

# 単協消費委員会だより



## 食べよう甘夏 各エリアでの活動紹介

### 生産者の愛情が詰まった きばるの甘夏

1/16 (月) きばる消費地交流会

甘夏みかんの生産者グループ「きばる」は「水俣病の被害者である生産者が加害者になってはいけない」と有機肥料・低農薬栽培で甘夏みかんの栽培をしています。愛知ではなんと3年ぶりの交流会！熊本の生産者とオンラインでつながって、関孝和さんと高橋昇さんのお二人からお話を聞きました。

まずは動画で水俣病との関わり、なぜ甘夏みかんを作るようになったか、生活クラブとの出会いにより低農薬で栽培するようになったこと、どのように栽培されているのかなどをしっかりと学習しました。



高橋さんと関さんの話で印象に残っているのは、気候の変化が激しくなっていることです。今までは10月になれば気温が下がってきていたのが下がらなくなってきており、病気が増えている。生活クラブとは9月からは化学合成農薬を使用しないと約束しているので年々栽培が難しくなっているそうですが、今年も約束通り低農薬で作っているとのこと。安心して皮まで使える、おいしい甘夏みかんになっているとわかりました。

消費委員からのおすすめレシピの実演では、「ラクラク皮むき」を使って甘夏の皮のむき方をお伝えしたあと、甘夏のちらし寿司・甘夏香るミニハンバーグ・甘夏のフランクの3品を紹介しました。最後に参加者のみなさんからもおすすめの食べ方を教えてもらい、楽しい時間を過ごすことができました。

今年は2月4回から3月5回までの取組み予定です。ぎりぎりまで木にならせておいて出荷に合わせて収穫するのは、甘夏の味が良くなるから。手間はかかりますが生産者の愛情たっぷりの甘夏は今年もおいしくできています。それに、ビタミンCがたっぷりなので美肌や風邪予防に効果あり！みんなでたっぷり食べましょう♪

(つばさエリア 市野正枝)

#### 名古屋南エリア

1/31(火)に「甘夏キッチン」(参加 13名)を開催しました。きばるの動画を見た後に、試食会を行い、消費委員が作ったヘルシーケーキに、会場でレンジで作ったジャムを添えて食べたり、ピールの活用方法として人参ラペに入れて食べたりしました。また、参加者一人一人が甘夏入り巻きずしを作りました。お勧めの食べ方やピールの作り方なども共有でき、有意義な時間となりました。



#### 名古屋北エリア

北エリアでは甘夏カフェを1/20に行いました。参加者は13名で、生産者グループ「きばる」の甘夏について、動画を通じて学び、甘夏料理を皆で作って試食しました。甘夏寿司は、さっぱりとした味で美味しかった。と好評でした。組合員同士で、おすすめレシピや消費材の情報を交換したりして、和気あいあいとした会になりました。初めて「きばる」を知った組合員もあり、魅力を伝えることができました。

#### つばさエリア

2月に開催した生産者交流会と各コミュニティで開催する「来年度方針に対する意見交換会」で甘夏の試食を実施し、参加者には甘夏をプレゼントしました。レシピ集にもある「甘夏とごまのいなり」が好評で、甘夏は苦手という方からも「美味しかった」という感想を頂けて嬉しかったです。



#### フルーツバスケットエリア

- ・新加入者へ甘夏とレシピを添えてプレゼントしました。(希望者 26名)
- ・1月の消費委員会で甘夏を使った料理を作りました。



「甘夏とエビのケーキ寿司」  
見た目が華やかでワクワクした。爽やかで美味しかった。お寿司に甘夏合う！

「サバ水煮缶と野菜の甘夏マリネ」  
サバの臭みがなくさっぱりして美味しかった。家でも作ってみようと思う。



#### けやきエリア

久しぶりに甘夏試食会を開催することができました。いろんな食べ方を紹介でき、皆さんに喜んでいただけました。どのメニューも好評でしたが、特に甘夏ピザが人気でした。個人的にはスコーンも気に入ります。毎年新しいメニューが登場するのが楽しみです。皆で調理して食べる活動が復活することを期待したいです。



#### おかざきエリア

1/31に甘夏「きばる」試食会(参加者12名)を、「やはぎかん」にて開催。なかなか考えつけないような斬新な甘夏のおかず料理の数々に皆「簡単にできて、とても美味しい！」と大変好評でした。また、参加者同士でオススメ消費材や調理法を披露し合い、消費材により興味を持ってもらった有意義な会となりました。

#### 豊橋エリア

①1月中に加入後2年以内の組合員 90名に産地・農薬情報・配送予定とレシピ・きばるのYouTube動画紹介・アンケートと一緒に「甘夏1個」をプレゼント配付。②1/31(火)エリア主催で「甘夏&意見交換&合同地区会」(12名参加)。きばるの話をしながら、甘夏ジャム・人参と甘夏のサラダの実演と試食。瓶の消毒も実演しジャムの持ち帰り。参加者には「甘夏1個」をプレゼント。③2/5(日)地区主催で合同地区お茶会(10名参加)。実演は行わず、きばるやアースメイド野菜についてお話をし、参加者にこちらも「甘夏1個」をプレゼントしました。



## #愛知で食べるきばるの甘夏

みなさんの食べ方を教えてもらう企画でのInstagram投稿を紹介します。



↑ mamachiyan769さん  
きばるの甘夏を使った  
カンパーニュ



↑ ohirune\_poka60さん  
甘夏香るミニハンバーグ



←noriko5848さん  
きばるの甘夏を使った  
・さんまの香草焼き  
・スナックエンドウと甘夏のサラダ  
・甘夏ピール

みんなで「きばるの甘夏」を利用しましょう♪

# 育て方と鶏種、エサが違う！私たちの鶏卵

～11/11(金)鶏卵ビジョンフード交流会～

愛知で取り組んでいる鶏卵の生産者は岐阜県の(株)美濃愛農産直です。今回美濃愛農の国枝さん、山田さんを迎えて交流会を行いました。

国枝さん山田さんそれぞれの鶏舎の紹介や日頃の作業の様子、国産鶏種の意義やエサの話など、生産者の思いをたくさん聞きました。

一般では、「ウインドレス鶏舎」といって、窓のない薄暗い建物の中に鶏が詰め込まれ、歩くこともできない状態で飼育されています。一方美濃愛農は**風が通り陽の光も感じられる「開放鶏舎」**、少しゆったりしたケージの中で飼育されています。卵を産む鶏は、**NON-GMOの外国産とうもろこし・岐阜県産の飼料用米・魚粉**(これが美味しさの秘密?!)などを食べています。さらに、この鶏は日本の風土にあった国産鶏種。輸入がストップする不安のある海外鶏種に頼らずに安定した卵の生産を続けられます。私たちが卵を食べ続けることで、その生産を支えていくことができるのです。



**組合員から質問の多い、小さい卵についての説明がありました。**若い鶏は小さい卵を産み、だんだんと大きな卵を産むようになりますが、年を取ると毎日産まなくなってくるので、また若い鶏と入れ替えることとなります。小さい卵も大きい卵も、生活クラブ仕様の「**こだわりのエサ**」で飼育されている鶏が産んでいます。だから、私たちは注文して食べていきましょう。

今年度の単協消費委員会は“ちゃんと朝ごはんを食べよう”とみなさんへ提案しています。卵は完全栄養食と言われ、卵ひとつメニューに加えただけで栄養バランスが整います。卵はパンにもご飯にもあう朝食の定番、生でも食べられます。ぜひ毎日食べてみませんか？予約もできますよ！(けやきエリア 有働恵子)

## 連載【おすすめ!生活クラブの青果】

### はればれ育ちミニトマト 150g

毎日のお弁当に副菜に欠かせない野菜です。ミニトマトは小さくても栄養たっぷり、何より美味しい！化学合成農薬や化学肥料をできるだけ使わずこだわって育てていますが、市販品の値段と大差ないので、安心して美味しく食べることができて本当に有難いです。

(フルーツバスケットエリア 有田満恵)



# 肥沃な土地の 土のチカラで育つ野菜

～11/24(木)沃土会(よくどかい)ウライン生産者交流会～

沃土会事務局の茂木さんと生産者の丸山さんを迎えて交流会を行いました。

沃土会は、1981年設立された埼玉県深谷市の生産者29人の集まりです。深谷市周辺は昔から肥沃な土地で、**有機質肥料を用い、土壌に生息する微生物の力で病害虫の活性化を抑え、できる限り化学農薬の使用を控え、無化学肥料で野菜を栽培**しています。品種にもこだわり、美味しさへの追求を行っているとのこと。

生活クラブの野菜はすべて、生産者と一緒に土づくりからはじめる『**アースメイド野菜**』。丸山さんの「有機質肥料の野菜は、見た目は悪いが栄養いっぱい、中身がしっかり美味しい野菜ですよ」、「農薬や化学肥料に頼った野菜は、味も素っ気もない見た目重視の野菜です」との言葉に、私は思わずうなずいてしまいました。

最近は局地的な気候変動が多く、去年は雹の被害があったそうです。大事に育ててきた野菜が一瞬で出荷できなくなるのは悲しい、また台風が少ないとかえって虫が多い…など生産者の苦労もさまざま。豊作・不作により市場の価格が上下し、カタログの価格次第で注文を決めてしまう組合員がいるのも残念ながら事実。**野菜作りは本当に天候次第で生産者の収入にも影響**します。

この状況を改善しようと、生活クラブは計画的消費で市場の価格に左右されない生産体制を作って組合員に供給できるよう取り組んでいます。首都圏単協ではすでに始まっていますが、愛知では今年4月から“**予約・あっぱれはればれ野菜おまかせ4点セット**”の取り組みが始まります。生産者は決まった価格で予定通りの出荷ができるため、収入の計画が立ち、**安定した農業経営と後継者育成**ができます。おまかせなのは、野菜の生育に合わせ組み合わせをすることができ、天候などで生育が遅れたり早まったりした時も他の品目で補いつつ**野菜にとって一番いいタイミングでお届け**できると、生産者の丸山さんは、とてもわかりやすく話してくれました。

生活クラブの野菜は沃土会をはじめ、どの生産者も愛情たっぷりの美味しい野菜を作っています。**組合員からの応援メッセージ**もとても嬉しいし励みになると笑顔で話していました。野菜といっしょに入っている生産者の名前入りカードに、ぜひ応援メッセージを書いて配達便で返送してくださいね。そのまま生産者へ届きます。

沃土会の丸山さんの野菜が届くと嬉しいな！と、注文した野菜に入っているカードを見るのが楽しくなってきた今日この頃です。(けやきエリア 有働恵子)

**「予約・おまかせ4点セット」は各センターで受付中。お届けは4月からです!**



事務局の茂木さん(左)  
生産者の丸山さん(右)



沃土会のある深谷市は  
埼玉県北部にあります