

ふくおかの食と農を考える！ 

アグリ

ふくおか

Vol.20

アグリレポート

美しい姿とみずみずしい味わいは、
一つひとつを丁寧に育ててきた
生産者の上質な手しごとの証。



アグリ ふくおか Vol.20 平成27年7月発行 通巻20号 発行/JA福岡中央会 〒810-0001 福岡市中央区天神4丁目10-12 TEL.092-711-3911

道真のしづみ

もう100年以上も前から見つめているのは、
家と家族の繁盛。

雨の日も嵐の日も嵐の日も。

そして澄み渡る快晴の日も、毎日、毎日。

昔も今も変わらずに、

「屋敷神さま」は、ただ静かに見守って、

家族のために、幸せを招き導く。



【屋敷神さま】

もとは織物屋を営んでいた築100年以上の家の敷地の片隅に、家の方を向き佇む小さな地藏さま。家内繁栄・商売繁盛が願われた。
取材協力/川口ひろ子さん(筑後市)

栽培面積・収穫量ともに福岡県ナンバーワン。「高倉ひわ」の生産者を訪ねて
美しい姿とみずみずしい
味わいは、
一つひとつを丁寧に育んできた
生産者の上質な手しごとの証。

自然に恵まれた遠賀郡岡垣町で

古くから栽培されてきた「高倉ひわ」。

その栽培と発展に力を注ぐ

JA北九管内の生産者のひとり、

早苗泰博さんに話を聞きました。



Contents

- 02 アグリレポート
美しい姿とみずみずしい
味わいは、一つひとつを
丁寧に育んできた
生産者の上質な
手しごとの証。
(早苗泰博さん/JA北九)
- 08 料理人の旬レシピ
枇杷と
フルーツマトの
冷たいパスタ
- 10 ほくらのごはん
南ヶ丘保育園
- 12 保存食のススメ
ピーナツ豆腐
(JAむなかた)
- 14 エッセイ 食と農への想い
食い道楽の極意
- 16 直売所でアレも食べたい!
コレも食べたい!
特選加工品情報&
活用レシピ
- 17 明日のアグリマン!
高野 修平さん
(ふくおか県酪農業協同組合)
- 20 お母さんの味
肉じゃが
(JA福岡大城)
- 22 食にまつわるエトセトラ
タイカービング
- 23 読者の声・編集後記

アグリ

ふくおか

Vol.20



「高倉びわ」の歴史と品質を守り育んできた35年間

約100年前からこの地で栽培されているという「高倉びわ」は、遠賀郡岡垣町の特産品。栽培面積や収穫量は福岡県ナンバーワンを誇り、主に北九州エリアでよく食べられています。

その栽培を行う早苗泰博さんは、約50アールのハウスと露地で愛情たっぷりびわを育てる生産者。JA北九びわ部会の中でも、実力ある若手、として高倉びわの栽培と普及に力を注いでいます。

「30年前は150人ぐらいの生産者がいたのですが、今では40人程度。生産者もニーズも減っています。うちはおじいちゃんの代からびわ農家だけど、私もはじめは農家を継ぐことに積極的ではありませんでした」と笑う早苗さん。「単価は下がる一方だよ」と話しま

すが、消費者から「おいしいね、さすがやね」と言ってもらえるのが何よりもうれしく、35年間、常にびわと向き合ってきました。

場所と時期が限られた贅沢なおいしさを届けたい

細かく数えると100種類ほどもあるというびわの品種

のうち、早苗さんが育てているのはハウスで長崎早生・長生早生の2種類、露地で茂木・湯川・つぐも・田中の4種類。びわの収穫は1つの品種で約1週間と短いため、ハウスは温度管理で時期をずらし、露地では品種による収穫時期の違いが活かせるよう、複数のものを栽培しているのだとか。「収穫時期が重なってしまうととも手

が足りません。うちではハウスは3月下旬から5月中旬ぐらいまで。その後、露地は6月の頭から下旬までが収穫時期です。それぞれに実の大きさや味わいが違うので、時期によっていろいろなおいしさを楽しんでいただくことができますよ」と早苗さん。多くの人が知っている茂木は少し小ぶりなのが特徴ですが、大きな品種にな



- 1 上を向いているのが新芽。夏になるとこの新芽を剪定する芽かきの作業がはじまります。
- 2 小さな産毛のようなもので覆われたものが良しとされるびわ。追熟はしないため、収穫タイミングが来るそのときまで枝で熟させます。
- 3 葉っぱの表面には小さな産毛が。露地もの場合は雨でこの毛が落ちてしまっています。
- 4 ハウスの中はびわの葉っぱでいっぱい。一つひとつの木が大きく、ハウスに入った人は驚くのだとか。
- 5 手の入れ方で、一つのびわの木がどれだけ長く多くの実をつけるかが変わるといいます。
- 6 びわの木は高く伸びる性質がありますが、ハウス栽培の場合では枝が横に広がるよう下向きに引っ張るそうです。
- 7 収穫は袋のまま行います。これもまたとても気を遣う作業です。
- 8 太陽の光を避けるため、中面が黒く遮光性の高い袋を実にかけます。もちろん傷がつかないようにするという効果も。

びわの年間作業

早苗さんに聞く

ハウス	露地
7月	7月
芽かき	芽かき
9~10月	9~10月
摘蕾・摘房	摘蕾・摘房
12月下旬~	4月上旬
摘果・袋かけ	摘果・袋かけ
4月	6月
収穫	収穫



ると1つが100g以上もありません。

また、びわはマイナス3度以下になると中の種が枯れてしまう繊細な果物。花期に温度が下がり過ぎてしまうと、たとえ花が咲いても実はつかないといえます。「秋には花が咲き、小さな実がついた状態で越冬するんです。冬が来てもある程度温度がないと厳しいので、びわは岡垣町のように海岸に面した温暖な気候の土地でしか育たない果物。北海道など北

早苗さんが言う通り、九州でも山間部では栽培されていません。

限られた時期に限られた場所では育たないからこそ、少し贅沢なイメージのあるびわ。だからこそ、「もっとおいしいものを届けたい」という早苗さんの思いは膨らみます。

生産者として大切なのは 職人であり経営者であること

自然を相手にしているため、忙しい時期は休みも取れないと



12



11

おいしい びわの選び方 早苗さん
に聞く

①びわは収穫後に「追熟」しない果物です。できるだけ新鮮なものを選びましょう。
②皮に張りがあるものが熟しています。
③産毛が残っているものが良品です。

完熟状態のものが最もびわの甘みを味わうことができます。一般的なスーパーでは完熟ものに出会うことは難しいですが、運がよければ直売所などで出会えるかもしれません。



- 9 「夏は40度を越すため、暑い時期のハウスの作業は大変」と早苗さん。
- 10 枝を落として整えるといった作業の際も、びわを傷つけないよう気をつけます。
- 11 美しく見映えがするため、ギフトや手みやげとして利用されることも。
- 12 とてもデリケートなため、生産者でも直接実に触れるのはバックに詰める1回のみ。極力触れないよう気をつけながら作業を行います。
- 13 早苗さんが所有するハウス一帯。ハウス栽培を始めた頃は、長崎をはじめ他県から視察が来るほど、進んだ施策として注目を集めました。

いう大変な仕事ですが、「消費者の手に渡ってこそ生産したかいがある」のモットーから、生産者としてだけでなく経営者としても高倉びわを支える早苗さん。「苦労して育てても、食べてもらえなければ意味がない。食べてもらってこそ、喜んでもらうこそつくる意味があるでしょ」と、生産から販売までの過程を自分たちで意識すること、を重要視しています。そうやって高倉びわのファンを一人でも多くつくるのが、この地で長くびわをつくらっていくための秘訣だからです。

「まずは私が積極的に動くことで、この産地の良いモデルケースになっていけたら」。まだまだ働き盛りの50代として上の世代を盛り上げつつ、高倉びわを次の代に伝えていきたいと考えています。

そんな早苗さんの目標は、息子さんといっしょにこの果樹園をもっと充実させること。「面



13

積を広げれば生産力をもっと高められます。そして、職人として最高のものをつくる努力をしながら、販売の方法についてももっと考えていきたい」と、さまざまなビジョンを思い描きます。

最高のびわをつくり、高級店から求められるような、日本一の商品が集まる場所に置いてもらえるようなびわをつくりたい。そのためにはどんな苦労も惜しまない強い意志が、高倉びわと産地の未来をより「層明るく照らしてくれるでしょう」。

枇杷と フルーツトマトの 冷たいパスタ

濃いやまぶき色と「コロン」としたかわいらしい姿で、初夏の訪れを知らせてくれるびわ。

その姿はまるで、手のひらサイズの太陽です。

果実の約90%が水分と、とってもみずみずしいのが特徴で、

爽やかな甘みが初夏の喉の渇きを潤してくれます。カロチンをはじめ、

ビタミンB群、クエン酸と栄養価も高く、疲労回復などに役立ちます。

そのまま生で食べることも多いびわですが、

ちょっとした工夫で料理にもぴったりの食材です。

今回は中央区薬院にあるイタリアン「ながわ」に

「枇杷とフルーツトマトの冷たいパスタ」を教えてくださいました。

この喉越しのいい、この季節にぴったりの一品です。

枇杷とフルーツマトの冷たいパスタ

●材料(2人前)

- ◎ びわ 3個
- ◎ フルーツマト 4個
- ◎ カッペリーニ(0.9mmのパスタ) 20g
- ◎ レモン汁 少々
- ◎ オリーブオイル 適量
- ◎ ミント 2枚
- ◎ 塩 少々
- ◎ 白こしょう 少々



1



2



3



4



5

作り方のポイント

びわはマリネし過ぎると風味を損なうので5分を目安に。濃厚なトマトの味を味わうためには、パスタの水気はしっかりと切る。0.9mmのパスタがなければ、そうめんが代用OK。お皿もしっかりと冷やすこと。

●作り方

- ① びわの皮をむき、櫛形にカットする。ボウルにびわとレモン汁、オリーブオイルを適量、塩を入れ軽く混ぜる。冷蔵庫で5分ほど冷やしマリネにする。
- ② フルーツマトは熱湯にくぐらせ、氷水に取り皮をむく。
- ③ 皮をむいたフルーツマト2個分は適当なサイズにカットし、5cc程度のオリーブオイルと、ひとつまみの塩を加えて滑らかになるまでミキサーにかける。残りはびわと同じくらいのサイズで櫛形にカットする。ミキサーにかけたものと、カットしたものを軽く混ぜ合わせて、冷蔵庫でしっかりと冷やす。
- ④ 2%の濃度の塩水を鍋で沸かし、パスタを3分30秒茹でる。茹で上がったら氷水で冷やす。十分に冷えたらしっかりと水気を切る。
- ⑤ 冷やしておいたトマトソースにパスタを入れて素早く混ぜ合わせ、塩で味を整える。盛りつけるときは、少量ずつフォークに巻きつけお皿にのせるときれいな仕上がりに。トマトの上にびわのマリネを小さく盛りつけ、刻んだミントを散らし完成。好みで白こしょうをかけてもOK。

ながわ
福岡県福岡市中央区
薬院1-6-25 ルネスクープ1階

[TEL]092-791-2615
[営業時間]ランチ12:00
ディナー18:00~22:00
[定休日]月曜日(祝日振替)、
火曜日ランチ



オーナー
中川 英樹さん

イタリア・東京・福岡で研鑽を積み、2013年4月、薬院に「ながわ」をオープン。メニューはおまかせコースの1種類のみ。季節の食材をふんだんに使い「独創性が溢れる」ながわ流イタリアン”は見た目も美しく、特に女性に好評。



今回の
料理人



子どもたち全員が、自分の胸で大切に温めて発芽させたマトの苗。元氣畑では、ほとんどの野菜を種とりして育て、成長の循環を学びます。

種から育てたんだよ!



今日の食材は…



そーっと…



1・2歳も自分で配膳。器を置く場所を刺繍で示したテーブルに自ら運びます。自分で間違いに気づくための教材のひとつ。



2歳児が玉ねぎ収穫!
玉ねぎとったよ!



当番さんはもちろん、クラスみんなで助け合いながら給食の準備をします。みんなおうちでもお手伝いをするんだそうです。

PICK UP! “食育”

年間行事として、梅干、味噌、沢庵、おせち、魚さばき…など、日本の伝統食を子どもたちに伝えています。沢庵は年長児が前年度の大根から種とりしたものを植えて収穫し、漬けたものを卒園記念品としています。それを、保護者会から贈呈された“マイ包丁”を使って切り、家族に振る舞います。

いっことに加え、露地物の野菜や、添加物なしの調味料を使用するなど徹底しています。その根底にあるのは、皮もすべて食す「物全体」の教え。だから野菜もすべて丸ごと皮付きのままです。自分たちで作るから、感謝しながら大切に食べることができる。人としての、核を形成する大切な幼少期。命に感謝し、大切にしようという思いを体感することが、気持ち豊かで元氣な子どもたちを育てていくのでしょ。



さまざまな体験が大きな成長に

0〜5歳児までの200人が通う、南ヶ丘保育園。ここでは「モンテッソーリ教育」を柱とした保育を行っています。自分でできることは自分で取り組む。そうやって子どもたちが実体験を通して、自己肯定感が育まれていくことを目指しています。その一環として力を注が

社会福祉法人 神生会

南ヶ丘保育園

ぼくらのごはん 未来の食を想う

食へることは生きること。大野城市の南ヶ丘保育園では、「食育」という言葉が広まる前から食を通じた教育に取り組んできた、保育園における食育のパイオニアです。食を通して子どもたちが学ぶことは…。「命の循環」を日々体験する園児たちの生活に密着してきました!

れているのが「食育」です。

「食べる」ことの大切さを学ぶことはもちろんですが、「食べるもの」は循環しているというところを知るために行っているのが「生ゴミリサイクル」。園児たちは毎朝、4〜5人が1グループとなり交代で、「元氣畑」の先生こと伊藤康子保育士のもと、園の給食からでたり、各家庭から持ち寄られた生ゴミを、「元氣畑」の堆肥にしま

す。「みんなが食べた残りのものが何になる?」と先生が問いかけると、子どもたちは「菌ちゃんのごはんになって、野菜をおいしくするの!」と元氣に答えます。取材当日は、いつものお仕事に加えて、園児たちが自らの体温で発芽させたトマトを定植する日。慣れない手つきながら先生のお手本をみたり、上手にできないお友達を手伝ったりと、畑の土に植え込みます。最後は「おい

豊かな気持ち

また、給食も楽しく学ぶ時間です。10年以上前から取り組んでいるマクロビオティックの給食では、玄米を中心に、肉や卵、牛乳、乳製品を一切使わな



できるかな?



できた!

TRY!

保存食のスズメ

ピーナツ豆腐

宗像市東郷におじゃましました



素敵下のマーション
プ干旅行気分です!!

宗像では法事やお盆など、人が寄り合うときに「ピーナツ豆腐」をたくさん作り振る舞います。また、ぶるんとしたつややかな喉越しは、夏の農作業時期のお昼ご飯にもってこいです。

今回は、J.Aむなかた管内にお住まいの内田啓子さんに、ミキサーがあれば簡単にできるピーナツ豆腐のレシピを教えてくださいました。

つるんと喉越し真っ白美人。

「節目節目に郷土で食べられている料理の作り方は、おばあちゃんから教わったんです。嫁いだ先のお姑さんもお料理好きだったから」と内田さん。夏の法事やお盆など人が大勢集まるときに食べるピーナツ豆腐も、脈々と続く郷土の味です。自家栽培したピーナツを使うという内田さんは、9月〜10月に収穫したものを天日の下で十分に乾燥させます。農閑期の冬の間には、から実を取り出し、実はペットボトルに入れ保存。これを夏に豆腐にします。応用編は、ピーナツの代わりに胡麻を使って胡麻豆腐に、これもおいしいですよ。

ピーナツ豆腐

- ピーナツ 150g
- くず粉 150g
- 水 1500cc

1:1:10で 塩小さじ1

★ 水は、1-タリに使う量です。
ミキサーに入れる水、くず粉分をとく水、煮つめる時に足す水、全部あわせて1500ccです。
※ 7ヶ置きする時に使う水は除きます。



内田啓子さん

体験レポートイラスト
廣瀬 真理
食と旅が大好きな福岡市在住のイラストレーター。ゆるりとした心なごイラストが人気。

① 1つの皮を一粒ずつ丁寧にとる。

② 1つは専用お水は捨て、ピーナツのみミキサーへ入れる。

③ 2分くらいしっかりとまわします。

④ 小エビ1杯程度の塩を入れる。

⑤ くず粉を水でよく溶いて、かき混ぜながら少しずつ鍋に入れていきます。

⑥ 中火でかき混ぜながら煮つめる。

⑦ 表面に泡がたつ頃に、弱火に落とし、煮つめる。

⑧ 20分くらい、さらさら熱がとれたら固まります。

⑨ 冷蔵庫で3~4日も置きます。

ポイント1 真っ白に仕上げたい場合は、生のピーナツを使用する。

ポイント2 くず粉を入れるときは火を止めてダマ防止を。

ポイント3 ぶるんとした食感にしたい場合はくず粉、歯触りを楽しみたい場合はかたくり粉を使用する。

内田さん宅では自家栽培の生の豆を使っているの、ここの豆を火にかけ、軽く沸騰させ、市販の煎った豆を使う場合は沸騰させなくていいそうです。

ポイント1: 1つの皮を一粒ずつ丁寧に取る。

ポイント2: 1つは専用お水は捨て、ピーナツのみミキサーへ入れる。

ポイント3: 2分くらいしっかりとまわします。

ポイント4: 小エビ1杯程度の塩を入れる。

ポイント5: くず粉を水でよく溶いて、かき混ぜながら少しずつ鍋に入れていきます。

ポイント6: 中火でかき混ぜながら煮つめる。

ポイント7: 表面に泡がたつ頃に、弱火に落とし、煮つめる。

ポイント8: 20分くらい、さらさら熱がとれたら固まります。

ポイント9: 冷蔵庫で3~4日も置きます。

ポイント10: いただきます!

ポイント11: いただきます!

ポイント12: いただきます!

ポイント13: いただきます!

ポイント14: いただきます!

ポイント15: いただきます!

ポイント16: いただきます!

ポイント17: いただきます!

ポイント18: いただきます!

ポイント19: いただきます!

ポイント20: いただきます!

炊

きたてのご飯はブランド米に限らず美味しいと思つて僕は食べている。お茶碗につぶ残さず食べるように父親から言われて育つた。お米を作るのにどれだけお百姓さんが苦労しているか…とも父親はよく言つてた。米という字は八十八と書く。八十八の手間をかけて作るお米は大事にしなきゃと常々思っている。箸を付けた

以上は残さずに食べるのが僕の「食い道楽」としてのルールだ。だから若い頃から「美味しそうに食べるね」「残さないから皿がきれい」と言われたのも自慢だ。

中

学から高校生の頃は良く食べてた。鉄の胃袋じゃないかと思うくらいだった。ラーメンの替え玉は五つ。やきとりは百本と食い過ぎるく

透

rai食つてた。これが悪かつたか二十五歳を過ぎた頃から体調が変になり、二十八歳から人工透析導入となつた。析を約十五年ほどし、運良く腎臓移植と夢が叶つた。透析中は、食べるものに注意ばかりで美味しいものを腹いっぱい食べれず辛い思いをした。腎移植し今年で十二年目に入り、元気に暮らしている。夢

だった海外旅行も楽しく出来て幸福を感じている。韓国は釜山食文化の会の方々に会つてから、何度も釜山へでかけるようになった。

辛(から)いのは苦手だが、何を食べても美味しく、釜山には何日居ても飽きることがない。

韓

国は残す文化と言われる。腹いっぱいと言いなから食べる僕を見て、釜山の友人は「残しなさい」と言うが、きれいに食べてしまう。しかし、どんなに食べても太らない体質なのは有りがたいが、戴いた腎臓のためにもバカ食いはと反省している。

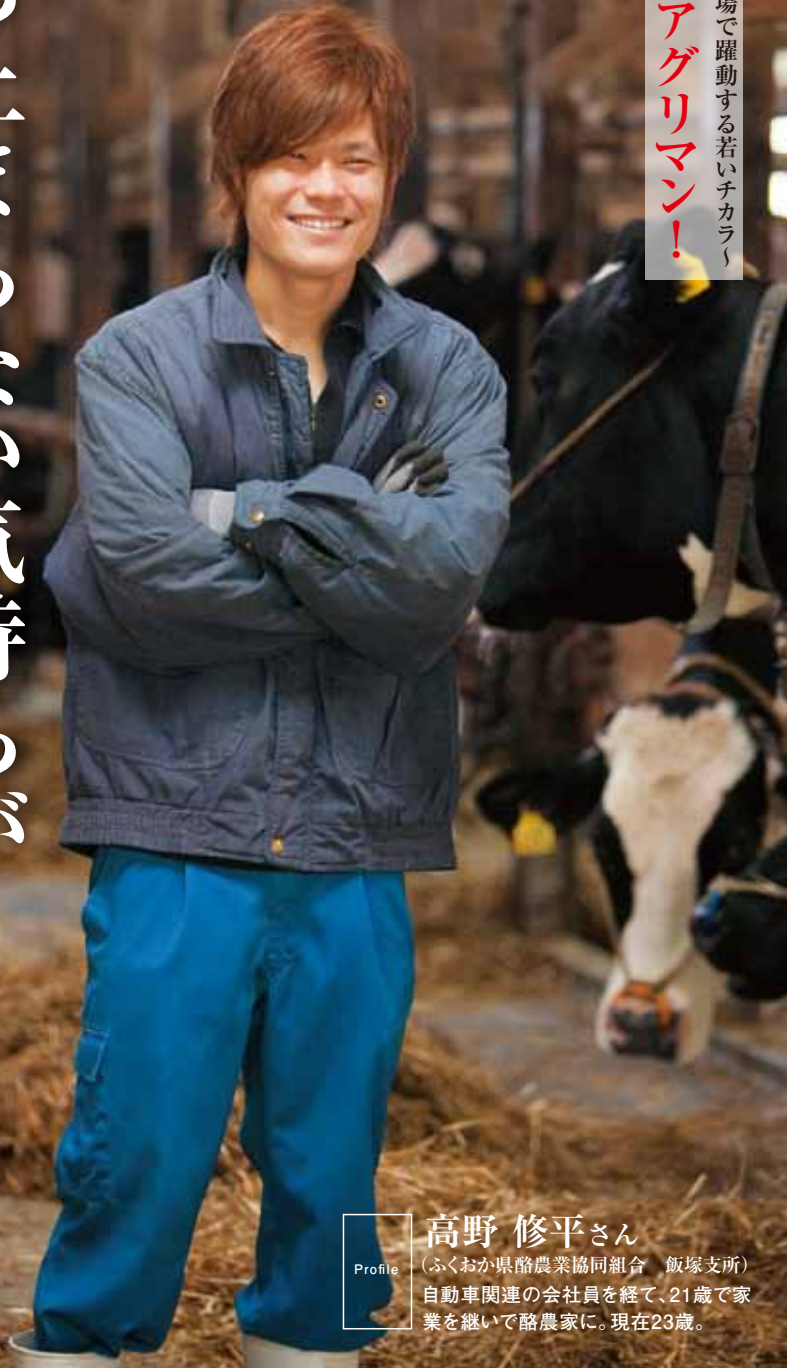
絵かき・文字書きの仕事から、食事会や飲み会とお誘いも多く、美味しく残さずに食べている。こう見えても僕はお酒が一滴も飲めないのが欠点である。

錦山亭金太夫さん (博多筆師)

博多区美野島出身。高校卒業と同時に、独学で筆文字などを習得し、グラフィックデザインの道に入る。昭和62年に初めての個展を開催して以来、福岡を中心に広島、松山などで精力的に個展を開催。平成10年には、第11回福岡市都市景観賞受賞(博多川端商店街、博多方言大ベナント)。店舗看板、商品パッケージ、包装紙、ポスター等、多数手がける。



立ち止まらない気持ち
導く明るく未来。
3代目が馳せる酪農への思い。



「アグリ」の現場で躍動する若いチカラ
明日のアグリマン!

高野 修平さん
Profile (ふくおか県酪農業協同組合 飯塚支所)
自動車関連の会社員を経て、21歳で家業を継いで酪農家に。現在23歳。

直売所でアレも食べたい!コレも食べたい!

JA農産物直売所

特選加工品情報&活用レシピ

採れたて新鮮野菜や果物、惣菜類が豊富に揃う農産物直売所。そして、地元的美味しいものを知るからこそ作ることができる。さまざまな加工品が並んでいます。今回は直売所自慢の3品を、簡単活用レシピとともにご紹介!ぜひ堪能ください。

「とまとジャム」

直売所には、手作りの特製ジャムが数多く並びます。今回ご紹介したいのが、JAむなかたの「とまとジャム」です。地元の「完熟桃太郎」を贅沢に使い、時間をかけて丁寧に作り上げた愛情たっぷり逸品トマトの旨みがぎゅっと詰まっています。トマトのやさしい甘みと爽やかな後味が口の中に広がります。私のお気に入り



レシピは“フレンチトーストのトマトジャム添え”。卵、牛乳、ハチミツ少々を加えた卵液に、パンをしっかりと漬け込み、フライパンで両面を焼き、「とまとジャム」をたっぷりとのせていただきます。



JAむなかた(ふれあい生活課)

住 所：宗像市東郷4丁目3-1
営業時間：8:45~17:40
定 休 日：土日祝 TEL:0940-36-2371

「博多炒めもんソース」

福岡市内の学校給食用として生産された、規格外の玉ねぎを使用して作られた「博多炒めもんソース」は、玉ねぎの旨みと甘みを引き出したコクのあるソースです。玉ねぎをベースに、野菜や果物、お酢やスパイスなどが絶妙なバランスで使われています。そして、保存料や化学調味料などの添加物は使用しておらず、素材本来の味が楽しめるのが魅力です!チャーハン、カレーや煮込み料理の隠し味、コロッケのソースとしてなど大活躍です。私はよく、炒めもんソースで焼きそばを作ります。味付けは、炒めもんソースをベースに塩と黒コショウだけ。これからの季節、夏バテ防止に「ゴーヤ焼きそば」はいかがですか。



JA福岡市 博多じょうもんさん各店舗 (福重市場)

住 所：福岡市西区福重1-16-6
営業時間：10:00~18:00(火~土)、10:00~17:00(日祝祭)
定 休 日：月曜日 TEL:092-884-3344

今回のお手軽レシピを
教えてくださったのは、



久保ゆりか

2011年7月九州初のシニア野菜ソムリエの資格を取得。フードコーディネーターであり、最高峰シニア野菜ソムリエの資格を併せ持つ。

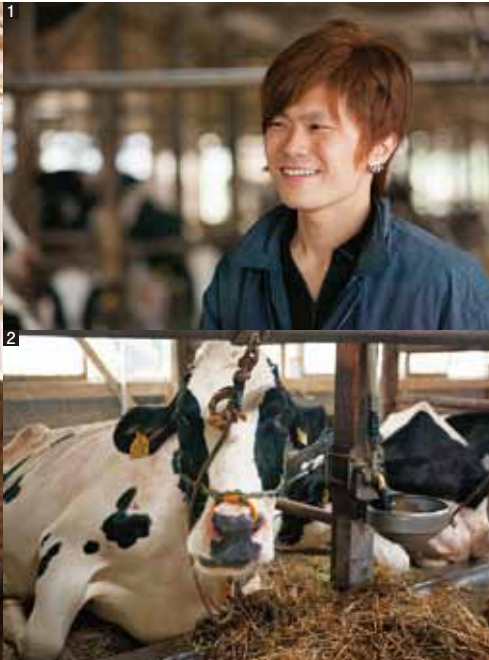
酪農家としてデビューして2年。福岡でも出荷乳量上位を誇る父の背中を追いかけながら、自分なりの酪農経営を目指して日々奮闘する高野修平さん。3代目として、今胸に抱いている酪農にかける思いを聞きました。

福岡県下トップクラスを誇る出荷乳量

酪農家の1日の始まりは朝6時。牛舎の清掃からスタートします。寝床をきれいにしたあとには配合飼料や牧草を与え心地いい環境を整えていきます。牛たちがリラックスした状態で搾乳をはじめるとはだいたいいつも8時ごろ。30頭いるそれぞれの牛の様子をみながら、父とふたりで1日に約1000kgの乳量を搾ります。「牛にもね、個性があるんですよ。暴れる子もいれば、おとなしい子もいる。乳頭を触られるのが嫌な子とかです。ね、1頭1頭のクセをみながら搾ら

それを乗り切っていけるのは、持ち前の前向きな性分があつてこそ。立ち止まることを良しとせず、酪農家として必要不可欠な人工授精の資格を取得するために、筑紫野市にある福岡県農業大学校に行ったり、臨時ヘルパーとして他の酪農家の仕事に触れたり、前進する術を自ら探し実践しています。そうやって、さまざまな方法を見ることができ、父の尊敬すべきところもまったりと意識することができるようになったといいます。「親父のすごいところは、種付けする発情管理とか、状態を見極める目だと思えます」。10年で一人前といわれている中で、まだまだ2年目。「今はまだ敵わんですけれど、いろいろな視点を覚えて、親父のいいところを吸収して、改善すべき点を見つけて、与えてもらったことは最大限に有効利用してきたいですね」。

やりたいといっても、容易に新規参入がしにくい酪農という分



- 1 会員の時と違って、経営のことまで含めてすべてで自分で考えて動かないといけないのは、大変だけど楽しいといえます。
- 2 顔を食べたあと牛は寝転がって、反芻を繰り返します。健康な牛は55回くらいはみかんでから飲み込むそうです。
- 3 朝の作業は牛の様子を間近に確認する大切な瞬間。
- 4 子牛にミルクをあげるのは、昨年結婚した奥さまの役割。「家族で仕事をするのは、会社勤めをしていたころは考えられないことだから新鮮で楽しいです」
- 5 「いい牧草がいて牛を育てる」と高野さん。ゴールデンウィーク前後に家族総出で刈った牧草は発酵させているので甘酸っぱい香りがします。

ないかんとしてですけど、日々勉強ですね」。毎日の仕事を通して牛のことを覚えていくのが楽しいといながらも、就農したその年に直面した冬の朝仕事の厳しさに驚いたものです。と苦笑しながら振り返ります。

専門知識0からのスタートすべては吸収あるのみ!

「酪農専門の学校へ行って、特別に勉強したという経験はないんですよ」という高野さん。最初に就いた職業は趣味のひとつでもあった車の仕事でした。21歳のとき、父が体調を崩したのをきっかけに、「いつかは継ぐだろう」と思っていた家業に就くことを決心したのだそうです。「全部が初めてのことはやっぱりからですね。基礎のないところに、いきなり親父の背中を見ながら実践して、応用からはじめてたようなものですよ」と、戸惑ったことも少なくないそうです。しかし、

野。父から子へと受け継がれてきたこの土台を、3代目となる自分の手でさらに固めていけたら、と目を輝かせます。

若い力で導きたい酪農の明るい未来

J A青年部では年齢的に下から2番目だという高野さん。3人いるという同世代の若手メンバーの旗振り役となつて、飯塚地区の酪農を盛り上げることができたらと、今画策中なのだそうです。「常に危機感がありますよね」というように、後継者の面や、経営的な側面、家畜の伝染病など、クリアすべき問題がいくつもあります。そんななかからこそ、地域の同業者がまとまること、5年後、10年後、この地域の酪農の発展に繋がる。そう信じて邁進する高野さんたちの手によって、飯塚地区ひいては福岡の酪農は、明るい未来へ導いていけるのではないでしょうか。

J A 福岡大城

肉じゃが



特別な料理ではないけれど、
食べるとなんだかほっとする。
いつも食べているはずなのに、
なぜだかなぜだかおんなじ味にならない…。
お母さんの味とは、素朴なだけに
かえって奥が深いものなのです。

ジャガイモが煮崩れしないようにするポイントは、最初から醤油を入れておくこと！色が濃くなりすぎないように、薄口醤油と醤油を使うときれいに仕上がります。



▲強めの火で煮ても、醤油を砂糖の前に入れることで煮崩れ知らず！急いでいるときに便利な「母の知恵」です。写真後ろは新玉葱を使った石橋家で人気のエビチリ。

作り方



新玉葱、ジャガイモ、牛肉、シラタキ(人参を入れても可)を用意する。ジャガイモ、牛肉、シラタキは食べやすいサイズに切っておきます。



新玉葱は食感と存在感を残すため、繊維をたつように半分に切ったあと、繊維にそって三つ切りにする。



まず牛肉を炒め色づいたら、ジャガイモを入れ、しばらくしたらシラタキを入れ炒めます。水を具材ひたひたくらいに入れ、醤油・薄口醤油を入れます。
※玉葱はすぐに火が通るので後から入れます。



新玉葱を入れてしばらく煮たら、砂糖、酒、みりんを入れて、ジャガイモがやわらかくなったら完成。

中でも、味噌づくりを中心とした昔ながらの味を継承する「にこにこ母さんグループ」では、グループ長として活躍しています。また、地域子育て支援の一環として、月に2回、地元管内の学童保育へ手作りおやつを提供。ドーナツやホットケーキといったイマドキのメニューから、おまんじゅうなど昔ながらの味で子どもたちを笑顔にしています。「味を守りたい」というのもありますが、手作りしたものを喜んで食べる姿を見るのが嬉しくて」。

石橋さんが作る料理が、お母さんの味である所以は、食べた人が喜ぶ顔を思っ作られていることにあるのでしょう。最近ではお孫さんが「おばあちゃん、料理を教えてください」と言ってくるのが嬉しいのだとか。こうして日ごろの食卓の味が、伝わり守られていくのでしょう。

「家」の畑で作った野菜を採ってすぐ使うのが一番おいしい。今日はおいしい新玉がたくさんあるけん肉じゃがを作るうかね。そういいながら、お孫さんの好物だというエビチリと2品、あつと言う間に、新玉メニューを仕上げます。

今回、お母さんの味の極意を教えてください。それは、石橋ケイ子さん。18歳で嫁いで以来、一家の台所を切り盛りし、家族の食卓を56年間支え続けています。「嫁いだときから石橋家ではわたしが一番料理上手(笑)」というほど、若い頃から料理を作るのが好き。人が集まるときの鉢盛りはもちろん、日ごろのおかずをたくさん作っては近所に配るなど、とにかく振る舞い上手。家族を喜ばせるために作った料理のおいしさは、地元で多くの人が知ることとなりました。今ではさまざまな形で、手作りの味のすばらしさを伝える活動に取り組んでいます。

いつもの料理にワンランク上の彩りを

タイカービング

毎日、家族の食を守る主婦にとって、マンネリすることのない楽しい食卓づくりのアイデアはいくつでもほしいものです。そこで今回は、料理に、彩りを添える「アイデアを、タイカービングに魅せられてタイ留学までしたという川口ひろ子さんに伺ってきました！



プロフィール
川口ひろ子さん
キャンドル作品制作をきっかけにタイカービングに出会い、魅せられる。2013年、タイ・バンコクに留学。現在は「Roco Carving」を主宰し、タイカービングやカービングキャンドルの教室を開催。
<http://www.roco-carving-candle.com>



「無心で彫るのが楽しんですよ」と川口さん。



フリーハンドで彫って、バラが姿を現しました。



スイカに大小のバラをたくさん施したフルーツバスケット。この取材のために制作した川口さんの作品です。

「タイカービング」とはフルーツや野菜を、花や葉っぱをモチーフに彫刻したタイの伝統手工芸です。もとはタイの宮廷に仕える子女たちが王様の料理を美しく飾るために、ナイフ一本で繊細な彫刻を施したことからじまりました。伝統芸ではありませんが、毎日の料理のアクセントとして「初心者の方でもチャレンジしていただけですよ」と川口さんに勧められたのは、小さな葉っぱのカービングです。下絵は書かずにカットしていくので最初は迷いますが、思い切りが肝心！流線形の葉っぱのイメージを固めたら、迷わずすっとカットします。「ナイフを動かしたくありませんが、線が不安定になつてきれいに仕上がりにません。ナイフは固定し

て、物を動かすのがコツです」と川口さん。色とりどりに大根、パプリカ、きゅうり、ニンジンなどの野菜がオススメです。「そのままチーズと合わせて盛りつけて、お酒のおつまみにしてもいいですし、ピクルス液につけて料理の付け合わせにしてもいいですよ。前の晩に作っておくと、お弁当のもう一品として活躍してくれれます」。タイの伝統芸でパツと華やぐ食卓に。さっそく試してみませんか？

読者の声

「いただきます!」。食事を始めるときに、「生き物や植物の命をいただく」感謝の気持ちを込めるこの習慣は、日本だけのものと知り、優しさが込められたこの言葉の素晴らしさを改めて実感。

しかし、思い返すと、うちの家族は共働き、子ども達もそれぞれ慌ただしく過ごす毎日で、みんなで食卓を囲み、手を合わせて「いただきます!」と最近言っていないのかな…。生産者の苦労や想いが伝わる「アグリふくおか」を読んで改めて反省。

今日の晩御飯からしっかり感謝の気持ちを伝えよう!
(宗像市・沖西 睦美)

編集後記

今回も地域に技ありの頼もしい方々にお会いした。早苗さんは30数年間びわづくりを通して農業に技があった。乳牛農家の高野さんは、技ありの父親から酪農を学ぼうとしている段階であり、今後自分の技を蓄積しているところである。

ピーナツ豆腐の内田さんや石橋さんは伝統食、保存食の伝道師として技を伝えている。川口さんのタイカービングはタイの伝統手工芸を通して、日本文化と融合することで新しい技が生まれることだろう。

この技が「地域の宝」となり福岡県の農山漁村の活性化に繋がっていくに違いない。

今後もこの技ありの人たちを照らす役割を担いたい。
(JA福岡中央会・古賀 美智子)

無料配布申込みとご意見・ご感想は、
JA福岡中央会 農業対策部 までお送りください
FAX 092(724)1218

●ホームページ JAグループ福岡

チャレンジしてみよう!
初めてのカービング

完成!
P20の「お母さんの味」エビチリに添えてみました!

今回はピクルスにしてみました! 彩り、味ともにアクセントになります。

① やわらかい野菜がオススメ
大根やきゅうりなど好みの食材でOK!

② 5mmくらいにスライスします。ニンジンは硬いので薄めに。

③ 葉っぱの形を切り出します。

④ 葉っぱ表面のバリエーションに変化をつけても。

⑤ ナイフは彫刻刀やベティナイフでも可。
ナイフは固定で野菜を動かす!

葉っぱの表面を切り出します。