

松カネマツ通信

R1.9月号



▲ナイスタイムマーケット♪
7/27 に開催されました。初回は雨がパラつく中でしたが、ゆったり音楽をかけながら、お弁当や野菜スープ・杏スカッシュ・とっかん、有機野菜に冷凍総菜等販売しました。8月31日は野菜の日！マーケットにぴったりの日に開催♪次回9/21もお待ちしております！

9/16 は「ママこれ食べても大丈夫？3」講演会！山田元農林水産大臣による講演「世界と逆行する食の安全」とパネルディスカッション「子供達のいのちと未来を売り飛ばされないために」を信州小布施町にて開催。今、世界中が有機野菜の普及等、安全な食の道へ進む中、日本ではどんどん不自然な食の道へ進んでいます。また、世界中で規制が進む「グリホサート」が主成分の除草剤問題も、日本ではどこでも手に入る状況。これが私たちの健康に大きな影響を与えています。まずは知ることから。仲間と共に発信していきます。



◀7月祇園祭の箱獅子ワークショップをきっかけに、地元の保育園へ出張ワークショップに行ってきました！作った獅子で祭囃子の音に合わせてステップを踏む子供達、大人になってもこの音を忘れずについてほしいと思います♪

8/26 開催の長野県有機農業推進プラットフォーム立ち上げイベントの講演者である秋田県立大学地域連携・研究推進センター教授の谷口吉光先生が、8/25 にカネマツにも！その後 NAGANO 農と食の会にもご参加いただき「色んな業種の幅広い年齢層の参加者がこれだけ集まり、お互いの意見を尊重してキャッチボールの会話がができる素晴らしい会だと、嬉しいお言葉をいただきました。定例会はどなたでもご参加自由です。(次回 9/12)



「やっぱり野菜だった！」

ドライハーブを使ったお料理を
教えていただいたから、少々のオイルと
塩のみで調理することが
多くなりました。これも無農薬の
お野菜のおかげです！

なたね油
オリーブオイル
にんにく
足して
出稼、
かりに
ほろろ
もんて
トッピング
美味しく
かけてもOK)

オレガノ → 熱に強い
バジル → 熱に弱い

塩と
指先で
もんだ
オレガノを
まぶして
低温でゆっくり焼く。

スッキーニ
なす
かぼちゃ
輪切りに。
かぼちゃ
小松菜etc

皮は根も火で
やきつけて
そのまま
食して

④

「歴史と食」を学ぶ

一盆行事と夏野菜

お盆に祖先の霊を迎えるため、精霊棚にキュウリとナスに足をつけ、馬と牛に見立ててお供えする。馬で祖霊がより早く家に帰り、牛でゆっくり戻ってほしいとの願いが込められているという。

キュウリといえば、松代青大キュウリが信州伝統野菜に認定されている。長さが20cm程で普通のキュウリより短く、真中が太い紡錘形。皮が薄く、果肉も柔らかい。ずんぐりしていて馬より牛に見えるが、急いでも霊が振り落とされることなく安定性抜群。味も抜群、ぜひご賞味を！

真田宝物館 学芸員 降幡浩樹

「今月のイベント・催物」

- 9/11(水)心の講座 体と心は一つです♪
- 9/11-13 千葉商科大学学生研修
- 9/12(木)NAGANO 農と食の会定例会
- 9/13(金)長岡式酵素玄米炊き方講習会
- 9/16(月)「ママこれ食べても大丈夫？III」講演会
- 9/21(土)ナイスタイムマーケット♪