



2009～2010

# 沼田ロータリークラブ会報

ロータリーの未来はあなたの手の中に  
THE FUTURE OF ROTARY IS IN YOUR HANDS

2009～2010年度 国際ロータリー会長 ジョン・ケニー

例会日…毎週火曜日 12:30 会長 桑原 裕 幹事 永井彰一 会報編集 桑原 滋  
例会場及事務所 沼田市東原新町1540 利根郡信用金庫本店内 TEL 0278-24-1177

## 第2588回 例会報告

2010年2月27日

記録 桑原 滋

### 例会 予告

|      |       |        |
|------|-------|--------|
| 3/9  | 記念日卓話 | 金子吉志会員 |
| 3/16 | 未 定   |        |

<http://www.rid2840.jp/numata/>

2010年3月9日発行 №32

### 公開講演会

## 今こそ見直そう 食のふるさと

於 市中央公民館

後援:沼田市・利根沼田広域圏・群馬県利根沼田県民局 協力:ホザナ料理学校



講師 ベジタブル・フルーツマイスター 田村善男先生

■司 会 宮内明彦職業奉仕委員長  
■会長挨拶 桑原 裕会長

本日は、お忙しい中ご出席下さりありがとうございます。

ロータリークラブは、皆のためになるかの下に社会奉仕活動を行っております。その中で地域に根ざした活動を考え、地域の発展のため、安心、安全な食を通じて地産地消の推進を行い活性化に役立てたいと思います。安全安心な食生活により、子供達に夢と希望を与え、利根沼田が元気になっていただきたいと思います。

「今こそ見直そう、食のふるさと」と題し野菜ソムリエとして活躍されている田村善男先生に利根沼田の野菜や果実のすばらしさと可能性をお話しいたします。

その後、地の野菜を使った料理をホザナ料理学校の石垣先生を中心とした方々に作っていただいた料理を試食していただきます。

で最後までお聞きいただき、地元のすばらしさを味わい下さい。

■来賓ご挨拶 沼田市長 星野已喜雄様

日頃より市政にお世話になっている沼田RCの方々による、食をテーマとした講演が行われ、地元のすばらしさを感じ、農業の発展地域の発展になれば幸いです。

県の園芸協会長を勤めさせていただいていますが、沼田に県の中山間地試験場があり品種改良等を行い、この地域にあったものを研究開発を農家に提供しています。

また、すばらしい自然環境のおかげで、新宿区とカーボンオフセットの協定を結ぶこともできました。

田村先生は、新治の出身でご活躍していますが、専門家の目を通した地元のすばらしさをお聞き、活性化のためのご助言をいただけるとご期待申し上げます。

## ■講師紹介 春日政志社会奉仕委員長

先生は、旧新治村のご出身で、昭和43年専修大学卒業後、東京中央卸売市場東京築地青果に入社されました。以来、30年全国の青果物の販売に携わり、全国各地を回り園芸産地づくりに、寄与されております。その間、平成15年ベジタブル・フルーツマイスターとなられ、更に昨年9月には野菜ソムリエの最高峰であるシニアマイスターになられました。開演前にご覧いただいたように、TVチャンピオン（テレビ東京）で野菜&フルーツ王選手権でチャンピオンになられました。その他にTBSラジオ等マスコミでもご活躍されております。

現在は、ぐんま県央青果(株)常務取締役をされ、群馬の野菜等の園芸振興に力を注ぎ、生産・流通の振興、プラン調査、ブランド化等に携われ、当地のトマトのブランド化にもご尽力されました。

今日は利根沼田の野菜がいかにすばらしく地域の発展に役立つかお話しいたします。

## ■講演 田村善男先生

ご紹介いただきましたように、野菜のソムリエ、ベジタブル・フルーツマイスターのシニアマイスターをしております。通常は、高崎の卸市場に勤め、青果物の流通を専門としております。

今日は、毎日食べている野菜でも知らない事があると思いますので、ソムリエとしてお話しをしながら、女性も多いので質問を交えて進めてまいります。

上毛新聞等で来年度JR東日本と県の協力により、ディスティネーション・キャンペーン（DC）が行われると報じられています。これは、群馬県の観光物産をJRが宣伝していただけるチャンスですので、これを利用し沼田市も宣伝していただきたいと思います。

市場で40年働き食と農が遠のいている感じがします。カキ菜ってどれですか、小松菜とほうれん草の違いは何んですか等尋ねられたり、スーパーの店員が商品がわからず番号で分けてたりします。消費者の求める物は何か、どこでできたのか、店で分からない事、消費者の知りたい事を伝えるのがソムリエの役割です。

群馬県の市場で10年になりますが、おいしい果実、野菜が沢山あるのに知らない人が

多いと思います。それを料理する店がないと伝えられないという事もあります。高崎市のあるお店に協力してもらい、六合村キュウリという普通のキュウリと違い大きなのを料理して提供してもらいました。単にみそを付けるか、漬物しか食べ方を知らない方に、今の人用に調理してもらい、更にはスイーツまで作り、驚きと喜びを感じてもらいました。ナスでも行い、白ナス・ゼブラナスを使い、先日東京で行われた岸朝子認定の1号店の仲間となりました。東京では、野菜を前面に出した店が多くなってきました。

群馬県には、ここでなくては食せないものも多く寝っています。県庁前の会館地下に食堂があり、倉渕村の霧積しめじ、次に国分人参を食してもらい、昔からの種を世に復活させられる様に試みています。単なる人参も、葉と茎を使いカキ揚げにして学校給食で出してもらったり、人参ケーキを幼稚園で提供してもらったり、食育の活動もしています。

食は生きる事と言われ、生活の中で重要な事ですが、その基となる農業への理解が稀薄となり、生産者は心配しています。生活者は手軽なコンビニやスーパーで弁当や惣菜で済ませています。ある芸能人が毎日用意されていた弁当を食べ続けていたら体調を崩し、自分で作った弁当に替えたなら直ったと言っていました。同じ思いの人が多いのではないかと思います。食生活を見直して下さい。

ここに普通のピーマンと赤いピーマンがあります、違いは分かりますか。熟度の違いで同じものです。完熟すると栄養分も高くなり、ビタミン類が2～5倍に上ります。味も甘みが増し苦くなります。調理で味が変わり、本来の味が分からなくなる場合もあり、改めて考えていただきたいと思います。1日3回1年1095回、80才まで生きると87,600回、毎日の事なので一回一回大切にして下さい。

県内の野菜生産額は約800億円、全国で6か7番目の生産高となり、首都圏を中心に全国への供給地域です。各品目別でも5番以内に23品入っていて、第一位はコンニャク・キュウリです。沼田地域では、レタス・大根・トマト・キュウリ・ナス・枝豆・きのこ類が東京で高い評価を受けており、果物でも、リンゴ・イチゴ・サクランボ・ブドウ・ブルーベリーとそろっており同様に高い評価で



す。

食を楽しくするため、生産者と生活者の距離を縮めるのがソムリエの役割の一つです。分かりやすく伝えるため、産地に行き食べて頭に入れる事が重要で、カルテを作り毎年記入し情報としています。

山菜と野菜、果物と野菜はどこが違うか、畑で作ったかどうか別れ目ですが、消費者は気にしていません。日本が原産の種は少なく、改良された日本にあった種となっています。日本人はキュウリの好きな国民で、イボの付いた少し白い粉が付いた品種でしたが、イボの無いものなど多様な種類が増えました。この辺では、谷川キュウリが作られ好評です。

最近パプリカが生産され色どりがきれいで家庭でも使われるようになってきました。黄や赤が多く見られますが、色数も8色作られています。昭和57年オランダから種を入れて国内生産が始り広がりました。売れるようになると海外から安い物を入れて価格競争になり、安全性確保のため、農産物輸入基準があり守られています。しかし、農薬も違うし基準も世界では違うので、輸入基準があっても国内産を安心して食べていただきたいと思っています。パプリカは前橋や昭和村付近で良いものが作られています。

美味しさの中で「うまみ」があり、国際言となっています。グルタミンサンを1908年に池田先生が発見してから世界に広がりました。しかし最近の食の変化で、味覚が変わっているようで、苦味が分からないと通ではないとよく言われますが、親が子に苦味、うまみを伝えてないように感じられます。

野菜や果物に賞味期限はありません。なぜ

かという、収穫後も生きているからです。買って来て何んでも冷蔵庫に入れるのではなく畑の状態で保存する方が良い物もあります。玉原の雪んこりんごは、雪の保湿と氷温であまみが増したり、ねぎなども土の中に入れたりした方があまみを増します。

野菜の王様は何かというと、トマトです。型・色・味全て多品種で多様な物が作られており、健康にも良く消費者の感心が高くなっています。東京では、トマトだけでお店が成り立つくらいで、スーパーもトマト売場で店のレベルが分かるとなっています。

利根沼田の野菜は、各種年間通じて出荷され、市場では高い評価を受けています。朝取りレタスは昭和村から始まり、トマトの桃太郎は月夜野の一軒から3年で全域に広がり、完熟の味を提供しています。一日の温度差が高い土地で野菜の持つ味を高めています。

枝豆は、私が東京市場に勤めた頃より評価が高く、まだ冷凍出荷でした。白菜、キャベツ、大根等や菜物のほうれん草、小松菜等、多くの物が東京を中心に全国で高評価となっています。アスパラの輸入物が増えた切っ掛けは、昭和村で作りはじめられ高値で売られても売れたためです。最近は山菜ブームで、山うどふきのとう、タラの芽が人気で、行者にんにくも有名になってきました。

この地域から更に多くの美味しい野菜が出荷されるのを期待しております。それには、地元の人が品と味を知り、体内からきれいになり、健康で長生きして、地元を育てて下さい。食は人が良くなると書きます。生きるうえで大切な事であり、楽しく食し今まで以上に大切にしてください。



料理監修協力ホザナ料理学校



山うどの春ちらし



ぶきのとうの春巻き



白菜とみず菜のサラダ



ほうれん草のサンドイッチ



アスパラのおこわ

