

はまふんど

よこはまの畑と
食卓を結ぶ情報紙

ナビ

第3号

2006年12月11日号

ゆめ・ファーマーの料理教室

冬野菜の恵みを味わう

日時：1月29日(月)10:30-13:00

参加費：1600円

会場：男女共同参画センター横浜
(電話862-5052)

申し込み受付は、12月15日から
(申し込みは電話で直接会場へ)



よこはま・ゆめ・ファーマー ～都市農業を支える女性を応援します～

横浜市では、女性農業者がいきいきと働き暮らせる“農”のあるまち横浜を目指すため、農業経営や地域活動などに主体的に取り組んでいる女性を「よこはま・ゆめ・ファーマー」として認定し、積極的に支援をしています。事業が始まった平成8年度に20人を認定した後、毎年5人程度を認定して、これまでに65人の女性農業者を認定しています。

認定した方々が、地域で自主的に開催する研修会や交流会への講師派遣や、ゆめ・ファーマーが所属するグループが行う研修、視察、情報発信を目的とした活動に対して、支援をしています。また、他地域へ視察や異業種との交流を通じて、農家女性同士あるいは異業種の女性とのネットワークづくりも進めています。

女性農業者が地場産農産物の良さをお伝えします

よこはま・ゆめ・ファーマーは、横浜の農業、農産物の良さを紹介するために、料理教室やゆめ・ファーマーマーケットの開催などさまざまな場面で活躍しています。

① 横浜農業の魅力味わう～料理教室～

季節の地場野菜の良さを伝えようと、昨年から年に5回程度の料理教室を男女共同参画センター横浜北及び男女共同参画センター横浜との共催により開催しています。使う野菜はその日の朝に収穫したとりたてとあって、参加者に大好評です。野菜のプロである女性農業者ならではの、野菜をおいしくいただく、ちょっとしたコツをお伝えしています。

② ゆめ・ファーマーマーケットの開催

市内各所(アートフォーラムあざみ野やフォーラムよこはまのイベント、農と緑のふれあい祭りなど)で年に数回程度、とりたての野菜や果物に加えて、漬物や味噌、梅干、ジャムなどの女性農業者の手づくり加工品を紹介しています。

10周年記念「よこはま・ゆめ・ファーマー文化祭」を開催

よこはま・ゆめ・ファーマーの制度ができて、今年でちょうど10周年です。これを記念して、女性農業者として、横浜の農業や農産物のことを多くの方々にお伝えしようと、来年の1月20日に「よこはま・ゆめ・ファーマー文化祭」を企画しました。詳しくは4ページのイベント情報をご覧ください。

直売所に行こう！

いまシクラメン、キウイが真っ盛り



シクラメンはここで買えます

塩川花風園 代表 塩川藤吉

所在地 保土ヶ谷区藤塚町13-40
電話 351-7007

営業時期と時間 周年、10:00-17:00

販売品目 シクラメン、花苗、花鉢

PRポイント シクラメンのほか、年間50種類以上の花を栽培しています。季節ごとにいろんな花を楽しんでください。

最寄り駅 保土ヶ谷駅からバス(10分)

駐車場 有り(2台)

平本花園 代表 平本光彦

所在地 神奈川区羽沢南2-32-7

電話 383-2359

営業時期と時間 周年、10:00-16:00

販売品目 シクラメン、パンジー、野菜苗、花苗

PRポイント 新しい品種をつぎつぎ取り入れますので、めずらしい種類との出会いアリ。注文を受けてから収穫する新鮮野菜の直売もしています。

最寄り駅 上星川駅から徒歩15分程度

駐車場 有り(20台)

加藤園芸 代表 加藤一男

所在地 神奈川区菅田町2977-4

電話 413-2360

営業時期と時間 11月23日-12月20日、9:00-17:00

販売品目 シクラメン、パンジー

PRポイント 温室に入り、数ある中から気に入ったものを、お客さまご自身

で選んでください。お歳暮にもどうぞ。

最寄り駅 片倉町から徒歩7分

駐車場 有り(15台)

おいしいキウイフルーツはこちら

山本果樹園 代表 山本忠夫

所在地 港北区新吉田町5416

電話 592-7976(直売期間限定)

営業時期と時間 11月~12月(キウイフルーツ)、10:00-16:00/8月~9月20日頃(ブドウ・ナシ)、10:00-17:00

PRポイント 特に肥料にこだわっています。ほぼ100%有機肥料を用い、新鮮で味のよい果物をご提供しています。

最寄り駅 綱島駅からバス(20分)

駐車場 有り(7~8台)

旬のレシピ

【横浜の大根】

冬野菜の代表格の大根。横浜では、現在1616戸の農家が大根を栽培し、作付面積は101ヘクタール。泉区がもっとも作付面積が大きく24.8ヘクタール、次いで神奈川区で12.8ヘクタール栽培されています(2005農林業センサス)。生産量は9320トンです(平成17年度よこはまの緑)。

品種も、直売所によっては、青首大根のほかに、おでんなどに向く三浦大根の仲間である中太系のものや、薬味などに使う辛み大根など、バリエーションに富んでいます。用途に応じて品種を選び、それぞれのおいしさを味わってください。

ゆず巻大根を食して作った状態を保つ



ゆず巻大根

材料

大根16センチ、ゆず1個

調味料

三杯酢(砂糖大さじ5、醤油大さじ5、酢大さじ5)、ゆずの搾り汁(適量)

作り方

大根は、2~3ミリ程度に輪切りにし、1~2日天日に干してしんなりさせる

ゆずは薄く皮をむき、2センチ長さの千切りにする

でを芯にして巻き、三杯酢とゆずの搾り汁を合わせた液に、1~2日つけてから食べる

保存する場合は、でを巻き、糸を通してつるし、乾燥させる。よく乾燥したものは、缶などに入れておけば長持ちする。食べる時は、熱湯に30分つけ、固く絞ってから、三杯酢とゆずの搾り汁を合わせた液につけて食べる
ゆずの皮は、白い部分が苦いので、薄く表皮だけをむく

レシピ提供:

よこはま・ゆめ・ファーマー 平野フキさん

地産地消イベント情報

食育イベント

「よこはま・ゆめ・ファーマー文化祭」

~よこはま・ゆめ・ファーマーがみなさんに伝えたいこと~

日時: 1月20日(土)11:00~15:00

場所: 横浜市青少年交流センター1階
(JR・市営地下鉄 桜木町駅または京浜急行 日の出町駅)

案内図: <http://www.yya.ecnet.jp/furifura/koryu3.html>

内容: 旬の野菜をおいしく食べる技

伝承行事と農家の暮らし

農家の仕事紹介(トークショー)

* そのほか、クラフト教室や親子料理教室など子ども向け体験型のイベントもあります。

* トークショーと料理教室は、1月10日(水)までに事前申込みが必要です(詳しくはお問い合わせください)。

問い合わせ・申し込み先:

横浜市環境創造局農業振興課

電話671-2639 ファクス664-4425

e-mail: ks-tisantisho-news@city.yokohama.jp

主催: よこはま・ゆめ・ファーマー10周年記念事業実行委員会

共催: 横浜市環境創造局・(財)横浜市青少年育成協会

横浜市環境創造局農業振興課

2006年12月11日発行

〒231-0017 横浜市中区港町1-1

電話045-671-2639 FAX045-664-4425

横浜市広報印刷物登録第180143

類別・分類C-KJ380



木内さんは現在、緑区食生活等改善推進員会会長を務める

食生活改善活動から 見えてきた 横浜の農業の大切さ

「私たちの健康は私たちの手で」が合言葉

抜けるような青空の下、帽子にリュック、運動靴とばっちりウォーキング・スタイルを整えた人たちがつぎつぎ集まってきました。今日の「イベントウォーク」は、県立「四季の森公園」を2コースに分け、野菜にまつわるクイズ・ラリーをしながら歩きます。この催しは、緑区食生活等改善推進員会が「緑をたっぷり召し上げれ事業」の一環として、緑区福祉保健センター、横浜市北部農政事務所との協働で行っているものです。

食生活等改善推進員会は、「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉に、運動・栄養・休養の調和のとれた生活習慣の確立を目指して活動している健康づくりのボランティアです。緑区では現在136人、横浜市全体では2569人の食生活等改善推進員（愛称：ヘルスマイト）が、妊婦の料理教室、子どもや若い世代を対象とした交流会、男性のための料理教室、骨粗鬆症予防のための普及活動など、市民の健康づくりを推進するさまざまな事業に取り組んでいます。緑区食生活等改善推進員会会長を務める木内英子さんは、「会員には、さまざまな特技



ウォーキング出発前は、「緑をたっぷり召し上げれ」体操で準備運動。歌も体操も、すべてヘルスマイトの力作

や個性をもった方がいらっしやいます。いろいろな人とふれあい、活動ができて、とても楽しいですよ」と話します。

「自分のため」から「地域のため」へ

食生活等改善推進員会の歴史は昭和30年代まで遡ります。保健所で開かれた栄養教室の修了生たちが始めた、地域の健康づくりのための草の根ボランティア活動がもともになっています。その後、組織化が進み、全国協議会も発足。1970年、横浜市に緑区が誕生したのと同時に「みどり栄養の会」（現・緑区食生活等改善推進員会）も発足しました。

木内さんが食生活等改善推進員になったのは10年前。ヘルスマイトの友人を通してその活動を知り、感動したのだといいます。「最初は自分のため、家族の健康のためにやってみようと思ったただだったんです」とはにかみながら話す木内さん。活動に参加する中で、しだいに意識は「地域のために」へ変化していきました。

緑をたっぷり召し上げれ！で内閣官房長官賞

緑区食生活等改善推進員会では、2004年に緑区住民を対象とした野菜摂取量調査を実施。調査から、特に若い人を中心に野菜が不足していることがわかりました。その結果をもとに企画されたのが前述の「緑をたっぷり召し上げれ事業」。これまでに、収穫前の野菜の写真や緑区で穫れる農産



緑をたっぷり召し上げれ事業についての問い合わせは横浜市緑区福祉保健センター福祉保健課(930-2357)へ(冊子は完売しました)

物カレンダー、直売所の場所入りウォーキングマップなども盛り込んだ料理・ウォーキングマップ集『緑をたっぷり召し上がれ』を作成したり、イメージソングや体操を作り、CDやDVDにして販売したり、また子どもたちに野菜を大好きになってもらおうと、「緑たっぷり召し上がれクッキー」を開発したりと、わずかな期間に積極的に活動を展開してきました。その功績が認められ、去年は日本公衆衛生学会「衛生教育奨励賞」、今年には財団法人あしたの日本を創る協会の「あしたのまち・くらしづくり活動賞食育推進活動部門 内閣官房長官賞」を受賞しました。

農産物を売るって、たいへんなこと

この「緑をたっぷり召し上がれ事業」が、ヘルスマイトとして、木内さんが横浜の地産地消に目を向けるきっかけになりました。「野菜をたっぷり食べようと呼び掛けるには、地元おいしい野菜がたくさんあってほしい。そのためには横浜の農業が元気になってもらはなくてはと、発想が広がっていった」のです。

横浜市食生活等改善推進員協議会から、「はまふうどコンシェルジュ講座」受講生募集の案内があった時、木内さんは迷わず手を挙げました。「受けてみてびっく



イベントウォークの会場には、農家の会員が運んでくれた根付きの野菜も。普段見ている形との違いに、みんな見入っていた

り。横浜の農業について、何も知らなかったことを思い知らされました」と木内さん。

もっとも印象に残ったのが、直売所での一日売り子体験。家族が協力しながら、それぞれができることを精いっぱい果たすことで農業という仕事が成り立っていることを、肌で感じることができました。木内さんはしみじみと、「畑から収穫して袋詰めし、店頭と並べるまで、すごく神経を使っておられました。野菜を売るって、大変なことなんですね。」

はまふうどコンシェルジュ講座で得た経験や知識を活かして、「緑をたっぷり召し上がれ事業」をさらに発展させていきたいと、抱負を語ってくれました。

地産地消シンポジウムを開催しました!



横浜市では、農産物が豊富な11月を「地産地消月間」に設定し、普及啓発を図るさまざまな取り組みの一環として、「地産地消シンポジウム」を11月11日(土)に、横浜市開港記念会館において開催しました。当日は、雨天のなか、約200名の方々に参加をいただきました。

最初に、農林中金総合研究所特別理事・蔦谷栄一さんが、食、農、教育、地域の4つのキーワードから「地産地消を進める意義」についての基調講演を行い、次に、市内で行われている地産地消の4つの事例の報告をしました。

まず、直売所「FRESCO」代表の苅部博之さんの「旬のとりたて露地野菜FRESCOの取り組み」、次に横浜市立いちちょう小学校学校栄養職員・土方直美さんの「学校給食における地産地消の取り組み」、3つめは横浜野菜推進委員会の荒井寛太さん、路野奈津美さんから「横浜野菜推進委員会の取り組み」、そして最後に緑区食生活等改善推進委員会会長・木内英子さんから「緑をたっぷり召し上がれ事業の取り組み」が紹介されました(横浜野菜推進委員会についての詳細は、はまふうどナビ1号、いちちょう小学校の土方さんの取り組みは、はまふうどナビ2号、緑区食生活等改善推進委員会・木内さんの取り組みは本号の「はまふうど人」をご参照ください)。

最後に事例報告をした方々と蔦谷英一さんのパネルディスカッションを、中小企業診断士の大場保男さんのコーディネートで行いました。事例報告者から、活動を始めた経緯や生産者とつながる方法などが詳しく話され、参加者からは、地産地消活動をスタートする際のヒントになったとの声も寄せられました。

シンポジウムの詳細は、横浜市環境創造局のHPをご覧ください。
<http://www.city.yokohama.jp/me/kankyounousan/tisantisho/tisantisho-symposium.html>