

# はまふらんどナビ

DECEMBER 2010

VOL.19

市民と“農”とのふれあいの場

## 恵みの里で“農”の恵みを体験しよう!

### 農体験を通して農業への理解を深め、 地場農産物に親しみ、楽しむ

「恵みの里」は、地域ぐるみで農業と農地を残し、“農”あるまちづくりを進めるため、平成11年から始まった横浜市の取組です。

現在、田奈（青葉区、緑区）、都岡（旭区）、新治（緑区）の3地区が指定されており、米や味噌

づくり、農産加工教室等のさまざまな農体験の場を提供しています。

また、地域の農産物直売や農業イベントを開催したり、レンゲ等を植えた田園景観づくりを行っています。



サツマイモ収穫の様子。丸々太ったサツマイモが次々と顔を出します。大人も子ども大はしゃぎ!

### 取組内容をちょこっと紹介

#### 米作り体験教室（田奈、都岡、新治）

参加者全員が一列に並んで行う田植えは、恵みの里の風物詩となっています。5月から12月にかけて、約6回教室を開催。自分の手で愛情たっぷりに育てた新米の味は格別です!



#### 小麦作り体験教室（都岡、新治）

晩秋の種まきから翌夏の収穫まで、約5回に渡って行われます。ほんのり甘い麦の香りに包まれながら行う麦刈りは大仕事。最後のお楽しみ「うどん作り」は、寒い冬も暑い夏も、約8ヶ月を通して作業を頑張った最高のご褒美です。

#### 農産加工教室（田奈、都岡、新治）

味噌作りや郷土料理など、農家の知恵がたっぷり詰まった加工教室を行っています。農家の間で代々受け継がれてきた調理のコツを教えてもらいながら、昔から今に伝承される味を楽しめる教室です。

#### 農的景観植物の栽培（田奈、都岡、新治）

昔から農村で親しまれている景観植物を栽培し、「恵みの里」に訪れる方々をお迎えしています。開花時期になるとレンゲ、ヒガンバナなどが「恵みの里」を彩ります。

### 冬も「恵みの里」から目が離せない!

田奈恵みの里で人気の味噌作り教室。大好評につき今年もやります! 現在、参加者募集中。詳細は4ページをご覧ください。

### 今、新治恵みの里が熱い!

～ロゴマーク&定期直売愛称決定～

「新治恵みの里」活動5周年を記念して、地域により親んでいただくためロゴマークを公募し、地元農家により選考しました。採用された作品はその名も「ベジはる君」。ベジタブルの「ベジ」と新治の「はる」をとって名付けられました。新治で作られた野菜がたっぷり詰まったサラダボウルのキャラクターです。ただ今、新治恵みの里の顔として活躍中!



また、ロゴマーク募集と同時に、昨年「にいはる里山交流センター」で行っている定期直売の愛称も公募しました。選考の結果、「にいはる長屋門朝市」が誕生。センター周辺の里山に包まれた、のどかな雰囲気にも親んでいただきたいという思いから、センターのシンボリックな存在である「長屋門」を名前の一部に入れました（長屋門は平成14年11月に横浜市認定歴史的建造物に認定されました）。

“農”の魅力がたっぷり詰まった「恵みの里」へぜひ遊びにきてください!

### 土曜朝の直売は新治の新名所

## にいはる長屋門朝市

歴史的建造物を利用し、6軒の新治農家が新鮮野菜をお届けしています。お店は各農家の直接販売で、それぞれのお店の特徴も際立ち、お客様との会話が弾んでいます。朝市のあとで「にいはる里山交流センター」や新治市民の森を散歩する方も多ようです。

日時：毎週土曜日9:30～  
(売切れ次第終了、年末年始等休み)  
場所：にいはる里山交流センター  
(緑区新治町887)  
TEL：045-931-4947



出張!「にいはる長屋門朝市」  
緑区役所ピロティにて、冬野菜の販売や活動PRイベントを行います。この日は緑区役所に行かなくて済みます!

日時：12月17日(金)  
11:00～13:00  
場所：緑区役所ピロティ

# はまふうど人 登場

vol.19

さまざまな立場から地産地消に取り組む方をご紹介します



社会福祉法人  
グリーンのみなさんと  
施設長 石田周一さん

手前右が石田さん

## 障害者が取り組む無農薬野菜づくり「グリーン農園」のメンバーたち

のどかな農村風景が今も残る青葉区の「寺家ふるさと村」。その一角にある約8反の畑と約3反の田んぼからなる「グリーン農園」では、障害を持つ人たちが、年間約30種の野菜や米、大豆などを栽培。彼らはここでゆるやかな自給的な暮らしを楽しみ、日々汗を流しています。

### 無農薬野菜と米作りに取り組む障害者の農園

「グリーン」は、障害のある人々の自立を支援する障害福祉サービス事業所です。18年前に地域作業所としてスタートし、平成19年に社会福祉法人の認可を受けました。施設に通うメンバーは現在38名。自閉症やダウン症など、比較的重度の知的障害のある人が多く、養護学校の高等部を卒業して入所した人たちが大半を占めています。

グリーンが実践しているのは、農業を取り入れたユニークな福祉の形。一般に障害者の作業所は施設内での軽作業が多いのですが、ここでは土作りから、種まきや草刈り、農作物の収穫と、メンバーが畑仕事のすべての行程に関わり、農作物の直売や加工品の販売を行っています。

障害者支援に農業を取り入れた理由を施設長の石田さんに尋ねると、「外に出て、自然の中で体を動かして働くことが癒しや鍛錬になり、豊かな暮らしができると思った」と答えてくれました。大学時代、教員を目指していた石田さんは、ボランティアとして障害児グループに関わるようになり、そのグループを引き継ぐ形でグリーン設立に関わったそうです。

ヒントとなったのは、栃木県足利市にある「こころみ学園」の活動でした。知的障害のある人たちが働き手となって、ブ

ドウ栽培からワイン醸造を行っているこころみ学園は、「ココファーム&ワイナリー」として全国にその名前を知られています。カフェを併設したワイナリーは、自家製ワインを味わいにたくさんの人々が訪れる人気スポットですが、ここでは、ワイン作りと並行して、しいたけの原木栽培も行っています。

こころみ学園の活動をモデルにして、当初は山林でのしいたけ栽培からスタートしたグリーン。いろいろな試行錯誤を経て寺家ふるさと村にある畑や田んぼを借りることができ、少しずつ、今のようなスタイルに変わっていきました。

石田さん自身に農業の経験はなく、「野菜や米を作るなんて無理だろうと思っていた」そうですが、農家に指導を受け、農業大学の学生たちに参加してもらうなどしてメンバーと共に学んできたそうです。「正直言って、今のように、グリーンメンバーだけで農作業ができるようになるとは思っていませんでした。しかし、年を重ねるごとにメンバーが成長して力を付け、いい意味で裏切られました(笑)」。

### 野菜を育てながら、自分も育つ

グリーンに入所した頃は落ち着きがなく、集中して物事に取り組むことが難しかった人も、仲間と一緒に畑で働くうちに体力や集中力が付き、年を重ねるごとに、それまでできなかったことができるようになる。畑を耕し、野菜や米を育てる中で、メンバーの心も大きく育ってきていることが実感できると石田さんは言います。

『「アースする」と表現することもあるのですが、青空の下で土に触れていると、放電するように気持ちがおだやかになるんです。朝、イライラした様子でやって来たメンバーの釣り上がった目が、畑仕事をしているうちに垂れてくるのはよくあることです。青空の下で体を動かして汗を流し、自分たちで作った野菜や米を食べ、夜はぐっすり眠る。そんな規則正しい生活も、精神の安定をもたらしているようです。

何よりも、メンバーの心に落ち着きを与えている一番の要因は「自分にはやるべき仕事がある」という責任感かもしれません。障害のあるなしに関わらず、人間は誰しも「自分は社会から必要とされている」と感じていたいもの。社会から必要とされている実感がなければ、誰だって気持ちがめげてしまいます。



①マルチを張った畑にブロッコリーの苗を植える ②畑でへびを発見! ③収穫前の大豆畑を横切り、せつせと堆肥を運ぶ ④通常より太いしっかりした稲を、2~3本ずつ田んぼに植える ⑤畑仕事の合間の休憩時間 ⑥大きく育った巨大かぼちゃ

「特に障害を持つ人はそういった状況に置かれがちです。できないことが多いために、『あなたは面倒を見られる側の人』という烙印を押されるケースも多々あります。社会に貢献する場があることは、人間が生きていく上でとても大切なことなのだと思います」(石田さん)。

## 畑の収穫物で作る手作り弁当や自家製味噌

農園で収穫した季節の野菜や果物や米、加工品などは、青葉区内にあるグリーン施設の直売するほか、大量に採れた野菜は地元の給食サービス会社に引き取ってもらうこともあります。グリーンには調理班があり、収穫物で全員の昼食を作ったり、「おにぎり畑」という名称でお弁当を作る仕事もしています。天日干しのお米や野菜をたっぷり使った地産地消の手作り弁当は、近隣の専門学校などへ持って行って販売していますが、クチコミで地域の方々から注文が入ることもあります。



お弁当作りを担当する調理班

また、畑で採れたものを加工するのも調理班の仕事。「中でも、畑の大豆で仕込む『グリーンの手前味噌』は特に人気がありますよ」と石田さん。米麴や麦麴、玄米麴と大豆、黒豆を合わせた無添加の味噌は数種類ありますが、グリーン農園の無農薬大豆を自然塩と麴だけで仕込んだ手作り味噌は香りがよく「お味噌汁にするのはもったいない」と言われるほど。ほかにも、小麦は業者に依頼してうどんの乾

麺にしたり、梅干しや手作りラー油、赤シソジュースなどが陳列棚に並ぶこともあります。

## 地域の人々が集うオープンな畑にしたい

グリーン農園では、味噌作りや芋ほりなどの体験の場を用意し、地域の人々と交流する機会を設けています。芋ほりには、近くの保育園や障害児者など、年間約200名の参加者がありました。こうした地域の人々と交流する機会をもっと増やし、多くの人が集まる場を作りたいと石田さんは考えています。

「障害者のためのボランティアということだけではなく、『農業を体験したいから』でもいいし、『おいしい野菜を買いたいから』でもいい。グリーンを開かれた施設にして、さまざまな人たちが集まる場所にしたい。そこからいろいろな関係性が生まれて、障害のある人たちが自然と地域に溶け込んでいけるような街づくりができればいいと思っています」。

さらに、グリーンのメンバーが楽しみながら畑や田んぼにかかわることで、寺家ふるさと村などの里山の緑がこれからも緑であり続けるお手伝いになれば、と話す石田さん。農ある福祉を実践しているグリーンの活動は、今後、地域の街づくりや環境保全へとつながっていくことでしょう。

「グリーン農園」では、ボランティアを募集しています。興味のある方は下記までお問合せください。

URL : <http://home.catv.ne.jp/dd/green/>

電話 : 045-961-0305 e-mail : green@n00.itscom.net



直売所の代金箱は近くの美大生が作ってくれた

# 11月は地産地消月間 よこはま地産地消フォーラム 2010 報告①

## おいしい横浜の農 大発見!

～見て・聞いて・話して・買って・食べて うれしい～

横浜市では、農産物が豊富で農業まつりなどのイベントが各地で開催されている11月を「地産地消月間」としています。その月間行事として11月7日(日)、アートフォーラムあざみ野 男女共同参画センター横浜北にて「よこはま地産地消フォーラム2010」を開催。1000名を超える来場者の方々に横浜の「農」に触れていただき、盛大なイベントとなりました。

### よこはま地産地消フォーラム2010の内容

#### 元気農家トークライブ

(1部 10:00～12:00、2部 13:30～15:30)

約150名の方々のご参加をいただき、横浜の「農」を担う「元気農家」のトークライブを開催。会場には横浜の元気農家14名が結集し、農業経営や「農」にかける思いを語りました。参加者アンケートでは「農家さんの心意気が理解できました」、「普段聞けない話が聞けて、食の重要性を改めて感じました」、「農業をとりまく環境がより良くなるよう、できるところから協力したい」など、横浜の農を応援していただける旨の声を多数いただきました。



#### とれたて野菜・果物、農産加工品の直売

よこはま・ゆめ・ファーマー(女性農業者)が、とれたての旬野菜や果物、お米、キノコ類、農産加工品を直売しました。当日は、開会の10時前から大勢のお客さんが並び、新鮮な野菜などをお求めいただきました。また、農家手作りのお惣菜やおにぎりなども大人気でした。



#### 「農家の技」披露と体験

①稲ワラでクリスマスリース作り よこはま・ゆめ・ファーマーの皆さんを講師に、泉区の農家の稲ワラを使って、縄糸(なえ)の技でクリスマスリースを作りました。約



20組の親子等にご参加いただきました。

②市内産ハーブでシューズキーパー作り 市内産のハーブで作ったドライハーブを使って、よこはま・ゆめ・ファーマーがシューズキーパー作りを伝授しました。

③カップで野菜作り 青葉みらい農くらぶの皆さんが講師となって、約70名の参加者の皆さんに実際に作物を家庭で育てる体験をしていただくこと、コマツナの苗をカップに植え付けてもらいました。



#### はまふうどコンシェルジュ 実演・体験・展示コーナー

野菜ソムリエによる旬の地場野菜の調理ミニ講座「食べ方のご提案で畑と食卓を結びます!」をテーマに、ニンジンやコマツナの食べ比べとレシピ提案、クイズで知ろう～「はま菜ちゃん」～が行われました。また小学校栄養教諭による学校給食の取り組みや、12月に開催される学校給食展、小学校の農業体験活動、地域の生産者の方々に協力いただいた生産活動の授業、食べ物シアターでの食育の企画を紹介。さらに、援農ボランティア団体の「はま農楽」が、映像で活動を紹介をしたり、自分たちで育てたハーブや花を使った作品を販売。はまふうどコンシェルジュの活動展示なども行いました。



#### 横浜の農業・地産地消紹介コーナー

青葉区、泉区、神奈川区、港北区、都筑区、緑区、経済観光局・観光コンベンションビューロー、環境創造局(みどりアップ推進課・農地保全課・農業振興課)等が行っている、地産地消や「農」に関する取組をパネルで紹介しました。

# 11月は地産地消月間 よこはま地産地消フォーラム 2010 報告②

## おいしい横浜の 農 大発見!

～見て・聞いて・話して・買って・食べて うれしい～

### 濱の料理人

### 濱の鉄人料理コンテスト

## 「プロ部門」の本戦が行われました

書類審査を経て選ばれた3品を、それぞれの応募者が会場で調理し、実行委員会の審査員及び一般公募の審査員（30名）が試食審査しました。

1位に入賞したのは「和ダイニング檜」副料理長の勝間田章司さん（レシピは下記をご覧ください）。勝間田さんは、日ごろから栄区の矢島農園の野菜を料理に活かしており、地場野菜を美味しく調理する技が認められました。この料理コンテストの様子は日テレ等、各種マスメディアの取材もあり、大きな反響を呼びました。

1位に輝いた勝間田さんには、濱の鉄人の称号と楯が贈られました。「農家さんから話を聞いて料理を作ってきたことが、受賞につながった」と勝間田さん



## 濱の鉄人直伝レシピ

濱の料理人 料理コンテスト プロ部門1位  
「濱の鉄人」勝間田さんが考案した

### 里芋の肉まん

#### 材料と分量（4個分）

里イモ4個／豚バラブロック30g／にんじん10g／椎茸¼個／銀杏1個／出汁（醤油70cc、酒35cc、水100cc、砂糖30g、ハチミツ5g、赤唐辛子、にんにく、生姜、ネギ各1片）／八方出汁（昆布・鰹節8に対して、みりん1、薄口醤油1の割合。市販のものでも可）

#### 作り方

1. 里芋を蒸し、八方出汁で30分煮てから3時間ほど冷やす。
2. 豚バラブロックに焼き目をつけてから、出汁で1時間煮て、出汁に漬けたまま5～6時間冷ます。
3. にんじん、椎茸、銀杏をカットして2の出汁で10分煮て、冷ます。
4. 里芋を裏ごしする
5. 適当な大きさに2をカットする。
6. 里芋で3と5を包んで丸める。
7. 上新粉をまぶして、油で揚げる。



中身のポリウムと肉の味、里芋のモチモチ食感がポイント

勝間田章司さんは戸塚区にある「和ダイニング檜」の副料理長。お店でも地産地消を実践しています



#### おいしくつくるコツ

里イモと肉の量のバランスが大事。  
6:4くらいがいい

## 食農イベント情報

### 舞岡ふるさと村「漬物教室」

ぬか床づくりとぬか漬け、舞岡産の白菜を使った白菜漬、大根の調味漬を作ろう!

日時: 2月6日(日) 13:30～15:00

会場: 舞岡ふるさと村 虹の家

定員: 先着24人

応募方法: 電話、ファックス、e-mailで、①住所、②氏名、③電話番号、④教室名、⑤人数をご記入の上、下記応募先にお申し込みください(1月15日午前9時から募集)。

応募先・問合せ先: 〒244-0813 戸塚区舞岡町2832 舞岡ふるさと村 虹の家

TEL(045)826-0700 FAX(045)826-0749

参加費: 1名につき1000円

### 田奈恵みの里「味噌作り教室」

田奈産の大豆で、味噌を作ります。約10キロの味噌をお持ち帰りいただきます。

日時: 2011年2月25日、26日、27日

10:00～14:00

会場: 田奈農協センター(「長津田駅北口」から徒歩1分)

参加費: 6000円

定員: 各日20人(応募多数の場合は抽選)

応募方法: 氏名、住所、電話番号、希望日を明記の上、はがきまたはFAXで下記へお申し込みください(12月20日締切)

応募先: 田奈農協営農経済部味噌係

〒227-0064 横浜市青葉区田奈町52-8

TEL: 045-981-1819

FAX: 045-989-4300