

# あびこ型「地産地消」推進協議会

会報 第51号

2019年11月15日発行

～秋を彩る花たち～



コスモス



クレモコウ



ヒガンバナ



サルビア



サザンカ



ススキ

★本会報はカラーでご覧になれます。

当協議会ホームページの <https://abiko-chisan.com/newsletter>

またはQRコードから、会報「第51号」をお読みください。



# 1. 法人会員紹介(みんなの広場「風」)

代表・栗原 祐子

みんなの広場「風」は様々なハンディキャップを抱えている人たちが、日々のプログラムに参加して自立をめざした活動を行っている障がい者施設です。私たちは久寺家の有機の畑で作物を育て、収穫した作物を使ってお菓子や加工品づくり、うどん作り等の活動をおこなっています。出来た野菜や加工品は、バザー、あびこん、久寺家の当施設で開催しているサロン等で販売したり、ふるさと納税の返礼品やお中元お歳暮として発送しています。地産地消協議会の忘年会では、私たちの特産品を中心にしたお料理を提供させていただいています。

そうした活動に加え、今年8月に、つくし野にコミュニティーカフェ『cafe 風』をオープンしました。手作りうどんや有機野菜を使用して、地産地消の安心安全のおいしいメニューでお客様をおもてなししています。店内で野菜や加工品も販売しています。

また、カフェを拠点として、支え合う地域社会を目指して、地域の方々と共に、誰もが楽しめる企画を行います。10月からは、食事作りが滞りがちな高齢者の方々向けのおいしい朝ごはんの会を始めました。ボランティア、企画、随時募集中！子ども食堂や、引きこもりサロン等に興味のある方はぜひご一報ください！

今後は、農業と福祉の連携を進め、担い手の少なくなった農家の作業を障がいを持った人たちがお手伝いする等の仕組みづくりを考えていきたいと思っています。カフェは、子どもたちの未来に向けて、様々な夢を語り合い、連帯を実現していく場として育てていきます。是非お立ち寄りください。

「風」の目標

「一人ひとりを大切にした温かい支援を実現する」

「支えあえる地域福祉社会をめざしたまちづくりに貢献する」

※「風」は2019年8月1日から、就労継続支援B型事業所になりました。

※我孫子市への「ふるさと納税」の返礼品として、風のうどん、野菜、らっきょうを送らせていただいています。こちらへもぜひ協力をお願いいたします。

お問い合わせ

みんなの広場「風」TEL：04-7186-0728

URL：<https://kaze-abiko.jimdofree.com/>

email アドレス：minnanohirobakaze@sirius.ocn.ne.jp

コミュニティーカフェ『cafe 風』 あびこビレッジショッピングセンター2階

◆電話：04-7199-7355（土日・祝祭日・年末年始は休み）

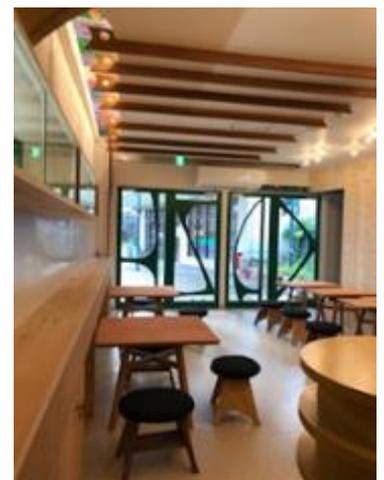
◆営業時間 平日 11：30～16：00（ランチタイム 平日 11：30～14：00）

◆お食事メニュー

ランチ、野菜たっぷりたぬき・きつねうどん

野菜たっぷり焼きうどん、季節の野菜うどん

コーヒー、紅茶、季節の野菜蒸しケーキ、かぼちゃプリン等



## 2. 新規引受農家(阿曾農園)

広報部会 若王子 範文

阿曾農園(阿曾 義弘)は、令和元年6月から援農ボランティアの受け入れ農家を始めました。台風15号・19号が通り過ぎ、明日にでも21号が千葉県東の海上を北に通り過ぎようとしている10月の下旬、お忙しいところ阿蘇農園にお邪魔しました。

阿曾農園は「古戸175」、国道356号線沿いのレストラン・ジョイフルの向かい側にあります。阿曾家で花卉園芸を始めたのは義弘さんで三代目になります、おじいさんが球根・宿根草等の花栽培を始め、二代目父親の時代で電照菊の栽培を始めました。

今も電照菊の栽培が主体です。阿曾さんは大学を卒業してからすぐに父親が行っていた、電照菊の栽培の手伝いを始めて12年になります。現在は、義弘さんと奥様が中心となり父親に手伝っていただきながら栽培を行っています。

電照菊の中でも、西洋系のスプレーギクを中心に多種(15種程度)栽培しており主に柏花卉市場に出荷しています。今の時期は露地菊が盛んな時期なので出荷は少ないとのこと。また、寒さが厳しい2月も暖房費の節約で栽培は少なくしています。

阿曾さんは、「援農ボラの皆さんは熱心に作業をしていただき感謝しています。今は月に2~3回ですが、もう少し援農の方々に多く来ていただくとありがたい。」と話されていました。



阿曾夫妻(ハウス内で菊に囲まれて)

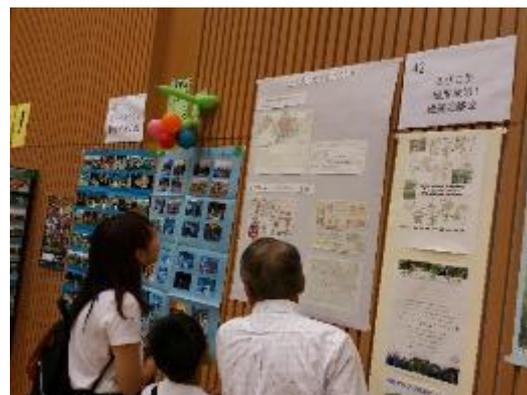
## 3. 多世代交流 市民のチカラ 2019

広報部会 若王子 範文

「多世代交流 市民のチカラまつり 2019」は、我孫子市の市民活動団体が中心になって、行政・学校・企業・商店など多様な主体と連携しながら実施するまちづくり交流イベントです。子どもからシニアまで、多世代が楽しみながら交流できます。今年のテーマは、「やりたいことのない人も きっと見つかる楽しいイベント」とし、けやきプラザにて、9月14日(土)・15日(日)の2日間開かれました。

展示部門の参加団体数は54団体、イベント参加の団体も12団体となりました。けやきプラザの各階でコンサート・子ども食堂・こどものあそびのくに・理科実験・嘉納治五郎などが展示されました。

私たちあびこ型「地産地消」推進協議会は、2階ふれあいホール「市民活動団体に会える場」のブースにおいて、我孫子農産物をサブテーマに①トマト誕生ストーリー②稲の成長③地産地消協議会とは!のパネルを作成し展示参加しました。他にクイズ&アンケートとパソコンでトマト誕生ストーリーの紹介などを流しました。



## 4. 採って食べよう(夏野菜カレー)

食育交流部会 香取 典男

令和元年7月20日(土)10~13時、新木の高木農園にて、採って食べよう 夏野菜カレーの会が開催されました。台風6号が来ており天気が心配でしたが、当日は曇り薄日も差し実行できました。参加者は24名(大人11名、小学生9名、未就学児4名)でした。残念ながら6名が当日キャンセルでした。

今回の「採って食べよう」は、高木農園でジャガイモ掘り、キュウリ、枝豆の収穫などを体験。また畑を見学し高木さんからミニトマト、カボチャ、オクラなど野菜の説明を受けました。

先ず参加者の皆さんでもぎった枝豆とトウモロコシを茹でて出しました。次に採れたての夏野菜の入ったカレー、甘口と中辛の2種類を用意し食べて頂きました。農園で採れたレタスと葉物のサラダも添えました。ほとんどの方がお替わりをしました。中辛の方が先になくなり予想外でした。

家族で参加された方がほとんどで、皆さん新鮮な野菜のおいしさを実感していただきました。また野菜農家さんと直接会話ができて栽培の苦労話や喜びなど聞けて良かったようです。

クイズでは、参加者みなさんが積極的に手を挙げて答え、とても楽しそうに盛り上がりました。

「採って食べよう」では、当日のイベントの為に収穫スペースの確保や提供する野菜の準備等々、ご負担となるところを、今回、高木農園さんにご協力を頂いたこと非常に感謝しております。

こういった食育イベントには、どうしても農家さんの負担を伴う、協力が必要となります。そういった課題を克服し、我孫子の農家さんと良く連携し、共に地域食育イベントに取り組んでいけたらと思います。



## 5. 第16期援農ボランティア養成講座

援農ボランティア部会 井出 史郎

今回の第16期援農ボランティア養成講座は、まだ暑さの残る9/14からスタートしました。

今年は養成講座に応募いただいた方が3名、体験応募ですでに活動をしている方3名、計6名でのスタートとなりました。

実習は、仲原農園でのトマト片付け、鈴木(順)農園でのブロッコリー定植、杉浦農園での白菜の定植を行いました。実際は4回目の実習を予定していましたが、台風19号の影響で、残念ながら中止となってしまいました。この台風の被害で、前週に行った杉浦農園で植えた白菜含め農園すべてがひどい被害を受ける形となり、養成講座参加者も含め自然相手の農業の厳しさを深く感じた秋になりました。

修了式では、先輩ボランティアの宮本さんから体験談やトリビア、受入農家の高木さんから農家立場からお話を頂きました。

今回の修了式は以前やっていた食事会も復活させ、米舞亭さんをお願いして新米のおにぎりとお味噌汁を準備いただき、新旧メンバーでお話をする機会を設けました。皆さん、大きなお握りをおいしそうにほおばっていました。

早速11月から新しい援農ボランティアメンバーは活動に参加いただいています。是非無理をせず、末永い活動をしていただければ嬉しいです。そしてそのように活動をしていけるよう、運営サイドからもしっかりサポートしてゆきたいと思います。



## 6. シェフに学ぶ料理教室

食育交流部会 須藤一宏

今年度最初の料理教室は10月29日(火)に「けやきプラザの我孫子南近隣センター」で行われ、当日は雨の中を24名(内男性3名)の方が参加していただきました。

緑2丁目にある我孫子フレンチレストラン「tegare<sup>テガレ</sup>」のシェフ越路宏和さんを講師としてお願いしました。メニューは①シイタケのスープ(椎茸・玉ねぎ・セロリ・ニンニク・パイヨン)②サーモンの瞬快燻製(サーモン・小松菜・トマト・レタス・サーモンチップ)③柿と紅茶のジュレ・アイスクリーム添え(柿・水・紅茶・グラニュー糖・板ゼラチン)でした。10時から食育交流部会の須藤部会長の挨拶、シェフの紹介から始まりました。はじめに、シェフから料理全体の説明が有りました。その後参加者が料理をはじめ12時頃からそろそろと出来上がり盛り付けを終え試食に入りました。食事は皆さん満足そうな顔をして、味の感想・手順の確認などの話しをしながらシェフ提供のパンと一緒に味わい、ゆっくりとした時間を過ごしていました。



## 7. 野菜のはなし(野菜と天候)

日暮 俊一

昔から俗に照り(テリ、日照り)に不作なしと言われていますが、今年の7月の天候と昨年の7月の天候を振り返ってみるとなるほどとうなずける処があります。

昨年は7月早々に梅雨があがってしまい、本来最も激しい雨が降る7月上中旬は連日晴れと高温がつづき、救急搬送も例年の倍近くになりました。今年の7月は手のひらを返したように、曇天・雨天つづきの毎日で気温は低めで体感的には涼しく、とてもしのぎやすい7月となりました。

しかし、私たちの生活のみならず植物(野菜も含む)の成長とお天道様は有史以来切っても切れない関係にあり、体感的に楽であるということは植物の成長や野菜の生育にとっては必然的に日照不足が生じているという事になります。

水分が十分にもたらされる梅雨時多少の日照不足になっても野菜に大きな影響はないのではとも思われますがそれも限度があります。太陽光線は炭水化物(糖質)などの化学エネルギーへの生化学反応(光合成)の元となっていますので、今年の7月の天候のような環境下で生育・成長した野菜や植物には活力・元気がなく、湿度も当然高い訳ですから菌糸の繁殖には好条件となり、いわゆる病害も多発します。

一方で日照りつづきの場合、生産量の低下は見られますがかん水、散水など水を補填することが、可能ですので劇的な不作とはなりません。

さて、晴天つづきと乾燥・水不足が野菜にとって悪いことばかりかというとは実は新しい発見につながったり、私たちの健康にも深く関与している事がわかって来て、生物(植物)の奥深さを良い意味で見せてくれています。

現在のフルーツトマトは災い転じて福となした一例といえます。高知県のトマト栽培のハウスに台風が呼び込んだ塩分濃度の極めて高い雨水(海水まじり)が入り、トマトが吸水できず(塩害)枯れる寸前になった生き残った株についていたトマトを食してみた処、とても甘いトマトである事を発見し、トマト栽培においては水分を極力控えると糖分の高いトマトになるという、今はだれでも知っている水分調整の技術が確立されました。

もともとトマトはアンデスの高地、極めて環境の劣悪な岩場などに自生していたナス科の植物ですので乾燥には強いのです。日照り続きの時の家庭菜園の露地のミニトマトがとてもおいしいのも同じ理由といえます。

更に人間の健康に寄与する栄養面からは日照りのような環境下で栽培された野菜には炭水化物などの化学エネルギーばかりでなく過酷な環境変化の中でも成長を遂げる為、植物(野菜)自身がもっている自己防衛システムによって生合成される、いわゆるフィトケミカルという防衛機能成分が多く含まれています。ポリフェノール・カロテン類、カテキン、タンニン、スルフォラファンなどは代表例です。

これらの成分が多いと食味、食感インパクトがあり、味のメリハリがはっきりした風味が強くて味の濃い野菜となります。ものによっては異なる品種ではないかと思われる程、苦みエグ味辛味が強くなることがあります。

結論として、水は補填が可能ですが太陽光線の補填は不可能ですので照りに不作なしという言葉が生まれたような気がします。

夏野菜で味の濃い、風味も強く、苦味も辛味も強い野菜に出会ったときは健康面へのプラスと受け止めるのも良いかもしれません。

発行：あびこ型「地産地消」推進協議会 会長 齊藤徳剛

住所：270-1146 我孫子市高野山新田193(「水の館」2F)

(業務日 月・火・木) 9:00~17:00

Tel 04-7128-7770 Fax 04-7128-7771

E-mail [info@abiko-chisan.com](mailto:info@abiko-chisan.com) HP <http://abiko-chisan.com/>

(協議会ホームページではカラーでご覧いただけます)

