

# 地産地消ネットワークみえ ニュースレター

冬号

季刊・H14/2/4 発行

事務局 〒514 - 1101 久居市明神町2501-1 三重県農林水産支援センター内

Tel 059 - 259 - 0859 Fax 059 - 259 - 0862

E-mail [tisantisho-mie@mate.pref.mie.jp](mailto:tisantisho-mie@mate.pref.mie.jp)

URL <http://mie.ecodes.ne.jp/titi/>



## 広げようネットワーク

現在会員数 **6509人**

お友達やご近所の方にも紹介してください

## メールアドレス教えてください！

会員申し込み後、新たにアドレスを取得された方、事務局までご一報を。タイムリーな情報をお届けします。

### プロジェクト活動 - 1

## 消費者との交流会から「たべごろ市場」オープン

農村女性ネットワーク「たべごろ(代表・佐々木美知代、会員72名)」の産直市場が11月30日、津市東丸之内にオープンしました。この市場は、7月に行われた、津市の消費者グループ「TSUアイリス(女性問題研究会、代表・柏木はるみ)」との交流会から生まれました。

交流会では、農業と環境、食の安全安心などのテーマで意見交換が行われました。生産物も販売され、農村女性のパワーに圧倒されたひとときでした。

これをきっかけに、「TSUアイリス」の協力を得て、自分たちの生産物を地域の人に販売する産直市場をオープンすることができました。現在は、毎週木曜日の11時～午後1時、津市東丸之内の「UF」銀行前で販売しています。旬の野菜、いちごや柿のジャム、伊勢いもなど大変好評です。



### プロジェクト活動 - 2

## 地産地消でつくって食べてお話ししよう

調理師を目指して勉強している大橋学園高校生と、若手農家、そして主婦のあわせて50人が、11月4日、大橋学園で地元の食材を使った料理を作り、農業について意見交換をしました。

この日に先立ち、生徒達は文化祭で地元の生産物を使った料理の模擬店を出したり、農家を訪ねて畜産の現場を見てきました。「四日市の近辺で畜産が行われているなんて知らなかった」「自然の中で牛を飼うことがとても大変だと分かった」と発表しました。

若手酪農家は、「生産することに一生懸命で、あまり消費者と交流をしてこなかった。これからは、町と農家が近くにあるというメリットを生かして、消費者の方がどんなものを望んでいるのか、これからの農業をどうしていくべきかなど、話し合いながら農業をしていきたい」と熱く語りました。

## 学校給食における地産地消の取組



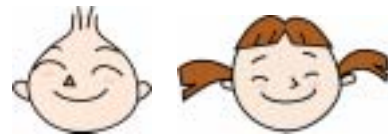
### 取組 1) 一志町学校給食センター

一志町学校給食センターでは、幼稚園・保育園・小・中学校の約2千食の給食が作られています。一度に大量に消費されるというメリットから、給食用食材を納入する地元業者・JAの協力を得て、一志町で生産されたブロッコリー・なばな・いちご・春キャベツが、地元JAから納入されています。

栄養士の先生方は、子供たちに地場産を知ってもらうために、様々な取組を行っています。昨年一月の学校給食週間では、一志米100%の伝兵衛もち・ブロッコリーサラダ・いちごなど、地場産物を使った給食を実施しました。また、2月には、町内の小学校で、一志町の農産物を使った献立を小学生に考えてもらうという、リクエスト給食を行いました。地場産物を使った給食は、子供たちにも先生たちにも好評だそうです。



「地場産はとても安いとは言えませんが、安心と新鮮を購入できることが一番の良さ」と同センターの森田美佐子先生は、シンポジウムで発表されました。これからは、子供たちが地元の農産物に関心を持ち、生産者に感謝の気持ちを持つような取組をしていきたいと熱意を語られました。



### 取組 2) 美杉東小学校

美杉東小学校では、全校生徒約80人分の給食が、学校内の給食施設で作られています。栄養士の久保美恵先生が中心となって、地元産物を給食の献立に取り入れる活動が始まりました。

11月30日には、同学校で地元の食材で調理した給食の試食会と、「地産地消学校給食」の検討会が開催されました。美杉東小学校は本年度、「地産地消学校給食」推進のモデル校に名乗りを上げています。

試食会では、教職員、PTA会長、給食用食材を納入する地元業者、生産者など10数名の方が、小学5・6年生と一緒に、あまごの天ぷらなどすべて地元の食材で作った給食を味わいました。また試食会に先立ち、生産者の方による、美杉村の食材についての授業も行われました。子ども達は、大変興味深く授業に参加していました。

検討会では、質・形・大きさのそろった食材を大量に必要とする学校給食に、地元の小さな農家が作った産物を取り入れるための問題について話し合いが行われました。価格や食材の調達方法など様々な問題点が揚げられましたが、教育面でも安全面でもとても意義ある取組なので、検討を続けていくこととなりました。



この日を記念して、年一回、すべて地元産物を使った給食の日「美杉村の日」がスタートします。

### 取組3) 津市教育研究会 食教育部

津市教育委員会食教育部の主催で、12月9日、「津の学校給食展」が津リージョンプラザで開催されました。津市の学校給食や食に関する展示、たべものゲームなどが行われ、親子連れでにぎわいました。この中で、地産地消運動が紹介されています。

県内の産地と生産量を写真とグラフを使って紹介。栄養士さんの手作りです。

稲作の体験学習。子ども達はごはんを残さなくなりました。

津市では、小学校22校が同一の献立表を使い、各学校で学校給食を作っています。津市全体の、一日に作られる学校給食数は、1万食近くにもなります。津市では、以前から安心な食材を子ども達に、という思いで、地元の食材を望んでいましたが、一度に大量に必要なので、量の確保が一番の問題でした。

しかし最近、栄養士さんと中央卸売市場とで話し合いを行い、中央卸売市場から地元野菜の入荷状況を、前月までに知らせるようになりました。栄養士さんは、その資料を参考に、たくさんある時期には地元の食材を使うよう、業者に指示を出します。本年度12月から、このようなシステムがスタートし、「地産地消学校給食」の実現に向けて力強い一歩を踏み出しました。

### 学校給食に地域の食材を取り入れるために

学校給食は、子どもたちの体と心を育てる大切な食です。生産過程が分かる安心の地域食材を使い、食べものが作られる背景も感じながら食べる楽しい給食は、誰もが望むものです。

そんな給食を実現するために、みんなで考え行動しましょう。

事例をはじめ、学校給食を担当する栄養士さんはみんながんばっています。特に小中学生のお子さんがある会員の方を中心に学校に要望していただくなど、応援しましょう。

地域食材の供給が不足しています。JAや生産者で出せるものや作れるものがあれば、市町村の農林関係課または当ネットワークへ相談してください。

取り入れるには、「量や大きさがそろわない」「市場に出ていない、ほしい時にない」「価格があわない」など問題点が多くあります。また、給食には、教育委員会、学校、栄養士、調理員、給食協会、食材納入業者、市場、JA、生産者と多くの機関や人が関わっていますし、やり方も市町村で様々です。関係者が協力しあって、地域の食材が学校や給食センターに納入されるシステムづくりが重要です。

「やろう」という気持ちがあれば、必ず実現できます。それぞれの立場で「子どもたちの食」について考え、できることに取り組んでみませんか。

## 東紀州地産地消体験ツアー

12月4日、青空の下、津・松阪・紀伊長島町から集まった40名が、三重きいながしま港市やFSC認証森林（速水林業）を見学してきました。FSC認証とは、環境への配慮、社会的利益、経済的に継続可能な森林管理を行っている森林に与えられる国際森林認証です。

### 三重きいながしま港市見学

港市は、紀伊長島の港に水揚げされた新鮮な魚を、地域の人に知ってもらおうと昨年始めました。この日は、他のイベントも重なり、大変なにぎわいでした。鮮魚がすでに売り切れていたのは残念でしたが、いか・さんまなど新鮮な地元の魚を使った干物を手に入れることができました。

### 干物づくり体験

鯖の開干しとあじのみりん干しにチャレンジしました。魚をさばき、塩水、調味液に浸けて2～3時間で完成。自宅へ手作りのおみやげもでき、満足、満足。

### FSC認証森林（速水林業）

FSC認証森林の案内人は、紀北県民局農林水産商工部の山下さんです。森の特徴や働きについて、お話しいただきました。森の中はちょっぴり寒かったけれど、素敵なお話で心暖まりました。そんな山下さんのお話を一部紹介します。



この森林は、植栽本数が少なく、明るいことが特徴です。光がたくさん入るように管理されているので、いろいろな雑木やシダ類が生えています。広葉樹の森の方が明るくて、土もふかふかとしているイメージを持っている方が多いと思います。でも、手入れがよい人工林は明るく、生物の種類も多いのです。大学の先生の調査では243種類の生物が生息しているとのことでした。同じ先生の調査で、広葉樹林では170種類ぐらいということです。

100haの山で木の生長量を全部集めると、一日に樹齢100年ぐらいの木一本の生長量があるのです。これを使わない手はありません。

外材に圧されて日本の木材の自給率は19%です。でも山には使われずに枯れたり放ったらかしの木がたくさんあります。安ければいいのでしょうか。少し考えてほしいのです。

輸送コストをかけても外材の方が安い。でも、タンカーで運ぶと重油等のいろんなエネルギーが消費されています。地域の山の木を使ってそこにまた木を植えれば、資源の消費はゼロです。

また山の木があるということは、空気の浄化、水の涵養機能、様々な働きをしてくれています。

私たちが森の木を使うことで林業が支えられ、山を守っていける、このようなことを考えてほしいと思います。

## 東紀州地産地消体験ツアー

12月4日、青空の下、津・松阪・紀伊長島町から集まった40名が、三重きいながしま港市やFSC認証森林（速水林業）を見学してきました。FSC認証とは、環境への配慮、社会的利益、経済的に継続可能な森林管理を行っている森林に与えられる国際森林認証です。

### 三重きいながしま港市見学

港市は、紀伊長島の港に水揚げされた新鮮な魚を、地域の人に知ってもらおうと昨年始めました。この日は、他のイベントも重なり、大変なにぎわいでした。鮮魚がすでに売り切れていたのは残念でしたが、いか・さんまなど新鮮な地元の魚を使った干物を手に入れることができました。

### 干物づくり体験

鯖の開干しとあじのみりん干しにチャレンジしました。魚を開き、塩水、調味液に浸けて2～3時間で完成です。手作りのおみやげもでき、満足、満足！

### FSC認証森林（速水林業）

FSC認証森林の案内人は、紀北県民局農林水産商工部の山下さんです。森の特徴や働きについて、お話しいただきました。森の中はちょっぴり寒かったけれど、素敵なお話に心暖まりました。そんな山下さんのお話を一部紹介します。



この森林は、植栽本数が少なく、明るいことが特徴です。光がたくさん入るように管理されているので、いろいろな雑木やシダ類が生えています。広葉樹の森の方が明るくて、土もふかふかとしているイメージを持っている方が多いと思います。でも、手入れがよい人工林は明るく、生物の種類も多いのです。大学の先生の調査では243種類の生物が生息しているとのことでした。同じ先生の調査で、広葉樹林では170種類ぐらいということです。

100haの山で木の生長量を全部集めると、一日に樹齢100年ぐらいの木一本の生長量があるのです。これを使わない手はありません。

外材に圧されて日本の木材の自給率は19%です。でも山には使われずに枯れたり放ったらかしの木がたくさんあります。安ければいいのでしょうか。少し考えてほしいのです。

輸送コストをかけても外材の方が安い。でも、タンカーで運ぶと重油等のいろんなエネルギーが消費されています。地域の山の木を使ってそこにまた木を植えれば、資源の消費はゼロです。

また山の木があるということは、空気の浄化、水の涵養機能、様々な働きをしてくれています。

私たちが森の木を使うことで林業が支えられ、山を守っていける、このようなことを考えてほしいと思います。

プロジェクト活動 - 3

### **夢市場－農業体験バスツアー**

鈴鹿・亀山地域の若手専業農家の組織、「大地の耕作人（会長・藤田政也、メンバー17名）」は、「夢市場」という農産物の直売市を、椿神社と白子駅前毎月開催しています。11月22日は、自分たちのこだわりをもっと消費者に知ってもらおうと、農業体験ツアーを行いました。

参加した40人あまりの主婦が、「大地の耕作人」のメンバーと一緒に野菜の収穫をしました。皆初めての体験に、大きな白菜やキャベツを抱えて満足そうでした。

また、昼食時には、野菜・豚・卵など、新鮮な食材を使った料理をいただきながら、意見交換も行われ、とても好評でした。

食材がどのように作られたか確認できることが消費者の安心感につながります。「大地の耕作人」は、このような活動をとおして、消費者とお互いに理解を深めながら、農業を続けていきたいと考えています。



プロジェクト活動 - 4

### **絵本「ぼたもち村の3匹のこざる」を子ども達にプレゼント**

三重農政倶楽部（代表・中谷秀央、メンバー33名）は、三重県の農業問題を考えることを目的に集まった農家のグループです。朝食を食べずに通学する子ども達が急増していることを憂え、子ども達にも食の大切さを気づいてほしいと、絵本をつくりました。それが「ぼたもち村の3匹のこざる」です。お話も絵もメンバーの手作りです。

『こざるのかん太はよく働き、村の恵みをたくさん食べるから、力の元である「元気坊主」が応援してくれる。自分たちと一緒に育った食べ物が一番身体に合うんじゃよ。』絵本では、こんなふうに和尚さんの言葉を借りて、地産地消の意義が易しく説明されています。

この絵本は、県内の560あまりの小学校や図書館などに贈られました。

## 「東紀州特産たかな漬」で地域おこし

東紀州地域の伝統食材の一つに「たかな漬」があります。たかな漬はこの地域に伝わる伝統料理「めはりずし」の材料となる高菜の漬物で、ぴりっとした自然の辛味が特徴です。この「たかな漬」を地域特産物として振興するため、熊野市内の2つの高菜生産グループを母体として「熊野たかな振興会」が立ち上げられました。平均年齢66才の会員が知恵を絞りあって高菜の栽培から加工販売までを一貫して行ない、年々栽培面積が拡大しています。また、紀和町においても高齢者グループが高菜の栽培を行ない、「財団法人紀和町ふるさと公社」が加工販売を行なっています。いずれも地域の高菜だけを利用し、塩とトウガラシ以外何も添加せず手作りにより加工された安心な食品で、平成13年11月にE-マーク商品として三重県の認証を受けました。現在、「東紀州特産たかな漬」は熊野市の道の駅や地域内のスーパーで販売されているほか、直販も行なわれています。この機会に是非一度「たかな漬」を味わってみてください。めはりずしとしてまた、刻んで高菜チャーハンとしてもご利用いただけます。



（熊野たかな振興会：電話 05978-4-1110）

（財団法人紀和町ふるさと公社：電話 05979-7-0640）

### \*めはりずし\*

めはりずしは山仕事や野良仕事の弁当として作られていた郷土のおにぎりで、昔は大変大きなおにぎりでしたので、食べる時目を見張る程大きな口を開かなければならないことと、目を見張るほどおいしいということで名付けられたと伝えられています。

今では食べやすいように小さくして家庭料理や駅弁として作られています。温かいご飯を高菜の漬物でくるんだものですが、高菜独特のぴりっとした辛味が食欲をそそります。

さて、たかな漬のほかに東紀州地域で生産振興をおこなっている品目の一つに「東紀州地どり」があります。1月20日(日)には、両方の品目を地域の方に知ってもらい雰囲気盛り上げてもらおうと、熊野市の「道の駅きのくに」で、「めはり祭 地どり祭」が開催されました。このイベントは熊野たかな振興会と東紀州地どり生産組合主催により開催されたもので、東紀州地どり焼きとりや新作たかなもちなどがふるまわれたほか、児童生徒による高菜栽培加工体験の発表、めはりずし早食い競争などが行なわれ、多くの家族連れでにぎわいました。



## 産直市情報(南勢志摩編)

市の名称	開催日	開設場所	開催組織名	連絡先
近鉄宇治山田朝市	土 8～16 時	宇治山田駅構内	JA 多気郡	0596-52-3715
伊勢北部産直部会	毎日 13～15 時	Aコープ玉城店内地場産コーナー	JA 伊勢伊勢	0596-58-9292
小俣産直市	日・水 13～16 時半	JA 伊勢小俣支店前駐車場	小俣支店	0596-22-2121
御園村産直市	土 7 時～	ハートプラザ みその裏駐車場	JA 伊勢御園支店	0596-22-3557
アグリ農産物 とれたて市場	水曜定休 9 時半～20 時	玉城町原	ふるさと工房あぐり	0596-58-8686
やまびこ会	土 10～10 時半	JA 伊勢度会支店	JA 伊勢中川支店	0596-64-0226
野原朝市	0 のつく日(6-10 月は 0・5 のつ く日) 7 時～(5-9 月は 6 時～)	JA 伊勢大宮支店前	大宮支店	05988-5-0009
滝原朝市	日 8 時～	大宮町滝原	植村寿満	05988-6-2909
朝市	金 6 時～9 時	南島支店、河内出張所	同左	0596-76-0008
島津青空市場	木 6 時～8 時	JA 伊勢島津支店前倉庫	橋本猛	0596-78-0756
鷺倉東宮朝市	土 6 時半～	南島町阿曾浦合同ビル	鷺倉支店	0596-72-1311
民話の駅「蘇民」	水曜定休 9 時～18 時	二見町松下地区 42 号線沿い	蘇民	0596-44-1000
青物市	火・金 8 時半～	JA 鳥羽志摩阿児支店	阿児支店	0599-43-0362
びさた市	8・18 のつく日 8 時半～	鳥羽市文化会館車庫前	鳥羽生活改善 G	0599-25-1230
鳥羽しおさい市	第 2・4 土 7 時半～11 時	鳥羽市鳥羽一丁目	鳥羽市水産漁港課	0599-25-1167
ふれあい市場	1・15 日(土日・祝日は翌 営業日)15 時～	JA 鳥羽志摩役場前支店前	磯部支店	0599-55-0037
青果市	月・水・金 7 時半～12 時	JA 鳥羽志摩小坂支店	小坂支店	0599-72-0304
朝市	火 8 時半～12 時	JA 鳥羽志摩名田支店	名田支店	0599-72-0026
青物市	木 6～14 時	JA 鳥羽志摩船越支店	船越支店	0599-72-2234
水曜市	水(祝日休み)6 時～	JA 鳥羽志摩片田支店	片田支店	0599-85-2600
和具朝市	金(7・8 月は火・金) 8 時～	JA 鳥羽志摩和具支店	和具支店	0599-85-0074
無人青物市	土(6-9 月は火・土) 6～17 時	JA 鳥羽志摩越賀支店	越賀支店	0599-85-0039
レインボー	日 9～15 時	阿児町鷺方県志摩庁舎横	阿児町産業振興課	0599-43-0711

## イベント情報 (詳細は、事務局までお問い合わせ下さい。)

### 地産地消亀山“食”のフォーラム

2月10日(日) 9:30～

亀山市青少年研修センター

9:30～親子の食コンテスト

12:00～地産地消料理試食コーナー

13:30～吉原ひろ子トークショー

14:30～生産者と消費者による

クイズとパネルディスカッション

16:00～コンテスト表彰式

地元の生産物を即売します

### 食でささえるみえの元気フォーラム

～平成13年度三重県栄養改善大会～

2月28日(木) 10:00～16:00

三重県総合文化センター中ホール、ギャラリー

10:00～ 式典及び表彰式

11:00～ 演劇風食育座談会「食育ってなあに？」

13:00～ 発表「できました！！みえの食生活指針」

14:20～ 特別講演 女子栄養大学教授 足立己幸

ギャラリーでは、地元の生産物を即売します

(10:00～14:30)

イベント情報、美味しいもの情報などを事務局までお寄せ下さい。





## おすすめの一冊

「**農から明日を読む**」 星 寛次 著 集英社(新書版)刊

「まほろばの里」という言葉から何を連想されますか？生命と環境の世紀といわれる21世紀にふさわしいアルカディア(理想郷)が日本にあるとすれば、著者の住まうこの地ではないかと思わせられます。

「農」という字は、人が、<sup>いで</sup>暁に出て大地を耕すことを表現しているそうです。農業を<sup>なりわい</sup>生業とし、四季の移り変わりや暮らしている地域の変化を感じさせる文章からは、寛容で優しくかつ生命の永続に対しては骨太な著者の性格がにじみ出ています(テレビでご覧になられた方は、彼のまなざしや、深いしわにそれを発見されたことでしょう)。

「身土不二」や「地産地消」のみならず、自在でしなやかな絆を結ぶNPOによる社会づくりの提案ももりこまれ、持続可能な循環型社会の基軸は「農ある暮らし」であり、「世界は未来の子孫からの借り物である」と深く気づかされる一冊です。(評：三重県地産地消推進室 西)

## 旬のレシピ

**おからのびっくり巻き** 材料 4人分(一人あたり232kcal)

おから 300g	鶏挽き肉 80g
生しいたけ 2枚	にんじん 40g
こんにゃく 40g	さとう 大さじ1
みりん 大さじ1	酒 大さじ1
しょうゆ 大さじ1 1/2	だし汁 1カップ
ごま油 大さじ2	ブロッコリー茎 60g
卵 2個	焼きのり 4枚



しいたけ、にんじん、こんにゃくを細かく刻む。

鍋にごま油をひき、鶏挽き肉をポロポロになるまで炒め、切った野菜とおからを加え軽く炒めたら、さとう、酒、だし汁を加える。しょうゆを加え、煮上がる前にみりんを足して仕上げる。

卵に、酒・塩で味をととのえ、一人1枚になるように薄焼き卵を焼く。ブロッコリーの茎は細切りにしてゆでておく。ラップに薄焼き卵をのせ、のりをしき、おからを薄くのばす。ブロッコリーを中心にして、くるくると巻き、形を整える。

を2センチ長さに切り、サラダ菜とトマトを添える。

**高菜チャーハン** 材料(4人分)

たかな 160g	ちりめんじゃこ 40g
卵 2個	サラダ油 大さじ3
ごはん 600g	しょうゆ 小さじ2

たかな漬は流水にさらし、塩けをある程度ぬいたあと細かく切つて、水けをしぼる。

ちりめんじゃこに熱湯をかけ、水けをきる。

卵を割りほぐし、フライパンに油大さじ1を熱して、やわらかい卵を作り皿に取り出す。

サラダ大さじ2をたし、ちりめんじゃこ、ごはんを炒める。いり卵、たかなを混ぜ、最後に鍋肌からしょうゆを入れて香りをつける。

