

食と健康について考える講演会・郷土料理を楽しむ会

# 食と健康を 考える

村では、「豆で達人な村づくり」事業をとおして、高齢者の生きがい・健康づくり、特産品開発などを進めるため、さまざまな方向から事業を展開しています。その一環として、毎年実施しているのが「食を考える講演会」と「郷土料理を楽しむ会」です。

今年の講演会と郷土料理を楽しむ会は十一月二十三日、村公民館で行われ、村内外から多くの参加者で賑わいました。



講演会の様子



村の魅力が詰まった料理が並んだ郷土料理を楽しむ会

講演会では、生薬学、薬用植物学などを専門分野とし、世界中の薬草を育てながら、一般市民にも薬草について知ってもらおうと身近な薬草づくりに取り組む金沢大学薬学部教授の御影雅幸さんを講師に迎え、「食事と漢方」先人の知恵から学ぶ食

と健康」と題して、生活に身近な「食と健康」について講演いただきました。

鮫川の郷土料理を楽しむ会では、田楽や煮物、牡丹鍋などの郷土料理のほか、昭和学院短期大学の福永淑子教授のエゴマ鶏を使った料理、ヴィライナワシロ・山際総料理長のナツハゼを使った料理、アイディア料理コンテスト入賞作品などが会場いっぱいに並びました。また、村内産の米粉を使った料理も並び参加者は思い思いに鮫川村の「食」を堪能していました。

郷土料理を楽しむ会の料理は、村食生活改善推進員「ひまわり会」（水野洋子会長）や落合里づくり協議会・落合ひまわり会（我妻久子代表）・やまぼうしの会（関根のぶ子代表）などの団体が調理を担当し、村の安心・安全な食材を使った料理が提供されました。



● アイディア料理コンテスト入賞者一覧

褒章	大豆(小豆)部門			じゅうねん部門		
	主食	おかず・汁物	デザート	主食	おかず・汁物	デザート
鮫川村長賞 (最優秀賞)	「おからの茶わん蒸し風」 塩田恵美子さん(鉾木田)			「ぶちぶちおさつあんバター」 佐藤キヨ子さん(遠ヶ竜)		
福島県南農林事務所長賞 (豆で達人な村づくり奨励賞)	「まめまめゆべし」 矢吹直美さん・琳さん(塩倉)			「じゅうねんだんご汁」 岡崎かつ子さん(真坂)		
JA東西しらかわ鮫川支店長賞 (優秀賞)	「イタリアン風納豆 ホットミルクご飯」 吉保琴恵さん(前沼)	「豆サンきつね」 清水恵子さん(葉貴)	「いとこにっ(ー)」 岡部徳子さん(古殿町)			
鮫川村商工会長賞 (優秀賞)				「じゅうねん五目寿司」 高木モトさん(薄ヶ久保)	「根菜いり じゅうねんタレ」 金澤久さん(真坂)	「じゅうねんキャラメル」 緑川祐子さん (東白川農商鮫川校教諭)
福島民報社賞	「三味ライスステーキ」 岡崎かつ子さん(真坂)	「豆だんご」 鈴木令子さん(古殿町)	「小豆だんご」 我妻ひとみさん・ 成貴くん(落合)			
福島民友新聞社賞				「じゅうねん粥」 谷川千栄子さん	「うしろのじゅうねん だあれ」 國井小夜子さん(田中)	「じゅうねんプリン」 円谷初枝さん・ 楓華ちゃん(中沢)
入賞	「おからのチーズ焼き」 鈴木克秀さん (東白川農商鮫川校生)	「あんこがけ豆乳 パンケーキ」 芳賀秀美さん (東白川農商鮫川校生)	「ジュージュー!ジュウ ネンお好み焼き」 芳賀公美さん(宿ノ入)	「こりやうめー」 斎須信子さん(新宿)	「じゅうねんケーキ」 堀川奈津美さん (東白川農商鮫川校生)	
	「大豆ハンバーグ」 乾みち代さん (東白川農商鮫川校生)	「おかわりぜんざい」 関根のぶ子さん(余所内)	「じゅうねんまぶし」 斎須信子さん(新宿)	「貝たкусんエゴマ すいとん」 水野洋子さん(広畑)	「じゅうねんマドレーヌ」 円谷初枝さん(中沢)	
	「大豆とひじきのサラダ」 小山田あゆみさん (東白川農商鮫川校生)	「みそまんじゅう」 関根のぶ子さん(余所内)			「ぶちポテト」 小瀬幸子さん(新宿)	
	「大豆とほうれん草の玉 子とじ」 芳賀理幸さん (東白川農商鮫川校生)	「あずきちゃん」 清水恵子さん(葉貴)				
	「豆腐のかさあげ」 我妻トシ子さん(落合)	「ハモってゲー!」 鈴木恵美子さん・結ちゃん (道少田)				
	「大豆とチーズの おかずせんべい」 舟木由香里さん・ 太陽くん・陽くん・ 朝陽くん(石ノ花)	「トーフドーナツ」 藤田英子さん(上耕地)				
	「豆腐のオリーブ炒め」 小瀬幸子さん(新宿)	「あずき入りスコーン」 角田順子さん(浅川町)				
	「豆ハンバーグ」 山形良子さん(中山)	「かわりドラヤキ」 菊地朋子さん(下)				
	「豆・まめ・はさみ揚げ」 山形良子さん(中山)	「大豆入り豆乳かん」 我妻幸子さん(落合)				
	「きな粉入り焼肉のたれ」 我妻幸子さん(落合)	「三色おしるこ」 我妻奈桜さん(落合)				
	「兄弟プリン」 山形良子さん(中山)					



大豆・じゅうねんアイディア料理コンテスト

10月30日に行われたアイディア料理コンテストの表彰式は、11月23日の鮫川の郷土料理を楽しむ会と併せて行われ、受賞者に賞状と記念品が贈られました。コンテストには、大豆(小豆)・じゅうねんを使った料理、46作品が寄せられ、料理の外観、味、創造性、市場性、健康志向度をポイントに審査を実施。入賞した作品(左ページ参照)は、特産品の開発や、「手・まめ・館」の食堂、学校給食の献立に活用され、地産地消の推進に役立てられます。

【じゅうねんの部】鮫川村長賞



料理名  
ぶちぶちおさつあんバター  
出品者  
佐藤 キヨ子さん  
(遠ヶ竜)

●感想

自然食を使うようにしていたので、砂糖を使わずにざらめを使ってあんこを作りました。料理には、焦げ目をつけているのがポイントです。

【大豆(あずき)の部】鮫川村長賞



料理名  
おからの茶わん蒸し風  
出品者  
塩田 恵美子さん  
(鉾木田)

●感想

普段食べている茶わん蒸しをおからを使って作りました。パサパサ感があったので食べやすくする工夫に苦労しました。



**TOPICS**  
**給食を通して交流深める「食」と「農」の交流会**

学校給食の食材生産者と子どもたちとの「食」と「農」の交流会は十一月七日、鮫川小・青生野小の両校で行われました。

子どもたちが交流を通して食の大切さや生産者の方への感謝の気持ちを育み、生産者は安心安全な食材を提供することを目的として実施。生産者二十人(鮫川小十六人、青生野小四人)が小学校を訪れました。

交流会は、村内産の食材を使った陸(おか)けんちんや豆乳プリン、豚のから揚げ、りんごサラダ、ご飯などが調理され、子どもたちと生産者は給食を通して楽しく交流をしました。