



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

10

いわてNPO-NETサポート
岩手県北上市大通り1-3-1
おでんせプラザぐるーぶ
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。

今月の農産物「米」
アンビシャスファーム、佐藤さんが父と作るひとめぼれ。今年も無事収穫できました。

10月の農&食イベント

10/1 THU
10/31 SAT

「旬彩ごほうびフェア」 秋の旬を愉しむ ランチ&ディナー

北上・西和賀・金ケ崎の生産者や地元食材を
知り尽くしたシェフが作る、岩手の秋の旬の食材
をふんだんに使った限定メニューを味わえます。

期 間 10月1日(木)～10月31日(土)
参加店舗 ときよじせ ONODERA、TEPPANYAKI 小
春日和、ビストロ felice、プランニエール北上、和
食ながい、四季乃味 枕流亭、きくすい北上店、
石白挽き手打ち蕎麦 神楽屋、せいぶ農産発焼
肉 DINING、まるぎょう、CAFE WILLOWS、
ホテルシティプラザ北上 レストラン 桜花林、フチ
コレット、アリーブ北上店、ほか

問合せ 〇岩手県南広域振興局 経営企画部 産業振
興室 観光商業・食産業課
電話 〇0197・221・2843



旬彩ごほうびフェア
<https://shunsaigohan.jp>



QRコードをスキャンして
専用フォームから
お申し込みください。



※特別企画「収穫体験×青空ランチ」も開催
うるおい春夏秋冬の代名詞でもある彩り鮮やか
な人参等、旬の野菜を秋空の下収穫体験&地
元食材を知り尽くす小野寺シェフのランチボック
スに採りたての野菜を添えた青空ランチタイム。

と き 〇2020年10月25日(日) 11時～13時
集 合 〇相去地区交流センター(相去町小糠沢19)
参加費 〇体験料+ランチボックス
大人(中学生以上)・・・3000円
小学生・・・1500円 未就学児・・・無料

定 員 〇30名程度
問合せ 〇右記と同じ(県南広域振興局)

きたかみ産直スタンプラリー

市内8か所の産直で税込み300円以
上のお買い物をしてスタンプを集めると、
各産直で使えるクーポン券をプレゼント!
ト!さらに、抽選で高級黒毛和牛「き
たかみ牛」や「贈答用りんご」等の名
産品や産直商品が当たります。

期 間 〇10月23日(金)まで
参加店舗 〇あぐり夢くちない、街なか産直、
JA産直あぜみち、山の駅和賀、し
らゆり1号館、バル母ちゃん市、く
ろいわ産地直売所、ありがとうだあん
ちゃ、さらき里ふれあいセンター

問合せ 〇北上市農林部農林企画課
電話 〇0197・721・8235



きたかみ産直スタンプラリー
https://www.city.kitakami.iwate.jp/life/sangyo_shigoto_kigyotie/hi/noringyo_samyoku/14042.html



子ども食堂キッチンすまいる

子どもが安心して過ごせる居場所づくり
のため、市内に住む子どもや保護者を対
象に「子ども食堂」を開設しています。

時と所 〇10月2日(金)黒沢尻北地区交流センター
10月9日(金)黒沢尻東地区交流センター
10月16日(金)黒沢尻西地区交流センター
いずれも16時～19時まで

協力金 〇おとな100円、高校生以下不要
問合せ 〇キッチンすまいるの会
電話 〇090・6454・3210



情報はfacebookページをご覧ください
<https://www.facebook.com/kitchensmie>

きたかみの旬、 いただきます!

SNSをつかった、北上の豊かな食を
みんなで発信・共有する企画です。

〈Instagram〉か〈Facebook〉で、北上
市の旬の食材をつかった料理写真に、
ハッシュタグ「#kitakamigohan」「#旬
をいただきます」の2つと「#(料理
名)」や「#(食材名)」をつけてご投
稿ください。

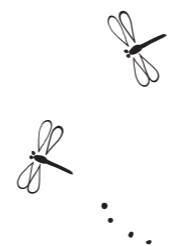
料理写真は自分がつくったものでも飲
食店で食べたものでも構いません。

投稿いただいた写真は kitakamigohan
のホームページ等で紹介させていただきます。
みなさまの旬の食材の楽しみ方をぜひ
教えてください!

kitakami gohanのHPはこちら



<https://kitakamigohan.com>
@kitakamigohan



今月の耕し人② アンビシヤスファーム 佐藤孝志さん



「あまり感じさせません。ただし、一言話しはじめると、佐藤孝志ワイルド“全開。広大な土地を機械で作業しながら、頭の中の構想・妄想は止まりません。」

今回は、その動向から目が離せないアンビシヤスファーム代表・佐藤孝志さんにお話を伺いました。

夢はまだまだ尽きない。農家の地域おこしの仕掛人

北上市和賀町煤孫で農業を営む佐藤孝志さん(42)。じゃがいもの生産について「生産者と消費者がつながる取組」を行っていることから、令和2年8月1日、「食のつながり」の認証者として、新たに認定されました。代々この土地を耕してきた、孝志さんで11代目といいます。じゃがいものほか、米、麦・大豆、とうもろこしなどの野菜類、最近ではメディアからも注目を受けている向日葵など50町歩ほどの農地を家族中心で回しているというから驚きです。本人にお会いすると、終止笑顔で穏やかな口調からはその多忙な日々をあ

「年少の頃から「手伝わないとテレビもごはんもなしだ!」と言われ、仕方なく苗運びや葉かけ、中学になると繁殖用に飼っていた牛の世話で自分が主体となって行った経験をお持ちの佐藤さん。大学はこの道の東大と言われる東京農業

大学に進み、農業経済を学んできました。大学卒業後、24歳で帰郷し実家を手伝うことになりました。途中7年間ほど緑あつて(株)西部開発農産で、商品企画、スタッフの管理、営業等、生産以外のことに携わる機会を得ました。この貴重な経験は、実家の農業を継ぐにあたって大きな判断材料となり、今に至ります。

親の代では今程多種なものを生産していませんでしたが、自己責任のもととうもろこし、じゃがいもなどを育て始めます。とうもろこしは地元の祭りやイベントで出店して焼きもちろこしを自ら対面販売。じゃがいもも「トルネードポテト」という名前で毎年秋に

開催されているJAのイベントや花巻まつりでも人気なんだとか。その他、稲刈りが終わると江釣子のすぐがある農家さんから借り受けた圃場でせりの出荷がはじまります。佐藤さんの作るせりは、太くて立派。風味もしっかりしていて本当に美味しいせりです。

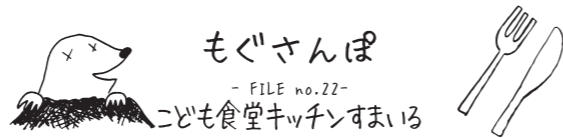
そして、昨年より北上市の農業振興課の事業で母校・東京農業大学の学生達とともに減反した土地を活用し、向日葵を作って観光資源とし、最後に油を絞り北上の「ひまわり油」を作ろうという運びになりました。佐藤さん、今年は昨年の2倍の4町歩のひまわり



畑を耕し、夏には満開の向日葵で地域の人や観光客を喜ばせました。

また、農業以外にも仲間と「チーム炭炭」を組織し、間伐・炭焼きをして地域資源を利用、文化を創ってきた。7月に開催した「2020深緑夏油夏まつり」では、各種出店の他サップ体験やライブなどで大盛況。そのイベントの実行委員長をつとめるなど地域の人から頼りにされ、農家としての地域の関わり方を常にポジティブにとらえ、また個人でも楽しむ事を忘れない姿勢は、もともと若い農家の皆さんの背中をおす存在なのでは無いでしょうか。

佐藤さんが関わる活動をご案内
 ①で湯まのラインを楽しむ会(チーム炭炭) ②ひまわり油プロジェクト



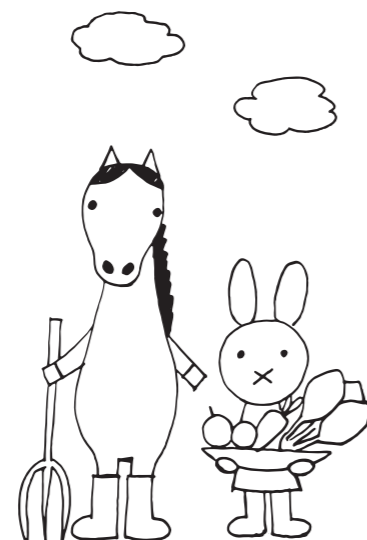
子どもの居場所や保護者の交流の場として2019年から黒沢尻3地区の交流センターを会場に月3回程度開設されている「子ども食堂キッチンすまいる」。協力農家さんなどから提供された、季節の食材がふんだんに使われた献立を楽しめます。この日のメニューはカレーや夏野菜を使った彩り豊かなおかずたち。

子ども食堂キッチンすまいる
 開設日時や会場などの情報はこの新聞の「10月の農&食イベント」のページまたはFacebookページ「子ども食堂キッチンすまいる」よりご確認ください。

北上市 食のつながり認証制度



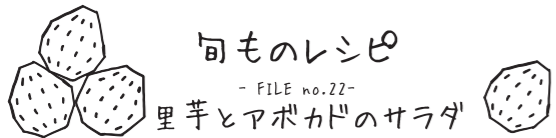
「北上市「食のつながり」認証制度」とは生産者の思いやこだわりを消費者までつなぐ取り組みを「食のつながり」として認証するもので、北上産品の信頼性を高めていくこと、また地産地消を促すことで地域の魅力を発見することを目的としています。



※「食のつながり」認証制度の詳細および登録認証者の情報は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_kigyotrichi/noringyo/sh/okunotsunagari/12611.html

※「Kitakami gohan」の情報発信していきます。



爽やかな食感で、飽きのこない組み合わせ。里芋の定番の食べ方の後に、お試しあれ!

- 材料(2人前)
- 里芋 200g、アボカド 1個、マヨネーズ 大さじ1
 - A(醤油 小さじ1、塩 小さじ1/4、黒こしょう 小さじ1/4、イタリアンパセリ 適量 ※ディル等に置き換えても◎)
- 作り方
1. 鍋に皮を剥いた里芋を入れ10分程度茹でる。
 2. ①の粗熱をとる。
 3. ②とカットしたアボカドを入れマッシャー等で粗く潰す。
 4. ③にAを入れ、なじむまで混ぜ合わせる。
 5. ④を盛りつけ、みじん切りにしたハーブ類を散らして完成。
- ※レモン等の柑橘類を搾るのも爽やかさが増して◎。