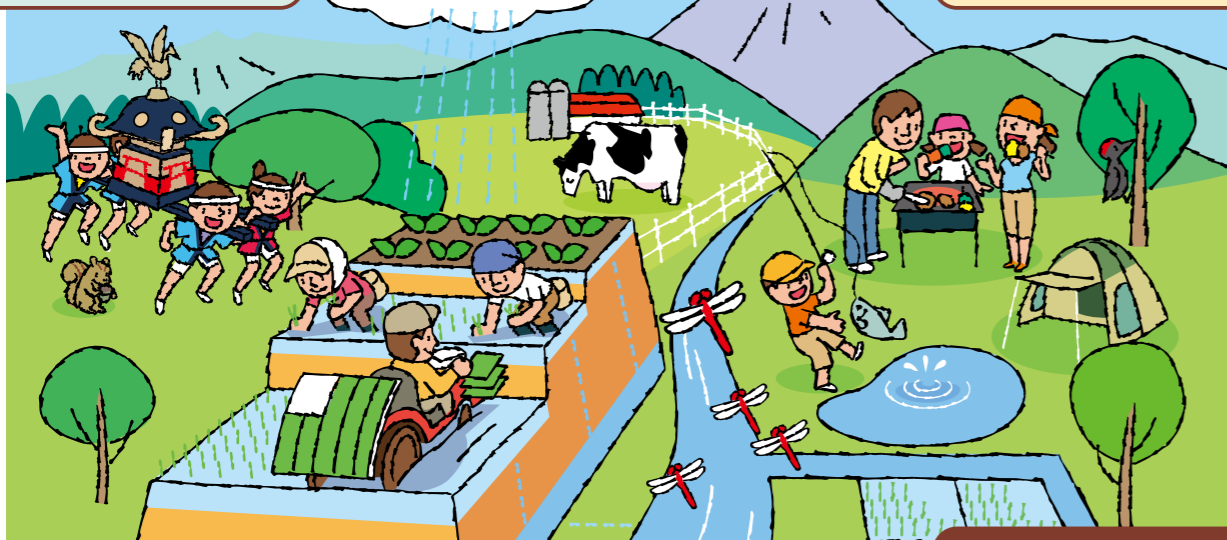
## ■農業・農村の多面的機能

### 自然体験や地域文化を提供する

自然体験ができ、地域独自の文化を伝える場となっています。

### やすらぎを提供する

美しい景観を保ち、訪れた人々にやすらぎを与え、いやしの場を提供しています。



### 国土を保つ

雨水をためて川へ少しずつ流し、地下水をたもち、防災と水資源のいじに役立っています。

### 生物のすみかとなる

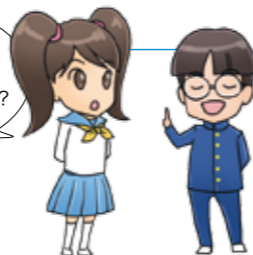
こん虫や鳥など、さまざまな生き物の共生の場となっています

### 自然の環境を守る

有機物を分解し、生き物にとって必要な酸素を作り、動植物の生態系を守っています。

## 農業MEMO

農業はお米や野菜を作るだけじゃないの？



## 全国4分の1の耕地をもつ食料生産地です。

北海道の水田、畑、牧草地などをあわせた面積（耕地面積）は、日本全体の耕地面積の4分の1を占めています。農家一戸あたりの耕地面積は21.5haで、他の都府県の約15倍という規模の大きな経営が行われています。

北海道では、稲作、畑作、野菜、酪農、肉用牛などによる多様な農業が行われています。北海道は寒冷で積雪期が長いなど、農業にとっては厳しい自然条件下にあります。しかし、明治以来、欧米から近代的な農業技術を導入し、また独自の新技術の開発などを行って、気象条件に左右されることの少ない、冷害に強い農業を営む努力を続けてきました。

現在、北海道では専門的な農家が中心となって、めぐまれた土地資源を生かしながら、効率的な農業が行われています。じゃがいも、小麦、たまねぎなど、多くの農産物が全国一の生産量をあげており、北海道は日本最大の食料供給地域となっています。

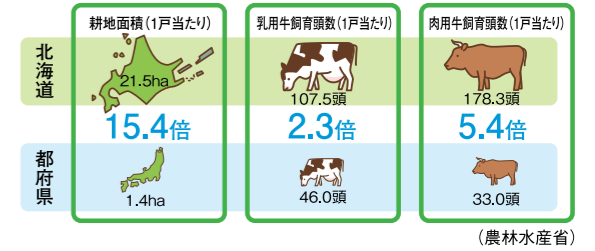
## 地域ごとに特色のある農業が行われています。

北海道は東西南北に大きく広がっており、地域によって異なる気候や土地条件を持っています。そのため、地域ごとに特色のある農業が展開されています。

道央地域は、石狩平野や上川盆地を中心に、石狩川水系の豊かな水と夏の暑さを利用した稲作地帯が形成されています。また、野菜や花栽培もさかんです。

道東の帯広市を中心とする十勝と、北見市・網走市を中心とするオホーツクでは、広大な農地を生かした大規模な畑

## ■北海道と都府県の農業の比較(平成22年)



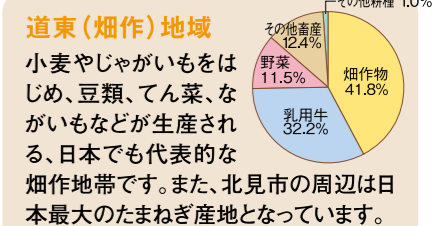
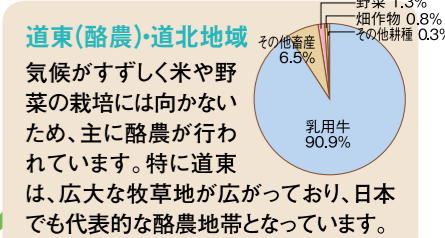
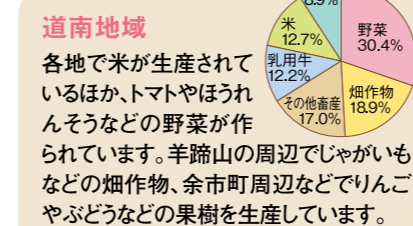
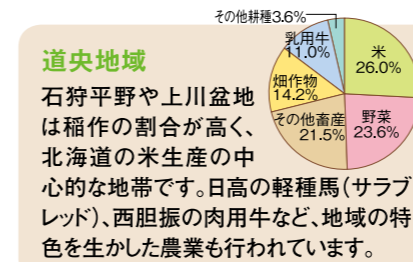
## ■生産量が全国トップクラスの北海道の農畜産物(平成22年)



作が行われています。

道東の釧路・根室や道北の宗谷には、広大な丘や湿原を含む平らな土地が広がっています。夏も比較的すずしく、主に酪農が行われています。

道南地域は、平坦な土地が少ないため経営規模は小さいのですが、温暖な気候にめぐまれ、稲作に加え、野菜、果樹栽培などの集約的な農業が行われています。



(農林水産省)

## 農業MEMO

なぜ地域によって育てるものが変わるの？

