

2015/9/15号

〒657-0064 神戸市灘区山田町3丁目1-1 神戸学生青年センター内
食品公害を追放し安全な食べ物を求める会
TEL&FAX : 078-822-0810 第2FAX : 078-842-2430
■URL : <http://www.geocities.jp/youki11831>
■Email : info.motomerukai@gmail.com

求める会ニュー入 No. 903

食料環境セミナー報告

7月22日(水) 10:30~12:00

NPO法人 ピース&ネイチャー

代表理事 バハラム・イナンルさん

今回は、当初予定されていたあーす農場の大森あいさんのピンチヒッターとして、バハラムさんのお話を聞かせてもらうことになりました。

バハラムさんは祖国でイラン・イラク戦争を体験され、停戦後、平和な国、日本に憧れて、1989年に来日。1995年、阪神淡路大震災の報道に触れ、横浜からボランティアとして神戸に駆け付けられました。避難所で毛布を配った時に、自分は1枚あるからと他の人に毛布を譲るといふ行為に感動、少ない物資をみんなで分かち合い、逆境のなかでも明るさを保ち、強く生きる神戸の人々の復興の役に立ちたいと、神戸に移住することを決められたそうです。

その後、活動を平和や環境保全にも広げたいと、Peace&Natureを立ち上げられました。

Peace&Natureには3つの柱があります。

①安全な食と環境づくり ②安全な食を世界の人たちへ ③グリーンリーダーの育成一です。

安全な食と環境づくりとしては、実際に自分たちの手でお米や野菜をすることで、自然の有難さや厳しさを学ぶ機会を提供。安全な食を世界の人たちへの活動としては、自分たちの手で作ったお米や、オリジナルスイーツの販売。グリーンリーダーの育成の取り組みでは、農薬を使わないお米や野菜作りを通して、世界中から集まった子どもたちがともに学び、グローバルな視点で

食や自然の問題に取り組める、そんな子どもたちの育成を目指しているそうです。

では、子どもたちに自然や農業に興味を持ってもらうにはどうすればいいのでしょうか。バハラムさんは、まず自分たちが面白がること、楽しんでいることをアピールすることが大切と言われました。求める会には、これが足りないのかもしれないですね。

農作業をすることで、農業の大変さや、自然の厳しさを体感し、大地に根差した生活から得られる喜びも実感することができるのではないのでしょうか。机の上の勉強ではなく、自然の中で体感し、学んだ子どもたちは、一方的に他人を傷つけたり、土足で踏み込んだりはしないと思います。

あーす農場で子どもたちと体験学習をさせてもらっているという塾の先生が、学校の先生や子ども会などに働きかけて、自然から学ぶ活動を広めていってはどうでしょうかと提案されました。多くの子どもたちの中から一人でも二人でも、グリーンリーダーが育ってくれたら良いのでは、というご意見でした。また、若い女性の参加者の方が、「畑仕事を通して、生き方と生きる知恵を学び、自分の中でどう考え、どう対処していくのかを学ぶ大切さを知りました」と言われていたのが印象に残りました。

(松浜 G 東山 真紀子)

次回食料環境セミナー

9月30日(水) 10:30~12:00

「子どもの貧困、

負の連鎖を止めるために」

大阪子どもの貧困アクショングループ

代表・徳丸 ゆき子 さん

提携フォーラム in 兵庫

—有機農業における提携の意義と今後について考える
日有研理事 並木芳雄氏を囲んで

8月29日(土)午後1時半より、神戸市東灘区民センターで、「提携フォーラム in 兵庫」(主催・日本有機農業研究会関西ブロック)が開かれました。求める会からは、大野代表、猪飼副代表、高橋(ジェームス山G)、福本(本一G)、飛田(鶴甲団地G)、信長、今田(逆瀬川G)が参加、また、熊野町Gの谷口一生さんが提携消費者として発言しました。

大野さんの司会のもと、まず、有機農業農家歴36年の並木芳雄さん(日有研理事)が、「提携の理念と実践について」と題して講演。有機農業と提携は車の両輪。農業に市場経済の原理が入ってくると、コストダウン競争が生まれ、手間のかかるものは作らなくなる、消費者ニーズに合わせるばかりでは消費者がわがままになる、生産者と消費者が話し合っ、自然に即した物を作る、それが提携だ。市場原理優先のグローバル経済、「フクシマ」など、世の中の矛盾を乗り越えるための手段が提携であり、提携は世直しの入り口だと話されました。

つづくパネルディスカッションでは、長年、提携を実践してきた3人のパネリストが、生産者、消費者の立場から体験談と課題を話しました。兵庫県市川町で有機農業をしている牛尾武博さんが、30年前には見なかったシカが非常に増えたこと、街灯や車のライトに虫がまったく集まらなくなったという話をされたのが、とても気になりました。

新しい形の提携を実践している6人の若い人たちのフリートークでは、原理原則にとらわれない考え方や活動が報告され、その中で農業と障害のある人の働く場を結び付けて事業を展開している福井佑未子さんの話には大いに刺激されました。(逆瀬川G 今田裕子)

「提携フォーラム in 兵庫」に参加して 谷口 一生(熊野町G)

「提携フォーラム in 兵庫」で、「提携」の課題、将来について思うところを話してほしいという依頼があり、「提携」について真剣に考えるきっかけになると思い、参加しました。8月の全体会で、諸先輩方と「提携」の良さ、問題点を皆で話をし、改めて「提携」の素晴らしさを教えていただき、当日挑むことに。

セッション3で、若手生産者、消費者、加工業者6人がパネラーとなり、フリートーク。司会者の尾崎さんからは、事前に「優等生トークはいいから、本音ぶっちゃけトークでたのむわ」と皆に激を飛ばされ、気合を入れるため、お茶で乾杯スタート(笑)。お題は「提携」は「取引」か「運動」か?

パネラーのほとんどは「取引」と「運動」の両方と答える。私も最初、有機野菜は高いと感じていたが、医者いらずの生活を手に入れたことから、医療費を考えたら有機野菜の値段は気にならず、作っていただいている生産者を支えていこうと思った。「提携」はあくまで「手段」。人口減少社会を迎える未来に向け、子どもや孫が安心、安全に暮らせる社会を、生産者と消費者が手を携え、「提携」を通して共同で作っていく必要ありと話をしました。

他の方の意見で印象的だったのが、「取引」はあくまで入り口、学習プロセスを経ることで、消費者から参画者が変わって活動していくというもの。私もサラリーマンという足かせの中で参画者として活動しているので共感するものがあった。

最後に、このような機会を設けていただきまして、ありがとうございました。

夏の疲れの回復にネバネバ食材を

ネバネバは「ムチン」「アルギン酸」「ペクチン」・・・消化を助け、胃腸炎、風邪、便秘の予防にも。

- 粘膜を保護 ムチンは体内のあらゆる器官の粘膜を覆う表面を保護する成分で、胃腸炎の予防や回復に役立ちます。鼻や喉の粘膜を潤し、風邪やインフルエンザを予防します。
- 消化を助ける ムチンにはタンパク質分解酵素も含まれているため、タンパク質の消化吸収を助け、暑さで弱った体の回復力を高めます。酵素は熱に弱いので、生のまま食べるか、短時間でサッと火を通す程度にしましょう。
- 腸を整え、免疫力アップ アルギン酸、ペクチンは水溶性の食物繊維の一つです。腸内の善玉菌を増やして、便秘を予防する働きがあります。

【イモ類】

- ・長芋、ヤマイモ： でんぷんを分解する酵素を豊富に含んでいるので、胃腸の疲れを取ってくれる。刻んで、梅干しや梅酢、ノリで和えると美味。スプーンで刻んだヤマイモを汁にさっと火を通して食べる。
- ・サトイモ： 茹でこぼしたり、塩でぬめりを取り除く料理は、ムチンを減らします。蒸して、みそを付けて食べるとよくあいます。

【野菜・きのこ類】

- ・オクラ： ビタミン、マグネシウムが豊富です。新鮮な物は生でもたべられます。へたを取り、ガクの黒くなった部分は取り除き、塩少々で板ずりする。ゆでる時は丸ごとゆでます。水にさらすと風味がなくなります。冷めてから切ってサラダやあえ物などに使います。
- ・モロヘイヤ： カルシウム、ビタミンB1が豊富なので、疲労回復効果が期待できます。ゆでてみじん切りにし、納豆と和えて食べても。柔らかめにゆでると、ネバネバがよく出ます。
- ・ツルムラサキ： 茎がしんなりするまでゆでて、3～4cmに切り、硬い芯は取り除く。かつお節をたっぷりふりかけて、しょうゆで味付けし、冷蔵庫で冷やして食べる。ネバネバがよく出ます。アシタバ、ジュンサイもおすすめ。
- ・なめこ： ネバネバ成分はムチン。

【海藻類】

- ・ワカメ、コンブ、メカブ、モズク： ビタミンやミネラルの宝庫。食べやすい大きさに刻んで、サラダに加えたり、ドレッシングやポン酢でさっぱりと。

【加工食品】

- ・納豆： 納豆菌の作用でビタミンが増え、大豆をそのまま食べるより、消化吸収もよくなります。また血液をサラサラにする酵素は、寝ている間に働いてくれるので、夕食に食べると効果が増すと言われています。酸味を加えると粘りが弱くなります。ネギやからしを加えると匂いは和らぎます。

(たべもの通信 2014)

ちよっと一品 オクラ、納豆のお揚げ焼き

材料：オクラ 4本 (80g)、納豆 1/2パック (50g)、青ネギ 1/2本 (小口切り)、醤油 小さじ1、薄揚げ 4枚

- 作り方： ①オクラを上記の様にゆがいてざるに取り、荒熱が取れたら荒みじん切りにする。
②オクラ、納豆、青ネギ、醤油をボールに入れて、粘りが出るまでよく練る。
③薄揚げをペーパーに挟み、すりこぎ等を上から転がして油分を取り、上部を切り、切った部分は細かく切って②のボールに加える。
④薄揚げは袋状にして、②を4等分して入れ、平たくする。ネバネバなので、そのまま、くっつく。
⑤焼き網で弱火で焼く (ロースターでもよい)。半分に切り、大根おろし、醤油で頂く。

(NHK 「今日の料理」 8月号)

野菜の端境期のお知らせ

9月第3週から端境期のため隔週配送になります。配送日等は、前回配布しました配送表で確認してください。お米は9/20以降の収穫になりますので、配送は火、金曜コースは1週、木曜コースは2週遅くなります。今のところ端境期は10月末までの予定です。

魚住農園のこと

豪雨で茨城、栃木両県を流れる鬼怒川の堤防が決壊し、大きな被害が出ています。小麦粉・乾麺をいただいている魚住さんのことが心配になり、お電話しましたところ、農園もご自宅も鬼怒川から離れた高台にあり、被害はなかったそうです。ご安心ください。(代表 大野 貞枝)

福島の子どもたちに有機野菜を送ろう！

「ワンコインカンパ」にいつもご協力ありがとうございます。小松さんのリンゴを送りましたところ、のびのび福祉会から御礼のメールが届きましたので、転載します。

食品公害を追放し安全な食べ物を求める会 御中

いつもお世話になっております。

朝晩すっかり涼しくなりましたね。皆さまお元気でしょうか？

本日、りんご「さんさ」が届きました。つやつやで真っ赤でとてもおいしそうです。おやつでいただきたいと思います。

園庭にブルーの木があるのですが今年は豊作でそのまま食べたり、ジャムにして食べていました。新鮮な食材にありつけるというのはとても幸せな事だと思いました。いつもおいしい果物や野菜、お米本当にありがとうございます。

特定非営利活動法人 郡山のびのび福祉会



理事長 安田 洋子
栄養士 川名 千恵

今年の収穫感謝祭は11月28日(土)です。担当は

食堂 — 西地区

喫茶・即売 — 東地区 です。

お手伝い等協力よろしくお願ひします。

リンゴの小松さんバス旅行



参加者のみなさま

★集合時間:10月18日 午前7時45分

★集合場所:三宮ラウンドワン前(2号線阿波銀行隣 屋上にポーリングのピンがあります)

*公道上で長時間駐車できませんので、時間厳守をお願いします。場所がわからない方は、事務所まで。

*帰途、平湯の森で露天風呂に入ったり、散策ができますので、サブバック、ナップザック等をお持ちになると、便利です。

無料測定見学&ちよこつと学習企画

日時 9月20日(日) 11時~15時

場所 阪神・市民放射能測定所内

0798-34-2315

阪神西宮から南へ3分 つむぎの家の中に測定所があります。

開所日 火曜日・木曜日 10時~12時

内容 1.無料測定見学会(11時~15時)

一緒に測ってみませんか？

2.測定所プレゼン(13時~13時半)

測定の仕事、測定結果・汚染状況

3.勉強会(1時半~2時半)

食料環境セミナー

シリーズ・変わっていく、

子供たちをとりまく環境

①「子どもの貧困、負の連鎖を止めるために」

9月30日(水) 10:30~12:00

大阪子どもの貧困アクショングループ

代表 徳丸 ゆき子さん

会場:神戸学生青年センターホール

参加費:600円