



新年あけましておめでとうございます。令和元年、大変な年でした。「野菜を通してカネマツが出来ること」を考え、日々の業務の後「炊き出し味噌汁パック」をお作りし、冷凍して必要とされる方達にお届けいただいて参りました。沢山の皆様のご理解、ご支援、ご協力をいただき、昨年末には4267食作らせていただく事ができました。ありがとうございました。



避難所から個々の仮住まいや、不便なご自宅で新年を迎えられている方達に、どんどん変化していく状況の中で、どんなご支援ができるのかを皆で考え、「自然の恵み」「生かされている今日」に感謝して今年も小さな「できること」を続けて参ります。どうぞ本年もよろしくお願い申し上げます。

カネマツキッチン手作り！「お総菜パック」ネット販売スタート！

昨年10月よりファーマーズ南長野店でお総菜パックの販売をスタートし、定番商品・日替わり商品共にお陰様でご好評いただきありがとうございます！保存料・白砂糖・着色料・不使用。そしてお魚・お肉も不使用の野菜のおかず。必要とされている方々の食卓へ届きますようにと、手作りしています。そして昨年からの販売をしてきましたファイトケミカルたっぷりの冷凍「野菜スープ」に続き、お総菜パックもネット販売スタートしました。忙しいママを助ける手土産や離れて暮らす大切な方への発送も承ります。どうぞよろしくお願い致します。



台風19号復興チャリティーイベント「シリウス幻想絵巻」

出張「ナイスタイムマーケット」大盛況

12/18 松代のアーティスト「Okikaと小さい驚男」主催によるイベントへ！踊りに歌にと華やかなステージ♪若者男女県内外から沢山の人が賑わい、笑顔溢れる元気な松代が見られました。今月は18日(土)11時~15時までカネマツサロンにて開催です♪



台風19号復興「ちやかほか松代」で餅つき！

松代の有志で立ち上げた松代盛り上げ隊！専門家による浸水被害の住宅相談もありつつリース作りやチャリティーバザー等楽しい企画が盛り沢山。カネマツも餅つき大会の提供を一緒にさせて頂きました！



「やっぱり野菜だった！」

昨年の台風19号では、
 おい分 やらけてしまった。松代特産の
 長芋！
 こちらでは、麦飯、そばにかけて食べる
 定番の他に、名産の「しょうゆ豆」も
 細切りにしたものに掛けて食べます。
 味噌はコンロで火をきき、皮ごとかき
 おいしい♡
 変わったところでは、
 棒切りにした長芋、大葉(ツナをいれず)
 塩、こしょうで、春巻きにします。
 お弁当にも ぴったり！
 この 取り合わせ、最高です。
 是非、お試し下さい！
 めいき

「歴史と食」を学ぶ

1月一年とり料理 つぶつぶー

松代では年とり(年越し)までに鍋いっぱいにつぶつぶを煮て、1月15日頃まで食べた。家族はもちろん客に出すこともあった。

つぶつぶとは、人参・牛蒡・大根などの野菜を1cm角ぐらいに切って、昆布巻・大豆・ちくわなどと一緒に煮た煮物だ。クズのように小さくなった野菜も捨てずに、最後までおいしくいただく、野菜に対する感謝の気持ちを込めた年とりの料理だ。ネーミングは、小さくて丸い粒が集まっている様子をさす言葉とか、煮物の煮え立つ音をさす、など諸説ある。

今年もおいしい野菜と、その作り手に感謝して、新年のスタートとしたい。今年もよろしくお願い致します。

真田宝物館 学芸員 降幡浩樹



「今月のイベント・催物」

- 1/8(水)お出汁と野菜を知ろう 松代清野保育園
- 1/8(水) 心の講座(10:30-12:00 カネマツサロン)
- 1/15(水) 菜譜講座(11:00-13:00 伊勢町公民館)
- 1/16(木)NAGANO 農と食の会定例会(18:30-伊勢町公民館)
- 1/18(土)ナイスタイムマーケット(11:00-15:00 カネマツサロン)
- 1/24(金)長岡式酵素玄米講習会(10:00-13:00 カネマツサロン)