



kitakami gohan

食材をつくる人、料理をする人、食べる人。
みんなの顔が見れて思いのりレーができる町。
ここに暮らす全てのみなさんへ、
こころ豊かな gohan 時間を提案します。

きたかみごはん新聞

3

いわてNPO-NETサポート
岩手県北上市大通り1-3-1
おでんせプラザぐろーぶ
4階 ☎0197-61-5035

※当新聞は、北上市の委託
事業「食のつながり認証制度
展開支援業務委託」により、
発行するものです。

今月の野菜「野菜の種」

鬼柳町の星隼人さんのお宅で見せていただいた「とうもろこし」「ごぼう」「大根」「パースニップ」(右上から時計まわりに)の種。種にも様々な形や色がありますね。

※北上市食のつながり認証制度及び認証対象者の認知度向上を図るための情報発信が〈kitakamigohan〉です

3月の農&食イベント

3/6 Wed

Kitakami gohan 「きたかみごはんミーティング」

Kitakami gohan が目指すのは、食べものをつくる人と食べる人がつながること。生まれる豊かなライフスタイル。

このイベントでは、「鳴子の米プロジェクト」などを手掛けた結城登美雄さんのお話を聞くとともに、生産者と消費者、販売店、飲食店などが直接交流します。

どなたでもご参加いただけます。

【第1部 講演】 14時30分〜16時30分

「つくる人と食べる人が積極的につながり支え合う未来について」

講師：民俗研究家 結城 登美雄さん

【第2部 交流会】 17時〜18時30分

北上市食のつながり認証生産者さんの農作物をつかった料理をいただきながら交流。

とき○3月6日(水) 14時30分〜18時30分
ところ○第1部 北上市生涯学習センター 第1学習室
(北上市大通り1丁目3・1)

第2部 おでんせプラザぐろーぶ3階
(北上市諏訪町二丁目1番27号
アンプロビル2F)

参加費○第1部 無料

第2部 交流会 2500円(1ドリンク付)

※ドリンクおかわりは追加料金となります

定員○第1部70名 第2部40名

申込○「いわてNPO-NETサポート」へ電話
0197・61・5035(平日10時〜17時)。

または「Kitakami-gohan」のホームページ
facebookページよりお申込みください。

北上まきさわ工房 特売日

数量限定のお買い得商品が購入できる月に一度の特売日。

会場では「P&Cリンク」さんも野菜などを販売しています。

とき○3月16日(土) 8時30分〜16時

ところ○北上市相去町山田2・20
北上まきさわ工房

北上駅前 オーガニックマーケット

毎週火曜日限定で開店するマーケット。

自然農法でつくられた安心安全の農作物を販売しています。

とき○3月5日(火)、12日(火)、19日(火)、26日(火) 10時〜15時

ところ○北上市青柳町1丁目5・42

あぐり夢くちない 日曜日

毎月第2、第4日曜日開催の「日曜日」。

農家さんがつくった新鮮な野菜が購入できます。

とき○3月10日(日)、24日(日)

9時〜17時30分
ところ○北上市口内町松坂214・4
あぐり夢くちない

北上市 食のつながり認証制度



「北上市食のつながり認証制度」とは生産者の思いやこだわりを消費者までつなぐ取り組みを「食のつながり」として認証するもので、北上市産品の信頼性を高めていくこと、また地産地消を促すことで地域の魅力を発見することを目的としています。

平成31年2月1日付で10者が認証されました。

「生産者」

○やさいやねこのつ▽野菜全般

○SATO RICE FARM▽米、カボチャ

○千田敏夫▽米

○木こりの菊池農園(新規)▽米

「販売店」

○お肉のたかゆう

「飲食店」

○アリーブ北上店

○イタリアンダイニングラ・タヴェルナ

○ときよじせのONODERA

○CAFE WILLOWS(新規)

○シエフ・インマルカレー北上店(新規)

なお、上記10者を含む登録認証者41者の情報はリンク先の北上市ホームページよりご覧ください。

https://www.city.kitakami.iwate.jp/life/sangyo_shigoto_kgyoritchi/noringyo/shokunotsunagari/12611.html

<https://kitakamigohan.com>

<https://www.facebook.com/kitakamigohan>



@kitakamigohan

今月の耕し人⑦ 野菜農家 星隼人さん



試行と観察を楽しみながら 野菜づくり

北上市鬼柳町の野菜農家星隼人さん(41)。(以下、星さん) 溶接工として働いていた星さんは、5年ほど前に父親が体調を崩したことをきっかけに就農。父親が農業をする姿を見てきたため、これまでやってきたことをここで無くすわけにはいかないと決意を固めました。 家では主に米や花を栽培していますが、農業を学んでいく中で星さんの興味は徐々に畑に移

り、野菜づくりに没頭していきま。現在手掛けている野菜はじゃがいもやトマト、西洋野菜などなんと80種類以上。野菜づくりの方は星さん一人で行っているため、保存のきく根菜類が中心です。 また、有機栽培や自家採種にもこだわっています。 「農業は楽しいし、面白い。自分に合っているんです。」と語る星さん。 日々いろいろなものを試して観察。その中で得意不得意がわかってくるそうです。

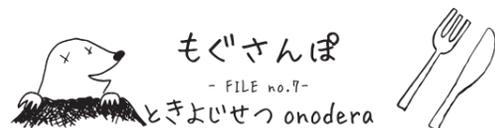
そんな星さんが育てている野菜の中には、飲食店の方でも知らないようなめずらしいものもたくさん。それらの野菜は、飲食店に紹介する前に必ず自分で一度調理を行い、味などを確かめてからお届けするそうです。 さらに海外の野菜でも気になるものは積極的に種を購入し栽培。育ててみるとたまにパッケージと違う野菜が生えてきたりすることも愛敬。それすらも楽しんでいきます。 また、星さんは農産物やクラフトなどが

出店するイベント「ノラマルシェ」を開催しています。不定期開催のこのイベントは、新規就農者が野菜を販売できる場をつくりたいという思いから始めたそうです。そして星さんが掲げる屋号「やさいやねこのて」。 その意味は「野菜づくりをこれから始める人へ知識や経験の手助けができる『猫の手』になりたい」というもの。 ノラマルシェ然り、屋号然り、これから農業に取り組む人のことまで考える優しさを感じました。 今後の展望を伺うと「シェア畑をやってみたい」と話す星さん。 畑という空間で子供や大人がワイワイと楽しく野菜づくりを行うその日を夢見ながら、星さんは今日も種をまきます。



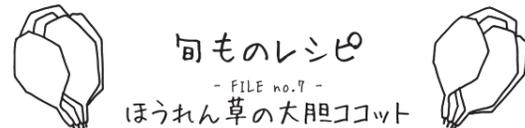
冬期間はものづくりを楽しむ星さん。自作のほうきなどが飾られていました。

星隼人 「生産品」 野菜全般 「取扱店」 アリーブ、きたかみ川 CAFE WILLOWS、産直あぜみち 「星さんの日々の活動やノラマルシェの情報はFacebookページ「やさいやねこのて」「ノラマルシェ」をチェック！」



シェフの小野寺氏が北上をはじめ岩手県内を中心に旬の美味いと思える素材を集め、お客様をもてなしてくれます。 メニューは仕入れ次第で毎日変わるため、県外からのお客様も多く、カウンター越しのトークが彩りを添えます。

ときよじせつ onodera ①北上市本通り1-8-28 ②営 18~23時 日曜定休 [その他]予約はFBから可能。 食事はコースのみ。4,000円/人から。



朝の時間が無いときにおすすめ。 鰹節やポン酢、ナンプラー等でアレンジも◎。

- 材料(4人分) ほうれん草 1.5把(500g) 卵 4個 塩 小さじ2/3 しょう 少々 粉チーズ 適宜
- 作り方 1. ほうれん草は水洗いして、5~6cmの長さに切る。 2. フライパンで1をバターまたは油でさっと炒め、塩・しょうで調味する。 3. 2の上に卵を割り入れ、粉チーズをお好みでふり、フタをして中火で蒸し焼きにし完成。

イベントレポート 2月24日 北上素材の味噌づくり会

昨年から開催している、北上産の素材で作る味噌づくりの会を今年も鬼柳地区交流センターで開催しました。参加者はお子様4名を含む計12名。講師は昨年同様、同地区の丸昭商店の店主、星ご夫妻。 瓶の底やボールなど、家庭にもある道具を使用し、1kgずつ味噌を仕込みました。秋口にはそれぞれの家庭で味噌が食べられるとの事。



味噌づくり子供も一緒にできる作業。協力してできた味噌は絶品!