

「どやの」とは、福井弁で「どうですか?」「いかがですか?」という意味で、ボランティア活動などちょっと始めてみませんか?という思いが込められています。

2007年8月号(第7回)

美味しいって思えることは、人生を楽しんでいる証拠。



かわだ食と健康を考える会

■代表者 山本昭子
■活動開始 平成8年
お問い合わせはNPOセンターまで

場所は河和田小学校、家庭科室。足を踏み入ると、もうそこは新鮮な食材でお料理をする皆さんの活気で溢れていました。

『夏のうずみ薬膳料理』と銘打たれたメニューは、「紫雲米おこわ」「ゼンマイの豆和え」「揚げなすのみぞれかけ」「フェネル味噌のせ焼き鯖」「紅花入りきんぴら」「きゅうり・わかめ・いかのからしマヨネーズ和え」「トマトとレモンのサラダ」「ハーブティ」等々…旬と美味しさが満載のとっても贅沢なお膳。

今回は、豊かな自然に恵まれた河和田の地で活動を続けている「かわだ食と健康を考える会」のお料理講習にお邪魔して、代表の山本さんにお話を伺いました。

①。活動を始めたきっかけはなんですか？

この会の前身は、鯖江市農林体験実習館「ラポーゼかわだ」の設立時に、お料理の分野での体験指導やメニューづくりに関わったグループです。

それが、平成8年に、食を通して地域活性化をはかろうという目的で、この会に発展しました。現在、会員は17名です。

②。どのような活動をされていますか？

いろいろなことをしていますけれど、「食」と「地域」そして「自然」を基本にしていますね。今日のように、色々なグループさんたちにお料理の講習をしたり、試食会をしたり。

その中でも、やはり河和田地区に古くから伝わる伝承料理をベースとしたものや、季節ごとのハーブを使った創作料理がメインで、それに地元の漆器を使ったりして、ただ「お料理を作って食べる」だけでなく、そこから「文化」そのものを体感できるような活動をしたいと思っています。

ドライフラワーを使った「押し花カードづくり」みたいなこともしてるんですよ。

③。どうして「食と健康」をテーマにされたんでしょう？

まず、食べることは、とても身近で入りやすいと思ったんですね。



■息もぴったり、ハーブ(フェネル)をすりつぶす会員のお二人。

■河和田の「紫雲米」おこわ。ふっくらもちもちで、おまけにヘルシー。



■フェネル味噌ののせた焼き鯖。木の芽のかわりにハーブの入った田楽味噌の味わい。濃厚な旨味の中に爽やかさが広がる。



でも考えてみれば、毎日3回ずつ、それが何年も何十年ものことだから、1回ごとの「食」は決して侮れないと思うんですよ。良いもの悪いものに関わらず、少しずつでも体に入れていくものだし、それが何十年か先にどんな結果になるのか…そんなことも思うんです。

④。最近、マスコミなどでも、いろんな形で「食」にスポットが当たってますよね？

皆さんも注目し始めているんですけど、私は逆に「食」そのものに、何か危うさを感じ始めているからこそ、これだけスポットが当たっている気もしています。

普通に生活していて問題ないことだったら、誰もわざわざ取り上げようって思わないですものね。

⑤。市民活動をしていて良かったことはなんでしょう？

やっぱり、人との交流が広がったり深まったりしたことですね。こういう形でグループの活動をしてできる人間関係は、仕事での関わりとはまた違いますから。

あと、「食」の重要性を再認識しました。

☆「かわだ食と健康を考える会」は裏面で紹介している「市民活動ふれあい講座」でも講師として活躍されています。

☆今回の講習会でも好評だった河和田の伝承料理「ゼンマイの豆和え」のレシピは、裏面に！→



■一見雑草…でも実は、季節の「お宝」のハーブたち。



編集・お問い合わせ この回覧板は、鯖江市との共働事業で発行しています。

特定非営利活動法人 **さばえNPOサポート**
(さばえNPOセンター 指定管理者)

〒916-0024 鯖江市長泉寺町1丁目9-20 鯖江市民活動交流センター内
TEL : 0778-54-7055 FAX : 0778-54-7058
E mail : info@sabae-npo.org



♥誰でも気軽に使える情報発信♥ ホームページ : <http://www.sabae-npo.org/>
鯖江市内の市民団体ならばイベントやお知らせを掲載できます。