よこはまの畑と食卓を結ぶ情報誌

MAY 2012 VOL.25

はまふぅどナビ

地元ヨコハマでとれた農畜産物を食べよう！

横浜の地産地消の応援隊「はまふぅどコンシェルジュ」になりませんか！

平成24年度 はまふぅどコンシェルジュ講座受講者募集！

横浜市では、市民の皆様に新鮮で安心な農畜産物を作る・運ぶ・食べる地産地消の取組をさらに広めるため、「はまふぅど（＝地産地消）」を実践し、普及につとめる方々を対象とした「はまふぅどコンシェルジュ講座」を今年も開催します。

この講座では、横浜の農業や地産地消、農畜産物、生産者、食などをテーマに、講義や実習を通じて横浜の“農”の現場と市民の皆様をつなぎます。また、地産地消を通じて、異業種の様々なネットワークや取組みが生まれることも期待されます。今年で7年目となる本講座、これまでの修了生は184名です。あなたも講座を受講して「はまふぅどコンシェルジュ」として地産地消の活動をしませんか！

（上）「農」を巡る：コマツナ畑の見学
（右）「農」を味わう：横浜中央卸売市場の見学

●スケジュールと内容

（連続講座となるため、全講座を受講して下さい。1回のみのご参加はできません）

第1回	横浜の「農」と地産地消	6月23日（土）9：30～16：00
第2回	横浜の「農」を巡る	7月5日（木）8：30～16：30
第3回	横浜の「農」を味わう	7月11日（水）9：00～14：00
第4回	横浜の「農」を体験する	7月中
第5回	それぞれの地産地消	7月29日（日）13：00～16：30

●募集概要

対象：地産地消、農業、食育等の活動を行う団体に所属している方や、生産者、栄養士、飲食店関係者、流通関係者、企業等で地産地消に取り組んでいる方など。
定員：30名（応募多数の場合は選考）　**参加費**：6,000円（実費：バス代・保険料・テキスト代等）　**申込期間**：平成24年5月11日(金)～5月25日(金) 必着　**申込方法**：専用申込用紙（各区役所広報相談係で配布またはHPからダウンロード）に、名前、住所、電話番号（お持ちの方はFAX番号、Eメールアドレス）、年代、所属団体名（会社名）、地産地消等に関する活動実績、講座の申込動機、講座で得た知識・情報の今後の活かし方を明記の上、封書、FAX、Eメールのいずれかの方法でお送り下さい。Eメールの場合は、専用申込用紙（Word）を以下からダウンロードして下さい。
http://www.city.yokohama.lg.jp/kankyo/nousan/tisantisyo/torikumi/concierge-apply.html

●申込・問合せ先

横浜市環境創造局農業振興課
「はまふぅどコンシェルジュ講座」担当
〒231-0017横浜市中区港町1-1
TEL：045-671-2638　FAX：045-664-4425
Eメール：ks-tisantisho-news@city.yokohama.jp

横浜の地産地消ガイドブックの決定版

「食べる．横浜（たべるドットよこはま）」大好評発売中！

横浜市では平成23年度「食と農との連携事業」において、JA横浜、JA田奈、神奈川新聞社と連携し、横浜の“農”の魅力がギュっと詰まった地産地消のガイドブック「食べる．横浜」を制作しました。

企画から発行に至るまでにかけた期間は実に1年以上。市内全域の取材をはじめ、直売所への大規模な調査等を実施し、農家直伝レシピや431ヵ所の直売リストなど、特典や特集も多数収録。自信をもっておすすめできる一冊となりました。書店で見かけたら、ぜひ手に取ってみてください。あなたもハマ農の魅力にハマること間違いなし！

仕様　A5判／176ページ／オールカラー
販売価格　1,365円（税込）
販売場所　市内書店、市庁舎1階市民情報センター等
詳しくは横浜市ウェブサイト「横浜で地産地消」をご覧ください。
※発行・販売に関するお問い合わせは神奈川新聞社（TEL 045-227-0850）まで。

はまふぅどナビのバックナンバーはウェブサイトでご覧いただけます　http://www.city.yokohama.lg.jp/kankyo/nousan/tisantisyo/torikumi/hamafoodnavi.html

はまふぅど人登場 vol.25

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

大無田龍一さん（右）
はまふぅどコンシェルジュ５期／元神奈川新聞社

高木佳奈さん（左）
神奈川新聞社

はまふぅどコンシェルジュ講座から誕生した地産地消ガイドブック「食べる・（どっと）横浜」

JA横浜、JA田奈、神奈川新聞社、横浜市環境創造局の4者共同で、1年半かけて制作した地産地消ガイドブック「食べる.（どっと）横浜」が、ついに出版されました。市内産の農産物を使ったレシピやレストラン紹介、直売所めぐりガイドなど、全176ページに渡って横浜の食と農を網羅。ページをめくるたびに、行間から地産地消に関わる人々の情熱が伝わる1冊です。中心となって本を執筆した大無田さん、編集担当の高木さんに、このガイドブックに込めた思いを伺いました。

はまふぅどコンシェルジュ講座の受講がきっかけで、本を制作

大無田さんは、元神奈川新聞の記者。休日には畑で野菜と花作りに励みながら、神奈川新聞社のウェブサイトで「カナロコふぁーまーず」や「ふぁーまーずぷらす」というコンテンツを担当し、農業と園芸の情報を発信していました。その中で知ったはまふぅどコンシェルジュ講座に応募し、講座を通して地産地消に関わる人たちと知り合ったことが、このガイドブック誕生のきっかけでした。

企画から完成までに費やした期間は1年以上。企画段階では農政の職員から膨大な情報が提供され、その中から厳選して本の内容を構成していきました。800件以上に及んだ調査・取材には、横浜市の農業振興課や南北の農政事務所職員も奔走し、本作りに関わったスタッフは総勢50人以上！担当地域の農家さんについて詳しい情報を持っているものの、ほとんどの職員は取材をするのが初めてだったため、大無田さんから執筆や撮影のレクチャーを受けて取材に臨みました。

夏の早朝、瀬谷区のトウモロコシ畑を撮影する大無田さん

通常のガイドブック作りの何倍もの手間をかけた編集作業

本を開いてみるとわかりますが、ガイドブックにしては非常に文章量が多く、かなり読み応えがあります。「取材先で聞いた作り手の情熱を読者に伝えたい」という思いから、大無田さんや農政職員が書いた原稿は文字量を大幅にオーバー。限られたページ数におさめるために、編集担当の高木さんと執筆者の間で何度もやりとりを重ね、これでもかなりの原稿をそぎ落としたそうです。

「編集会議はいつも時間オーバーだった」と話す2人

「本の編集過程では、通常のガイドブック作りの何倍もの校正作業を行いました。農家さんの思いを余すところなく伝えたい執筆者と、読者にわかりやすい情報を厳選したい編集サイドとの間で、これでもかというほど原稿が行き来しました。互いに納得がいくまで話し合い、締め切りのぎりぎりまで調整が続きました」（高木さん）。

総力を結集して作り上げたガイドブックを1人でも多くの人に届けたいと、横浜市内、近郊の書店には、農政職員による手書きポップを用意しました。十人十色、バラエティー豊かで、どれも地産地消への情熱や本作りにかけた愛が伝わってくるものばかり。書店で本に添えられたポップを見かけたら、ぜひこちらもご一読ください。

楽しみながら横浜の食と農に触れる地産地消めぐりモデルルートを掲載

横浜市の地産地消について詳しい知識を持っていた大無田さんとは対照的に、白紙の状態で本の編集を担当することになった高木さん。

「この本に携わったスタッフの中で、私が唯一、地産地消に関して素人でした。もともと農業にはあまり興味がなかったのですが、だからこそ読者の視点に立って本を作ろ

南北農政事務所の職員たちが手作りした、力作ポップの数々！

うと考えました。もちろんこのガイドブックは、横浜市の地産地消について見識がある方にも活用していただきたいのですが、私のように“これから”という人にも楽しめる内容になっています」（高木さん）。

ガイドブックでは、地産地消をめぐるモデルルートを各地域ごとに紹介。地産地消グルメが味わえる周囲の飲食店情報もあり、地産地消ウォーキングを楽しみたい人に役立つ実用的な情報がぎっしり詰まっています。さらに、横浜市の農業の歴史や実態がわかる読み物が多く、楽しみながら知識が得られるように構成されているのが特徴です。

本の制作を通して、食に対する意識が変化 今では直売所で買い物をするように

「執筆陣から送られてくる“旬”の原稿に目を通すたびに、横浜市の農業の多様性や奥深さに驚き、多品目生産によって都市型農業が成り立つことにも初めて気づきました」と高木さん。

編集作業の一環で直売所を訪れた折には、ずらりと並んだ新鮮な農畜産物や珍しい野菜、加工品の豊富なラインナップにびっくり。以前は横浜産の存在も知らず、野菜や果物は有名産地のものがいいのだろうぐらいに思っていたそうですが、流通の仕組みなど地場産のメリットを知り、直売所を利用する機会が増えたといいます。

「市場を通さない直売所では、朝採りの野菜や完熟もぎたての果物が手に入るんですね。加工品の特集ページでも紹介しましたが、ジャムや漬物、総菜にドライフルーツなど、種類の多さだけでなく、そのレベルの高さに驚きました」（高木さん）。これを享受しない手はないと、今、自宅の冷蔵庫には JA の直売所メルカートで入手した平野フキさん（直売グループ「大熊にこにこ市」主催）の自家製塩麹が入っているそうです。

都筑区の直売所「大熊にこにこ市」は今年で28年目を迎えます

横浜の大きな財産である 地産地消を続けていくために

祖父母が地方で果樹やお茶を作っている大無田さんは、取材を通して、地産地消は横浜にマッチした農業のカタチだと実感を持ったそうです。

「横浜は370万人もの消費者が住む国内有数の大都市。全国的に見ても農政専門の職員がいる市役所は少ないのですが、横浜市は農政職の人材が豊富です。市内の農家さんたちの意識も高く、優れた都市政策によって昔から農地を確保してきた経緯がある。これはすごいことだと思います。また、若い世代の生産者が多いことも実感でき、横浜の地産地消の可能性に確信を持ちました」（大無田さん）。

ガイドブックには多くの若い生産者が登場していますが、横浜産の「ハマッ子牛乳」を作っている相澤良牧場の酪農家もその1人。牛乳の運搬作業に同行して取材をするため、大無田さんが牧場を訪れたのは明け方3時だったそうです。

評判のハマッ子牛乳を生産する相澤良牧場

「一般的には遊びたい盛りの20代前半の若者が、眠い目をこすりながら一生懸命に働く姿を肌で感じ、消費者である我々は、こういう人たちに支えられているんだと強く感じました」（大無田さん）。

私たちが暮らすこの街には、住宅地のすぐ近くに広い農地が広がっていて、たくさんの種類の野菜や果物のほか、米も小麦も作られています。牛や豚、鶏（鶏卵）もいるし、鮮魚が揚がる漁港もあります。市内約1000軒の直売所では、採れたて完熟の農産物や農家の逸品である手作り加工品の数々が並んでいます。こうした豊かな恵みがいつまでも続くために、私たちができることは、地元産を選んで食べること。

そのための情報がたくさん詰まっている地産地消ガイドブック「食べる . 横浜」は、横浜にお住まいのすべての方に読んでほしい1冊です。この本を読んだ後は「横浜ってすごいでしょ?」と、誰かに自慢したくなりますよ。

はまふぅどコンシェルジュ　活動紹介コーナー

前号から始まった活動紹介コーナー。本号では、区民プロデュース事業と食育教室に取り組むはまふぅどコンシェルジュを紹介します！

横浜市では“はまふぅど（地産地消）”を実践し、普及に努める方々を対象とした「はまふぅどコンシェルジュ講座」を開催しており、修了した受講生を「はまふぅどコンシェルジュ」として認定（現在184人）。はまふぅどコンシェルジュは、様々な地産地消活動を行っています。

栄区区民プロデュース事業「さかえ de ふうど」

網倉悦子さん（4期、さかえ de ふうど代表）

講座の様子

「さかえ de ふうど」は、栄区の風土で育った foods を意味し、栄区の地産地消を推進して「農」を応援する事業です。栄区区民プロデュース事業による活動団体で、平成21年度から3年間にわたり講座を実施しました。

「栄区は自然の恵み豊かな町。新鮮・おいしい・安心が魅力の地産地消に“食べたい、知りたい、作りたい”という好奇心を加えた講座を、平成23年度に開催しました！」。

食育教室「Cooking Angels」

須賀祐子さん（6期、フードコーディネーター）

食育教室の様子

「Cooking Angels」は2004年に立ち上げた親子の食育教室。教室を主宰する須賀さんは、学童保育で食育講師も務めています。「毎回テーマに沿って旬の食材を使い、子供がすべて一人で作る子供主体の食育教室を開催しています。今年はメニューに横浜野菜を積極的に使います」。

新しく生まれ変わった恵みの里で“農”の恵みを体験しませんか！

地場産野菜に親しみ、農体験を通して野菜を作り、食べる。市民と“農”とのふれあいの場所、それが「恵みの里」です。市内には田奈、新治、都岡の３ヵ所にあります。

田奈恵みの里に直売所「四季菜館（しきさいかん）」がオープン！

田奈恵みの里は、平成11年に指定された恵みの里第１号です。田奈駅を降りてすぐの広大な水田地帯が特徴。農業まつり、体験水田、味噌作りなどの加工教室、レンゲ畑による景観保全を行っています。直売所は、穀物用倉庫として昭和12年に建築され、田奈地区の農家と共に歩んできた地域のシンボルである蔵をリニューアル。歴史の跡が残る柱や梁を生かしたモダンな空間に、田奈産の新鮮野菜や果物、花、加工品などが所狭しと並びます。

オープン予定日：平成24年5月26日（土）10:00～　**イベント情報：**詳細は環境創造局HPの「田奈恵みの里」にて
http://www.city.yokohama.lg.jp/kankyo/nousan/megumi/tana-index.html
住所：青葉区田奈町52-8　**電話：**045-507-4593　**営業：**10:00～18:00
月曜日定休（祝祭日の場合は翌日休）、年末年始休み　**問合せ先：**環境創造局北部農政事務所　TEL 045-948-2483　FAX 045-948-2488

「にいはる長屋門朝市」リニューアルオープンイベントを開催！

十日市場駅から徒歩15分の新治恵みの里は、新治市民の森と新治里山公園周辺や恩田川・梅田川周辺に広がる田園地帯。緑と鳥のさえずりに包まれたのどかな雰囲気の中で、小麦やサツマイモ作り、農産加工などの各種体験教室やイベント、レンゲ畑による景観保全を行っています。「地元産のおいしい新鮮野菜をたっぷり食べてほしい」という農家の思いで始めた『にいはる長屋門朝市』は、このたび、新治里山公園に新設された、古民家の趣たっぷりの“土間”に舞台を移してリニューアルオープン。農家自慢の新鮮野菜、農産加工品を揃えてお待ちしています。

イベント日程：平成24年5月26日（土）9:30～　**イベント情報：**リニューアルオープンを記念し、5月26日（土）にはオリジナル手ぬぐい（先着250名）をプレゼント！
その他、詳細は環境創造局HPの「新治恵みの里」にて
http://www.city.yokohama.lg.jp/kankyo/nousan/megumi/niiharu-index.html
住所：緑区新治町887（にいはる里山公園・にいはる里山交流センター）　**電話：**045-931-4947　**営業：**毎週土曜日9:30～12:00　年末年始・お盆期間休み
問合せ先：環境創造局北部農政事務所
TEL 045-948-2483　FAX 045-948-2488

農家の直伝レシピ

豆腐の代わりにヨーグルトを入れてもおいしいですよ

教えてくれた人
よこはま・ゆめ・ファーマー
高橋和子さん

まるでレアチーズケーキのようなおいしさ！

トーフケーキ

材料（写真の大きさで10人分）
豆腐（絹）…200g、生クリーム…200cc、牛乳…200cc、ゼラチンリーフ…7枚（1.5g×7枚）、砂糖…80g、バニラエッセンス…少々、レモン汁…大さじ1

作り方

1. ゼラチンリーフはたっぷりの水に2～3分ほど漬け、柔らかくなったら絞っておく。
2. 鍋に牛乳と砂糖を入れて温め、沸騰寸前に火からおろしてゼラチンを溶かし、バニラエッセンスを加える。
3. 豆腐は裏ごしし、生クリームは七分立て（少しもったりする程度）にする。
4. 2の粗熱が取れたら3とレモン汁を加え、型（玉子豆腐型など）に流し入れて、冷蔵庫で冷やし固める。
5. 固まったら型からはずして適当な大きさにカット。アプリコットやブルーベリーなど、お好みのフルーツソースをかける。

和子さんのひと手間メモ　豆腐は必ず裏ごししてください。このひと手間でクリーミーに仕上がります。市販のジャムを水で薄めて煮立たせ、レモン汁を加えれば、お手軽フルーツソースが作れます。

和子さんについて　長津田駅周辺の畑で露地野菜を栽培している和子さん。スパイスコーディネーターのマスター資格を持つ和子さんが作るケチャップは「スパイシーでおいしい」と評判。セージやニンニクなど、素材もできるだけ自家栽培のものを使用しています。また、宝交早生のイチゴで作る自家製イチゴジャムも人気。ケチャップ、ジャムとも、運がよければ四季菜館（上記参照）で出会えるかもしれません。

食農イベント情報

第7回食育推進全国大会

食の楽しさと喜びを体感し、食育への関心を高める「食」のフェスティバルを、今年は横浜で開催します。東日本大震災の被災地との食のつながりを実感するこのイベントには、約4万人の来場者が見込まれます。
日時：平成24年6月16日（土）10:30～17:00、17日（日）10:00～16:30
会場：パシフィコ横浜 展示ホールD、はまぎんホール ヴィアマーレ
主催：内閣府、横浜市、第7回食育推進全国大会横浜市実行委員会
内容：食育推進のためのブース出展、料理講座、ステージ、展示等
問合せ先：第7回食育推進全国大会横浜市実行委員会事務局（横浜市健康福祉局保健事業課）TEL 045-671-4042
詳細はHPをご確認ください。
http://www.city.yokohama.lg.jp/kenko/shokuiku/zenkokutaikai.html

発行：横浜市環境創造局農業振興課　2012年5月9日発行
〒231-0017　横浜市中区港町1-1　電話045-671-2638　FAX045-664-4425