


ふくおかの食と農を考える！ 

アゲリ

ふくおか

Vol.14

アグリレポート

受け継いだのは、
茶の誇り。
伝えたいのは、
栽培にかける想い。



 JAグループ福岡



アゲリ ふくおか Vol.14 平成24年7月発行 通巻14号 発行/ JA福岡中央会 〒810-0001 福岡市中央区天神4丁目10-12 TEL.092-711-3911

道具のつづき

かれこれ百年近く昔のこと。片山家の井戸で
貫山から流れる水を毎日、運んでいた。
水が育む大地の恵みを食べ、日々を生きる。
自然であたりまえの循環を、
その頃はまだこの世に生まれてもいなかった
小さな命が、年を重ねた今なお、
次代へと大事に受け継ごうとしている。



【井戸滑車】

昔の釣瓶井戸に取付けられていた滑車。桶で水を汲み上げる作業は重労働だったが、時代とともに釣瓶井戸から
手押し井戸ポンプへ変わり、さらに家庭用電動井戸ポンプへと変わっていった。取材協力/片山信子さん(北九州市)

JAグループ福岡は、TPP参加に反対しています。
農業・林業・水産業を守ろう!!

日本でも有数のお茶の産地として
その名を知られる、福岡県八女市。
その中心ともいえる八女中央茶共同組合の
中嶋實組合長に、栽培にかける
想いを聞きました。



色鮮やかなお茶を育む生産者を訪ねて
受け継いだのは、茶の誇り。
伝えたいのは、栽培にかける想い。

Contents

- 02 アグリレポート
受け継いだのは、
茶の誇り。
伝えたいのは、
栽培にかける想い。
- 08 料理人の旬レシピ
若鶏の茶葉パン粉焼き
- 10 ほくらのごはん
ひのひかり智の
コメ(米)ディー書
- 12 保存食のススメ
塩こうじ
- 14 エッセイ 食と農への想い
美味しいものを
ア(ン)グリ!
- 16 直売所でアレも食べたい!
コレも食べたい!
よらん野
- 17 明日のアグリマン!
白水 信和さん
(JA糸島)
- 20 お母さんの味
JAみい「がめ煮会」の
がめ煮
- 22 食にまつわるエトセトラ
●オススメ!ブログ写真術
「料理写真のススメ」
●食堂探訪
ふくおかフィナンシャル
グループ 社員食堂
- 23 読者の声・編集後記

アグリ

ふくおか

Vol.14



先人から継いだ小さな新芽を
次世代に伝えていく

JAふくおか八女管内に広がる茶畑のほぼ中央にあるのが、八女中央茶共同組合です。組合長である中嶋實さんは鮮やかな新芽に染まった茶畑を前に「この緑を見ると、1年かけてようやくこの時がきたな、と感じる」と目を細めます。中嶋さんによると、新茶の収穫は「1年の集大成」なのだそう。だから「一番茶の収穫が始まると、心地よい緊張感に全身を包まれる」といいます。

一番茶収穫の日、地元の中学3年生が茶摘み体験に来ていました。中学生たちが作業するのは、組合が管理する茶畑です。かつては個々の組合員の畑を使っていたのですが、個人の負担が大きくなることを理由に断念。中嶋さんは「長く続けることに意味があるから」とその経緯を話します。そんな中

嶋さんたちの努力が実を結び、この体験学習は15年ほど続いています。中学生のなかには、後に生産者となった若手もいて、後継者育成の側面も担っています。中嶋さんは子供たちに「 আমরাが摘むのは、単なるお茶じゃない。1年かけてこの日を迎えた生産者の想いを摘むんだ」と話します。お茶にかける「想い」を伝える。それこそ中嶋さんたちがもっとも大切にしていることなのです。



4



5



6

- 1 新茶と呼ばれるのは、いわゆる茶の新芽。まぶしいほど鮮やかな色が特徴だ。
- 2 霜にあたると茶葉が茶色っぽく変色してしまう。そのため風車を回して風を起し、霜が降りるのを防ぐ。
- 3 昔はすべて手作業だった収穫も、今は機械を導入して効率をあげている。
- 4 中学生の茶摘み体験。茶摘みは初めてという中学生が多く、中嶋さんをはじめ組合員が細かく指導する。
- 5 摘んだばかりの茶を糖度計でチェックし、「今年のお茶は甘みがある」と自信をのぞかせる生産者。
- 6 新芽は柔らかく傷つきやすいので、指のはらでやさしく折って摘んでいく。



2



1



3

中嶋さんは卒業後サラリーマンとして仕事をしていました。ところが、両親の茶畑を継ぐはずだった弟さんが急逝し、自分が代わりに継いだという経緯があります。当時を「荒れていく畑を見て自分がやらないとダメだ。継がないといけないと思った」と振り返ります。自分が想いを受け止め、継いだ経験があるからこそ、生産者の想いを次世代に繋ぐことの重要性を感じているのでしょう。八女のお茶栽培の歴史は古

く、その始まりは15世紀初頭にまでさかのぼります。周瑞禅師が明（現在の中国）から持ち帰り、筑後国八女郡（現在の八女市黒木町）に靈巖寺を建立し、禅と共に茶栽培を伝えたのがはじまりとされています。その後、脈々と栽培が続いているのは、広く知られていますが、その理由は気候が茶栽培に適していることに加え、中嶋さんたちのように先人の想いを受け継ぎ、次世代に伝える人がいたからなのです。

茶の年間作業

4月下旬の約2週間

一番茶収穫

夏

除草、防除、深耕

6月上旬の約2週間

二番茶収穫

秋

剪定

7月上旬の約2週間

三番茶収穫

冬

追肥



1年間休まずに続く作業は至福の1杯のため

茶はより良い芽を出させるために、収穫直後から次の年を見据えた作業が続きます。幸い今年は春先の晩霜の被害がなく、昨年の夏から秋にかけての多雨もあり、例年になくよい出来だといえます。

一方、悩ましいのは消費者のお茶離れです。手軽なペットボトルが普及し、家庭でお茶を入れて楽しむという、昔は当たり前だった風景が減っているのも事実です。しかし、清涼飲料水としてのお茶が売れていることから、「必ずしも飲まれない訳ではない」と、お茶には可能性があると生産者たちは前向きに考えています。

「お客さんや家族の目の前でお茶をいれてほしい。そうすればお茶をいれている最中も会話を楽しめる。そんなふう

八女茶の おいしい飲み方

中嶋さんに
聞く



1. 沸騰した湯を茶碗に注ぎ分け、温度を約70℃に下げる。
2. ひとり2~3gを目安に、急須に茶葉を入れる。
3. 茶碗に注いだ湯を急須に移し、ふたをして約1分おく。
4. 茶葉が開いたことを確認し、茶碗に少量ずついれる。このとき最後の一滴までいれる。

八女茶の多くは「煎茶」として出荷される。生産者によると煎茶のポイントは「急がず、ゆっくりいれる」ことに尽きるのだそう。



11



12



13

して使ってほしい」と話します。そしてそんな時間のために、自分たちは1年間お茶と向き合っ

て、過ごすのだ、とも。お茶の収穫は一番茶が4月の後半に始まり、約1か月半後に二番茶、さらに約1か月後に三番茶と続きます。その後は剪定や害虫・病気の防除、土を掘り返し、肥料を入れ……と



8

9



7

新茶のおすすめの食べ方

中嶋さんに
聞く



1. 茶葉のてんぷら
茶葉の香り豊かな天ぷらは、摘みたての茶葉に衣をつけてさっと揚げたもの。「新鮮な茶葉が手に入ったらやってみて」とのこと。

2. クッキー
茶葉を粉末にしてクッキー生地練りこんだクッキーは色鮮やかなグリーン。ほろほろとした食感と、新茶独特の後味が後を引くおいしさだ。



- 7 中学生が摘んだ茶葉はすべて昔ながらの「てぼ」に入れる。茶葉の中央をくぼませて、葉が蒸れないように気を遣う。
- 8 茶葉は収穫後すぐに蒸らしや乾燥、揉捻などの作業を機械によって行う。
- 9 揉捻を終えた茶葉。十分に揉むことで、茶葉全体の水分を均一にし、同時に形も整える。
- 10 加工施設内部。
- 11 その年最初の新茶を五社神社に奉納する「献茶会」。
- 12 女性たちが往年の茶娘の恰好をし、新茶をふるまう。
- 13 「一番茶を摘んで、その年の最初の1杯を飲む。これが一番うれしい瞬間だね」と中嶋さん。大事そうに新茶を摘みながら笑顔で語ってくれた。



10

若鶏の茶葉パン粉焼き

お茶は飲むだけでなく、食材としての歴史もあり古くは江戸時代に、庶民の食べ物として親しまれていました。心おちつく香り、口にはひろがる風味はもちろん、

ビタミンCはレモンの5倍以上、ミネラル分も豊富という

美容や健康にも良い食材です。今回は、福岡近郊の新鮮野菜を使った

カジュアルフレンチが人気の「ベジラボ」の田畑シェフに、

「若鶏の茶葉パン粉焼き」のレシピを教えてくださいました。

香ばしいパン粉に茶葉の爽やかな香りがマッチして、

若鶏の旨味をひきたてます。ポリウーミイながらもしつこくなく

ペロリと食べられ、食欲がなくなりがちな夏にもぴったり。

冷めてもおいしいので、お弁当のおかずにもおすすめです。

ご家庭にある緑茶で手軽に作れますから、ぜひトライしてみてください。

若鶏の茶葉パン粉焼き

● 材料(2人前)

- 若鶏(もも肉) …… 1枚
- 茶葉 …… 適量
(パン粉と同量位)
- パン粉 …… 適量
- 小麦粉 …… 適量
- 卵 …… 1個
- 塩・胡椒 …… 適量
- サラダ油 …… 適量

● 付け合わせ

焼き茄子やトマトなどの夏野菜、
レタスなどをお好みで。
レモンを添えても。



パン粉と茶葉は
あわせておく



作り方のポイント

茶の香りを活かすため、油はオリーブオイルなどでなく、サラダ油が良いです。鶏肉のほかには、ふた肉や、鮭などの相性も◎。茶葉の量をお好みで多くしても、より香りが楽しめます。

[作り方]

- 1) 火の通りを良くするため、肉の厚みがある部分はカットして除き、筋を断つように切り込みを入れていく。焼きあがった時に縮みにくするため、皮目をフォークや包丁の先で刺す。その後、まんべんなく塩・胡椒をふる。
- 2) 肉を小麦粉・卵につけて、茶葉とあわせたパン粉をまぶす。隙間のないように、手でしっかりおさえる。

- 3) フライパンに、少し多めに油を引いて軽く熱する。
- 4) 茶葉はこげやすいので弱火でじっくりと焼く。
- 5) きつね色になり火が通るまで焼いたら、一口大に切って盛りつける。



ビストロ&バー ベジラボ
福岡県福岡市中央区
薬院4-8-3 ARTK'S B1F
[TEL] 092-521-0900
[営業時間]
ランチタイム 11:30~15:00
カフェタイム 11:30~24:00 (金・土曜~翌2:00)
ディナータイム 18:00~24:00 (金・土曜~翌2:00)
[定休日] 不定休

田畑 伸弥 シェフ

福岡市早良区の老舗「ナチュラルフレンチ・ガレ」
で5年間修行。2011年の同店2号店
「ビストロ&バー ベジラボ」のオープン時より
シェフに就任。「堅苦しくなく、旬の食材の
おいしさを気軽に味わってもらいたい」と、
フレンチの枠を超えたさまざまな
メニューを提供し、女性を中心に
人気を博している。



今回の
料理人

小学校で
田植え体験。
みんなで美味しい
「ひのひかり」を
作りました。



ぼくの相方の
褐色レグホンさん
です。



アイガモ農法で
「ひのひかり」を
育てます。
働き者の
アイガモさんたち。



今日も
天気良くて、
畑びよりました。



「アグリふくおか」のために
書き下ろした新作です。

美味い野菜
野菜食べ
ホッペが落ちて
ダイエツト？
川柳

ダジャレいっぱいにお届けしま
したが、最後はひのひかり智の
特技「川柳」でキメます。

その後、お笑いネタを披露して
からは、「ひのひかり智」と呼
び捨てになりました。おかし
いですね？

「お」 「面白い農業」を広め
ることがぼくの活動で

すが、農業の後継者不足は大
変な状態だと思います。そこ
海外からの安い輸入品が入っ
て来たらどうなってしまうの
かな…そんな事にならない
様に僕は宣言します!!
「これからも「安心」「お
いしい」「おもしろい」野
菜作りを「笑兼命」頑張り
ます!!

我が子のように
葉っぱを見つめ
ます…って、
独身(37歳)なん
ですけどね。



「畑で獲れたコメディアン」ひのひかり智
実際に農業に携わり、自分の畑で収穫した作物を小道具として繰り広げる
漫談は農業と笑いのコラボレーション。

ぼくらのごはん〜未来の食を想う〜
農業×よしもと

ひのひかり智の コメ(米)データー書

特別編

(株)よしもとクリエイティブ・エージェンシー所属のお笑い芸人、
ひのひかり智。世にも珍しい、農業×お笑い芸人という
二足のわらじで活動中。日々の農業に精を出し、丹精込めて育てた
野菜たちを相方に笑いを生み出します。
今回はクワをえんぴつに持ち替えて、おもしろ作文をお届けします。



「あ」 朝日が昇る頃、鶏の「コ
ケッココ」で目が覚め
ると思いきや、アイガモの方が
「グワグワ」騒ぎ出します。鶏
はオスがうるさい。アイガモはメ
スがうるさいですよ。

「い」 いつも僕は、蒔いた種や
苗は井戸水をやります。
水は根っこから吸収するから、
なるべく葉っぱにかからないよ
うに。そしたら「水をくれー」

とか「水いらーん」って言う苗が
あります。「葉っぱ」で判断して
ね。「肥料くれー」とか「肥料い
らーん」って言う苗がいます。苗
の声「肥」を聞いてあげてね。

「う」 熟れた野菜から収穫し
ます。野菜は植えた順
に収穫できるわけじゃないよ、
いろんな大人の事情があるんよ。
野菜は農家の人達が丹精込め
て、我が子と思って育てよるけ

ん、安心「安親」して食べね。
野菜は生き物やけんね。生き
物ば食べるとやけん、食べる前
には「生ただぎます」って言う
てね。

「え」 笑顔が見たくて、ぼく
は農業やりながら芸人
もやってる兼業農家ですから、
自給自足から自作自演までし
よるとよ。
地域の人達とふれ合って、地

域振興のお手伝いが出来たら
いいなと思って活動しよります。
僕のできる範囲で。地域の特
色を活かすのは、やっぱり農業
ですね。佐賀の小学校の田植
え体験に参加させてもらった
時に、小学生はもちろん、先生
達も田植えしたことなくて。普
段通り田植えしていたら、みん
ながら「田植えの先生」って呼
ばれて嬉しくなったのですが…

JAふくおか八女の農産物
直売所「よらん野」に野菜を出
してるからね、ひのひかり智と
もども、よろしくお願ひします。

※「よらん野」の情報は16ページに掲載。

vol.7 — 保存食のススメ

塩こうじ



さて、今回の保存食は
今話題の「塩こうじ」です!!

材料



こうじ	塩	水道水
300g	70~100g	400cc
(3	: 0.7~1	: 4)

塩の量と味が変わるから
お好みで調節しよう



①まず、こうじを揉むように手でほぐす。



②塩を入れてよくこねる。



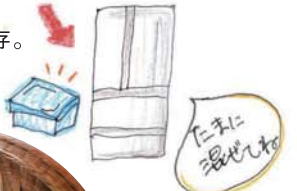
④容器に移して1日1回混ぜて発酵させる。



③こねてきたら、水道水を入れてよくすりあわせる。



⑤できたら冷蔵庫で保存。(約6カ月もちます)

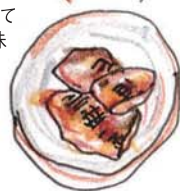


「塩こうじ」(350円)のほかに、手作り味噌やあらねなどの加工品も人気です。JA北九農産物直売所「大地の恵み」にて販売しています。

ひまわり農産加工部で作った「塩こうじ」手作り感がステキです!!
しかもこうじから手作り味噌も作れます!!
安心安全!!

使ってみました!!

鶏肉に塩こうじをまぶして焼いてみたら、肉の旨味がしっかりと引き出されて美味! お肉もすく柔らかくなりました!



こうじはそもそも、味噌や醤油などの原料としておなじみですが、塩をあわせて発酵させた「塩こうじ」が、いま大ブームです。塩こうじを使ったさまざまな加工品や料理が人気を博し、レシピ本などもヒット中。今回は、長年、こうじの仕込みから味噌づくりをおこなっている、JA北九「ひまわり農産加工部」のみなさんに、塩こうじの作り方を教わりました。

本物の味を、次の世代に。

青々と広がる水田地帯。「ひまわり農産加工部」の加工場を訪れると、賑やかな笑い声と、こうじ室から漂うふんわり優しい香りが迎えてくれました。25年前から「子どもたちに本物の味を」と、10名のメンバーで研究を重ね、手作り味噌のほかに、地場産の米や大豆を使った様々な商品を生み出しているのだとか。昨今ブームの塩こうじも、長年、こうじから味噌を作り続けてきた経験が生きて、販売開始から大評判だそうです。野菜にはもちろん、パスタなどにも合う万能調味料、ぜひ挑戦してください。

ひまわり農産加工部のみなさん



体験レポートイラスト
廣瀬 真理
食と旅が大好きな福岡市在住のイラストレーター。ゆるりとした心なこむイラストが人気。

ポイント1

乾燥こうじより、生こうじがオススメ

ポイント2

つぶつぶ感が気になる場合は発酵後、ミキサーにかければOK

ポイント3

料理への使用は、食材の10%が目安

美味しいものをア(ン)グリ!

私 は、子どものころ、まったく食に興味のない子どもでした。食べても美味しいとあまり言わないし、できれば食べなくてもいいと思うほど。昔、小学校で、給食が食べ終わらずに最後まで教室に残されている子がいましたよね。それが「私」です。なぜ食べ終わらないのか？理由はさつき書いたとおり、食べたいと思わないからです。

そ んな私に、母はかなり苦労していました。無理に食卓に座らせないと食べないし、遅いし、残すし、けつして美味

しいと言わないし。そのくせ何故かお茶だけは好きで、食後に飲むお茶で思わず「ああ、美味い！」これには、母も怒り心頭でした。何せ、何とか食べてもらおうと一生懸命作っているのに、食事にはなく、最後のお茶にだけに、「美味い！」です。食事を作ることすらイヤになったこともあったほどです。(ごめんね。お母さん)

した。水泳の授業はもちろんのこと、半そでになってか細い腕を出すのが、何ともひ弱に見えて嫌だったんです。ですから真夏のどんなに暑い時でも長袖シャツ。男女共学だったこともあり、何とか太りたいなと願ったもんです。

も ともと、私は食が細かったんだと思います。エネルギー効率が良かったともいえませんが、とにかく、高校生になってもガリガリ。最も嫌いな季節は夏で

そ んなわけで、約20年前にRKBに入社した頃の私の体重は50キロちょっとしかありませんでした。身長が170センチなので、かなりスレンダーでしょう？そんな私が、いかにして20キロ近くも太ってしまったのか!?それに大きく関わっ

龍山 康朗さん (RKB毎日放送アナウンサー・気象予報士)

福岡市出身。香椎東小学校、西南学院中学校、福岡高等学校、九州大学大学院航空宇宙工学科修了。1991年、RKB毎日放送入社。1995年、日本初の気象予報士アナウンサーに。「今日感テレビ」や「ヤン坊マー坊天気予報」などのTV番組、「大人の科学」「おしゃべり本棚」といったラジオ番組で活躍。現在、RKB毎日放送アナウンス部副部長。お天気をはじめ自然科学についてわかりやすくまとめた「たっちゃんの気象転結」を、2005年に出版。2006年、防災士の資格を取得。福岡市百道浜公民館お天気教室講師、背振少年自然の家の天文ボランティア、日本気象学会、日本気象予報士会、日本野鳥の会会員。自称「香椎5丁目の昆虫博士」。



たのは、実は私の妻です。私の妻も、体重40キロで細いのですが、美味しい物に目がないんです。しかも、「体に良い」美味しいものに。妻は、結婚したころ、「食の会」のようなグループに入っていて、私もほぼ強制的にそのメンバーになりました。これが徹底した会で、とにかく新鮮な物を、その物の味でいただくのが基本。野菜でも、肉でも、魚でも、地産地消を主とし、季節に合ったものをいただく。しかも、量は少し。でも一緒に食べると、これが美味しい！こうやって、どんどん食に興味が出てきました。そして、もうひとつの原因は、やっぱり仕事です。中継や取材で福岡県の各地に行く。そこで、取れたて、もぎたての食材で、作りたてをいただく。福岡が美味しい物の宝庫だと、改めて気づかされたというわけ。

さ て今、相変わらず妻は細いのですが、美味しい物を

「少し」というのを守れなかった私は、妻を置いてけぼりにし、ひとりブクブク。お腹はしっかりと出て、何も恐れずに半そで姿をさらしています。ただ、入社後約20キロも太った私ですが、体に優しい福岡の新鮮な食材のおかげで何とか健康を

保っています。こんなに美味しいものを食べて健康でいられるなんて、私は幸せ者！これからも、おいしいものをア(ン)グリいただきますよ！でも、一生食べ続けるためには、そろそろダイエットを考えないと…。



直売所でアレも食べたい!コレも食べたい!

よらん野

J A ぶくおか八女農産物直売所

筑後市

昨年4月にリニューアルオープンし、イートインスペースを設置。購入した弁当や総菜をその場で楽しめるようにしたり、食材にレシビをつけたり、試食サービスをおこなったりと「うれしいヒント」がいっぱいで、連日大にぎわいです。

デラウエア

八女は、福岡県内の収穫量の6割を占めるぶどうの産地。なかでも初夏から出荷がスタートするデラウエアは、甘味と酸味のバランスが絶妙で、種もないので、小さなお子さんやお年寄りの方でも気軽に食べられると人気です。



1パック400円程度
(4月下旬から7月中旬に販売)

※価格や販売時期は多少ずれることがあります。



博多あまおうアイス&八女抹茶アイス

地元の食材をアイスクリームにしました。あまおうはイチゴをたっぷり使い、さわやかな甘さが特徴。八女抹茶は抹茶の風味とココが豊かで、男性にも人気が高い品です。これからの季節、涼を感じるデザートとして注目です!
85ml 各250円



「丸ごと大豆豆腐」の簡単レシピ

- ◎豆腐サラダ
丸ごと大豆豆腐とレタスやキュウリやトマトなど、家にある野菜をなんでも組み合わせたらサラダがおすすめ。ドレッシングは好みのものをたっぷりかけて。
- ◎豆腐ステーキ
丸ごと大豆豆腐を軽く水切りしておき、フライパンでさっと焼きます。両面にこんがりとした焼き色がついたら完成。ネギや青シソやミョウガなどの薬味をたっぷりのせて、しょうゆやポン酢でいただきます。

丸ごと大豆豆腐

材料の大豆は筑後産フクユタカ100パーセント。大豆を文字通り“丸ごと”粉末にし、おからを出さずに作るため、一口食べると豆のうまみと甘みが口いっぱい広がります。入荷は毎週火曜日と土曜日のみ。売り切れ必至なので確実に入手するには入荷日の来店を! 約300g 150円



住 所：福岡県筑後市大字前津503-1
営業時間：9:00～18:00
定 休 日：毎月第3水曜日
TEL:0942-54-7755



「アグリ」の現場で躍動する若いチカラ
明日のアグリマン!

父から子、孫へ。 繋がるイチゴへの思い。

白水 信和さん(JA糸島)

Profile

食品関係の会社員を経て、26歳で家業のイチゴ農家に。今年度、JA福岡県青協委員長に就任。現在38歳。



父の農園で一緒にイチゴ作りを始めて12年。大きな背中を追いかけてながらも、より甘く美しい粒を作ろうと、日々奮闘する白水信和さん。イチゴ作りの魅力、そして農業者として次代へ伝えたい思いを聞きました。

**栽培期間は約13ヶ月
手をかけるほど甘く**

収穫が終わりを迎える5月、白水さんの姿は育苗床にありました。すでに来シーズン用の3万株がつるを伸ばしています。梅雨、真夏と厳しい気象条件や病気と戦い、9月の定植まで丁寧に育ててはいけません。同時に収穫後のハウスでは古い株を抜き、太陽の力で熱消毒。すべて家族3人での作業です。

「イチゴの栽培は約13ヶ月かかるので、どうしても作業が重なります。でも、どれだけ手を掛けたかで出来がまったく違う」。こまめな摘果や水の管理が甘み

たから。26歳でイチゴ作りの道を歩き出しました。

始めは「とよのか」、7年前から「さがほのか」を栽培しています。酸味が少なく上品な甘み。固めで傷みにくく収穫量が多いのも特徴です。少しずつハウスを拡張し、甘い粒を作るため父と2人で工夫してきました。

露地栽培からイチゴ二筋に歩んだ父について「まだまだ親父にはかないません」。しかし白水さんもキャリア12年。栽培方法だけでなく、観光農園化などビジネスの視点でもさまざまなアイデアが浮かびます。「親父に提案してみるんですけど、がんとして動かんですもんね。よくけんかになりますよ」と笑います。それでも「やっぱり目標は親父。超えたいですね」。

**農業のある風景を
次代へ伝えるために**

今年4月、福岡県青年部協



- 1 子どもをあやそうような優しい手つきで、必ず1粒ずつ慎重に扱います。
- 2 単棟、連棟併せて約40アールのハウスを管理。東京・大阪にも出荷します。
- 3 来シーズン用の苗。1つひとつ手作業で、伸びた子株をピンで定着させていきます。
- 4 白水さんとは、小中高の同級生という妻・美紀さん。一緒に作業を進めます。
- 5 「今日収穫して、明日には店頭に並ぶ新鮮さが、うちの強み」と語る白水さん。
- 6 「子どもの帰りを夫婦で迎えられるのは嬉しい」と優しく話す美紀さん。
- 7 艶やかで美しい粒が揃った「さがほのか」は、酸味が少なく上品な甘さが魅力。

や形の美しさに如実に表れます。1年を通して気が抜けない作業。今年も10月下旬の初出荷に向けて、着々と準備が進められています。そして毎年、クリスマス前に自信作が市場へ出た時、やっと少しだけ胸をなで下ろすそうです。そのようにして育てるイチゴのパッケージには、数年前から「白水農園」の文字が入っています。差別化の工夫です。「スーパーで自分のイチゴを手にしたお客さんに会って、『それうちのです』って声を掛けたくありません。一番嬉しい瞬間ですよ」。

**「いつかは超えたい」
追いつける父の背中**

白水農園を開いたのは、現在64歳の父・廣一さん。3兄弟の長男である白水さんは幼いころから家業を手伝い、将来の職と心に決めていました。食品関係のサラリーマンになったのも「外の世界を見てから戻ろう」と思っ

議会の委員長に就任。若手農業者のリーダーとして、さまざまな勉強会やPR活動にも力を入れています。特に重要視するのが、次世代に食の大切さや農業の魅力を伝えること。「田んぼがあつて子どもたちが遊ぶ光景は、そのうち当然じゃなくなるかも」。20年、30年先に農業のある風景を残すには「今、自分たちの世代がどうにかしないと」と力を込めます。

自身も2人の子どもの父親。勤め人が多い社会の中で、両親が働く姿を子どもに見せられる職場はそう多くありません。妻・美紀さんとパック詰めしながら、子どもの「ただいま」を聞けるのは、「至福の時」と言います。

自分が父の背中を見て道を決めたように、子どもたちが自分の背中を見てくれたら。自身の前と後ろに伸びる道に今、新たな願いを込めています。



J A みたい「がめ煮会」の

がめ煮

大鍋にたっぷり作るからこそ生まれる素材の旨みが絡み合った味と、独特のつや。懐かしくも優しいおふくろの味は今日も地域の人々に愛されています。



材料

- ◎ 鶏 (骨ごとぶつ切りに)
- ◎ 干しシイタケ (水で戻し石突を取る)
※ 戻し汁はとっておく
- ◎ タケノコ
- ◎ こんにゃく (灰汁をぬいておく)
- ◎ ゴボウ
- ◎ ニンジン
- ◎ サトイモ
- ◎ インゲン (さっと塩ゆでして冷まし、斜め薄切りに)
- ◎ ショウガ (スライス)
- ◎ 調味料 (上白糖、中ざら糖、みりん、酒、薄口しょうゆ、濃口しょうゆ、塩)

※ 具材はすべて食べやすい大きさに切っておく。

※ 材料は各適量 (人数にあわせて調整してください)



鶏肉、野菜類、サトイモは別々に煮て、皿に盛り合わせます。上にインゲンをちらして完成。

作り方

- ① 材料の下ごしらえをする。
- ② 鶏肉を鍋に入れ、かぶるくらいの水とショウガを加えて火にかける。沸騰したらゆで汁を捨て、鶏肉を柔らかくするため圧力鍋に移して水を入れ、強火にかける。圧がかかったら火を弱めて10分加圧。火を止め、自然に圧が下がるのを待つ。上白糖、中ざら糖、みりん、酒を加え5〜10分煮込む。さらに薄口しょうゆ、濃口しょうゆ、塩を加える。
- ③ ②の圧力鍋から煮汁の一部を取り、別の鍋に入れ、タケノコ、こんにゃく、ゴボウ、干しシイタケを加える。必要に応じてシイタケの戻し汁、水、みりん、酒、しょうゆを加え煮る。
- ④ ひと煮立ちしたところでニンジンに加え、火が通るまでは強火で、その後弱火にして煮る。サトイモはさらに別の鍋で煮る。水を注ぎ入れて加熱し、沸騰したらゆで汁を捨て、他の野菜の鍋から煮汁の一部を加えて煮る。



うに使います。だからそれぞれの素材の旨みが絶妙に絡み合い、独特のつやが出るのだそうです。

目下の問題は今後の活動のこと。現在はAコープ 大刀洗店の2階にスペースを借りて活動していますが、改築により厨房スペースがなくなってしまうのです。新たな場所を探しましたが、「今と同じようにできるか」と心配しています。かりんとう作りに絞って様子を見る予定ですが、がめ煮なしでは寂しがるファンが多いでしょう。

今後について考えたときに思い出すのは、2年ほど前の子どもたちへの食育指導だといいます。素直な反応が新鮮で、やりがいを感じたのだそう。これからもチャンスに恵まれば、子どもたちにもがめ煮を伝えたいと前向きです。

励みは「からっぽになったお弁当箱」「おいしかったの一言」と話すメンバーたち。これからも手間暇を惜みず、丁寧な作ることを心掛けたいと話します。そこから生まれるのは、おふくろの味。地域に愛される続ける、滋味あふれる味なのです。

福 岡で育った人には馴染み深い「がめ煮」。今や全国にその名を知られる郷土料理です。そんな料理名がそのままグループ名になった「がめ煮会」。料理と同じように誰からも慕われる、明るく親切なメンバー4人に、大鍋でたっぷり作る「がめ煮」を教わってきました。

メンバーの出会いは、ボランティア活動がきっかけでした。「ひとり暮らしをするお年寄りたちに合わせて1食くらい、身体にいいものを食べてほしいから、お弁当を作ることにしたの」と代表の田代紀代さんが当時を振り返ります。その後、改めて「がめ煮会」を結成。最初はがめ煮を中心とした惣菜作りで始まった活動ですが、今は注文に応じてお弁当やかりんとう、卵焼きといった数種の商品を作り、地域のイベントなどでも販売するようになりました。

結成当時から、がめ煮会のごたわりは変わりません。材料を吟味し、手間暇をかける。そして、とにかく大量に作る。特にがめ煮は、もともと人寄せのときにたくさん作ってふるまう料理。鶏肉も野菜も山のよ

オススメ！ ブログ写真術

撮影の際のちょっとした工夫で
断然“おいしい”写真に！

「料理写真のススメ」

アグリふくおか編集部

お店や家庭料理をデジカメや携帯、スマートフォンで撮影して、ブログやツイッター、フェイスブックなどに載せている人も多いはず。でも、美味しそうな写真を撮るのは、なかなか難しいもの。そこで料理撮影のコツを、編集部カメラマンが伝授。「プロの機材がなくても、ちょっとした工夫で見せ方は結構変えられます」（編集部カメラマン・N）とのこと。以下のポイントをもとに、撮影は素人の編集スタッフが、飲食店のランチをスマートフォンで撮影してみた（左）。ぜひ参考にしてみてください。ぜひみなさんのグルメブログを盛り上げてみては。

料理撮影の基本ポイント

- ◎余計なものを除く
お店のメニュー表など余計なものが写り込まないように、画面に入らない場所にあらかじめよけておく。
- ◎フラッシュは使わない
フラッシュを使うと、どうしても人工的な光になるし、他の人も迷惑おすずめは昼間の自然光、夜の室内ならお店の光をそのまま使う方が雰囲気も出。
- ◎手ブレを防ぐ
カメラの手ブレ防止機能を使用したり、無い場合は安定するもの（逆さにしたコップなど）を台にしてカメラを置いたり、無ければ手首をテーブルにしっかりとついたり、脇をしめたりして、動かないようにして撮る。
※行儀が悪くならない程度に。
- ◎「全部入れよう」としない
「あれもこれも」と皿をたくさん並べて全部入れるより、撮りたい料理を手前においてヒントをあてる。空間があいたり、後ろの皿がぼけたりしてもOK。

Let's TRY! パスタランチ (パスタ・スープorサラダ・パン)



- 真上からでなく、あえて低い姿勢で撮影。その方がパスタの具が迫力満点に。
- 脇をしめて手首をテーブルにつけ、ブレを防止。
- 空間が気になる場合は、カトラリーやグラスを置いてバランスをとる。



Attention
お店で撮影する場合は、スタッフの方にひと声をかけるか、撮ってもよい雰囲気かを考えて撮る。料理が冷めないうちにいただくのもマナー。
撮影協力/ヒストロ&バー ベジラボ (P8~9参照)

読者の声

アグリが届いたらページをめくり、写真をゆっくり見ていきます。あ！おもしろい。あ！頑張ってるね。あ！楽しそう。こんなものもあるんだ！裏表紙まで眺めてから、改めて最初のページから順に読んでいきます。福岡の豊かな食と農と人、それを温かく表現してあるこの冊子のファンです。行ってみたい、作ってみたい記事待ってます。
くまもんの郷より

編集後記

今回も頑張って農業を支えている生産者に出会い元気をいただきました。
中嶋さんは、お茶伝来の地に生まれ先祖代々の土地でお茶を生産し、地域共同体として品質維持・向上や地域後継者の育成が継承されていました。イチゴ農家の白水さんは、大学卒業と同時に食品会社へ勤務。その後、父親と一緒にイチゴづくりを始めて12年、今後は自分の夢をプラスして「自分流」の農業生産の実現に向けて思いを馳せる世代です。

農業は先祖伝来の土地を耕し、自然環境に左右されながらも自然の恵みを受けて生産し、そこで暮らしを営んできました。その土地に住み続けるから安全性に気をつけて安心して暮らせる地域を作り、守ってきました。高齢になっても安心して暮らせる地域づくりが協同組合の使命です。

安定的に供給される食料、自然に癒される環境、安心して住める食環境、それが人の成長にも繋がってくる気がします。農業という職業のみの継承ではなく、地域文化や地域食、地域環境も含め、地域発展に向けて次世代へ継承している農業を、生産者を通じてもっと発信していきたいと思います。

(JA福岡中央会・古賀美智子)

無料配布申込みとご意見ご感想は、
JA福岡中央会 農業対策部 までお送りください
FAX 092 (724) 1218

●ホームページ [JAグループ福岡](#)

最適」と利用率も高いとか。
同社は、先進国の肥満や生活習慣病と途上国の飢餓の解決を目指す日本発の活動「TABLE FOR TWO(テーブル・フォー・ツー)」に参加。食堂に500〜600キロカロリーの「FTMメニュー」を用意し、1食500円のうち20円をウガンダやルワンダなどの学校給食費として寄付する。低カロリーランチで健康維持と社会貢献の2つを叶



株式会社 ふくおかフィナンシャルグループ
福岡県福岡市中央区大手門1-8-3
<http://www.fukuoka-fg.com/>



食堂探訪

健康維持と途上国支援
同時に行えるヘルシー定食
株式会社ふくおかフィナンシャルグループ
社員食堂
「FTMメニュー」

2007年に発足した株式会社ふくおかフィナンシャルグループ。950人が勤務する本社ビル最上階には、約300席の広々とした社員食堂がある。ぐるりと窓に囲まれた13階から眺める景色はまるで展望室。眼前に舞鶴公園、街並みの先には福岡タワーが望め、「リフレッシュに
える仕組みだ。グループ内計5カ所の食堂で実施し、これまでに約3万4000食分、68万円の寄付をした。
この日のメインはサーモンとキノコのホイル焼き。素材のうま味が十分に引き出され、低カロリーでもしつかりと食べ応えのある一品だ。メインは日替わり、小鉢もカニ玉やマカロニサラダなどから選ぶスタイルで「毎日FTT定食!」「ダイエットに成功した」と評判も上々。売り切れ必至の人気メニューになっている。
「遠い国へ思いが伝わるだけでなく、自分のためにもなるから続けやすいのかもしれない」と担当者。さまざまなCSR活動に取り組み同社でも、社員食堂から発信する最も身近な活動の1つとして定着している。