

JAグループ宮城 6次産業化サポート

農の食卓

宮城県農業協同組合中央会
 営農農政部
 〒980-0011 仙台市青葉区上杉1丁目2-16
 TEL.022-264-8247 FAX.022-264-8239
<http://www.ja-mg.or.jp/>

窓まで 食農教育の大切さ

JAグループでは、子どもたちに食と農業をもっと知ってもらうために、食育・食農教育活動を展開しています。

食農教育とは、現代社会で接する機会が少ない食と農について、直接触れて体験してもらい、「いちのち」の大切さを知ってもらう活動です。

「パケツ稲づくりセット」の配布やお米図画作文コンクールの開催により普段食べている「ご飯」に親しみを感じてもらったり、親子料理教室で感謝の気持ちや食べ物の大切さを学んでもらったり、皆さまとさまざまな形で関わりを持っています。

詳しくはコチラ (<https://life.jaigroup.jp/education/>) をご覧ください！

特集

近隣のお客さまでいつもにぎわう
「登米市物産直売所」



仙台駅前から泉中央に向かう坂道の途中、北仙台の近く、ドンキホーテの向かい側にそのお店があります。小さいお店ながら、野菜、米、肉、乳製品、それらの加工品、菓子類などがひと通りそろっていて充実の店内。

毎朝、登米地区から届く新鮮な野菜を目当てに近隣のお客さまが集まり、なかなかの賑わいを見せています。

もともと登米は江戸時代から米どころとして有名でしたが、この直売所も自慢のササニシキ、売れ筋のひとめぼれが誇らしげに並んでいます。

「これからも今まで以上にお客さまに愛される直売所を目指して頑張ります」と、登米市観光物産協会事務局長の菅原博子さんが語ってくれました。



【お問い合わせ先】
 登米市物産直売所
 宮城県仙台市青葉区堤町 1-5-26
 TEL.022-718-6520
 営業時間：10:00～18:00
 定休日：日曜日、年末年始

お奨め逸品

地元産の『大豆を使った』健康志向のヨーグルト
ソイヨーグルト

仙台の大豆を使った「仙大豆」シリーズに新商品が登場。県産の良質な大豆「ミヤギシロメ」を丸ごと使ったヨーグルトです。

インターネットを使ったクラウドファンディングでPRを行い、商品開発を進めました。

乳酸菌やビフィズス菌と一緒に、大豆由来の食物繊維やオリゴ糖も摂ることができ、腸内環境の改善にももってこいの商品です。



乳製品を使用していないので、乳アレルギーのある方でも安心して召し上がりがいただけます。

直売所「たなばたけ高砂店」やJA仙台オンラインショップ、仙台市内の一部のコンビニ・量販店で販売しています。

1個 90g 160円 (税抜き)
 【ご注文・お問い合わせ先】
 JA 仙台たなばたけ高砂店
 TEL.022-388-7318

いちごの革命児「桃薫」でいちやく有名にー いちご倶楽部株式会社



代表の田内伸子さんは数年前に三重県の農業試験場で開発されたばかりのいちご「桃薫」と出会い、「これだ!」とひらめき、数本の苗木をもとに大崎市鹿島台で取り組みを開始。これまでのいちごの常識を覆す見た目の可憐さ、香り、食感、味がたちまち評判となり、大手百貨店、通販、また輸出業者の目にとまり、上代で1パック1万円(大玉9個入り)の値が付き、初出荷48パックはあっというまに完売(平成26年)。現在、生産と流通の安定化を目指してシステム化、流通の仕組み作り等、大手企業とコンソーシアムを組んで、新しいビジネスモデルを構築しようと奮闘中です。

田内さんは「これから、化粧品メーカー等ともコラボレーションして、新しいマーケットを開拓していきたい」と夢を膨らませています。



いちご倶楽部株式会社
 宮城県大崎市鹿島台大迫字下志田 650-1
 TEL.090-3164-0582

「しいたけたっぷりカレー(中辛)」

大和町産の菌床椎茸と管内産の野菜、大豆を使用し、肉やバターは一切使用していない体に優しいレトルトカレーです。8月11日から販売を開始したJAあさひな6次産業化新商品です。



「しいたけたっぷりカレー(中辛)」

・200g / 1箱
 ・1箱 / 420円(税込み)
 【ご注文・お問い合わせ先】
 JAあさひな営農企画課
 TEL.022-353-1111

◆お問合せについては、各JAの電話までご連絡ください。生産量に限りがあるため品切れになる商品もありますのであらかじめご了承ください。

お取り寄せ
 カタログ

「ふるかわマルマメつゆ」

ササニシキ・ひとめぼれの誕生の地として知られる古川は、今や日本有数の大豆産地でもあります。その大崎平野で生産された安全・安心の良質な丸大豆を使用した醤油をベースに、かつお節としいたけの風味が香る万能つゆに仕上げました。めんつゆ、丼もの、煮物等、何にでもお使いいただけます。



ふるかわマルマメつゆ
 内容量 1L・500ml
 ・1L / 670円(税込み)
 ・500ml / 365円(税込み)
 【お問い合わせ先】
 JA古川経済部生活課
 TEL.0229-52-5116

健康レシピ

「トマトと

ズッキーニの和え物」

少量のコチュジャンで辛さと香りを引き出しましょう。トマトの真つ赤な色素は、リコピンという成分によるものです。リコピンは、強い抗酸化作用があり、高血圧やがん予防にも有効です。トマトには、この他、ストレス撃退の味方であるビタミンCや、塩分の排出に不可欠なカリウムなども含まれます。

■材料(2人分あたり)
 トマト 100g
 ズッキーニ 80g
 塩 0.2g
 A コチュジャン: 6g
 すりおろしにんにく: 2g
 醤油: 6g
 砂糖: 2g
 ごま油: 4g
 白ごま: 1g



1人分あたり
 カロリー 43kcal
 塩分 1.2g
 食物繊維 1.0g

■作り方

①ズッキーニは輪切りにして、テフロン加工のフライパンで素焼きにする。塩を振っておく。トマトは角切りにする。
 ②Aを合わせて、1を加えて和え、上から白ごまをかける。



宮城カルテ食堂「春夏レシピブック」より
<http://www.karute-shokudo.com>
 ※宮城カルテ食堂「春夏レシピブック」・「秋冬レシピブック」
 (共に864円/税込み)

「トピックス」

「食育を推進 親子向けセミナー開催！」

JAグループ宮城は、未就学児のいる親子約160名を対象とした「就学前に知っておきたい！親子で健やか食・農・運動セミナー」を開催しました。「食」の基調講演として東北大学の教授を招き、「考えよう食生活」をテーマに、普段の食事で気をつける点や理想の食事習慣の形成について講義が行われました。「運動」は県内の子育て支援サークルの協力の下、子ども向けのレクリエーションや、親子向け体操を行いました。

体を動かした後は、宮城県産の農畜産物をふんだんに使った「農」のランチビュッフェで楽しく食事。仙台牛のステーキや野菜たっぷりのカレー等、たくさん料理を味わいました。



編集室から

健康的に過ごすべく(たるんだ下半身と決別したく)、食生活の見直しをしました。と言っても元々間食はしないので「なるべく3食同じ時間に食べる」と「腹八分目でやめておく」ことくらいです。前者は割と簡単ですが、後者の欠点を補うため「野菜を多めに食べる」ようにしバランスを整えています。久々に体重計に乗ったところ、4キロ減っていました。

食へ歩きが趣味ゆえ、たまには外で好きなものを食べていますが、日常の基本となる家の食事「内食」の大切さを改めて実感しました。(佐)

