



# 楽農学校OB会だより



第29号2018年4月号

## フードロス

農産物生産者の方は規格品を選別して出荷し、規格品外の多くは廃棄せざるを得ません。  
例えば、指定野菜（資料1）の収穫量に対して出荷量は82.7%しかありません。  
さらに、規格品として無事出荷された農産物も市場などで売れ残れば廃棄！  
市場から出荷され店舗に並べられた農産物も売れ残れば廃棄！  
店舗から消費者の手に渡っても、食べ残しや食べきれないほど買ってしまおうと廃棄！  
こういったことは飲食店などでも行われていることでしょう。  
こうなると廃棄・ハイキのオンパレードです。



消費者は販売者が設定した規格でないとだめだと思っているのでしょうか？！  
不揃いでも良いと感じている人も沢山おられると思います。  
現にアメリカなどでは消費者と生産者が直接契約し、生産された農産物を色・形状を問わず買い取る仕組みが出来ているようです。  
また、収穫時期になっているのに、諸事情で収穫・出荷しないケースもあります。  
一生懸命育てた農産物が無駄になるのは、大変つらいことだと思うと同時にもったいないことでもあります。

では、日本でどれくらい廃棄されるのでしょうか？！  
日本はカロリーベースの食料自給率が40%に満たないにもかかわらず、日本は世界でも類を見ないほど食品廃棄物の多い「廃棄大国」と言われています。  
消費者庁「平成28年度消費者白書」によれば、わが国の年間の食品由来廃棄物等の発生量は推計2,801万トン、そのうち食品ロス（本来はまだ食べられるのにもかかわらず捨てられる食品）の量は642万トンにもなり、この量は世界全体の食料援助量約320万トン（2014年国連世界食糧計画（WFP））の約2倍に相当します。国連食糧農業機関FAOの発表によると、世界では年間13億トン近くもの食品が廃棄されており、これは世界の飢餓人口10億人を十分に養えるほどの量に当たると言われています。  
そればかりか、廃棄された農産物からメタンガスなどが発生し、地球温暖化の原因の30%以上にも達しているとのことです。  
食品ロスを減らすためには何ができるのか、生産者・販売者だけではなく消費者でもある私たちも、今一度考え、食べ物をもっと無駄なく大切に消費していくことが必要ですね。

### （資料1）

#### 指定野菜（14品目）2011年産の収穫量と出荷量の比較

収穫量1,105万トン・出荷量925万トン・未出荷率（平均値）17.3%

※指定野菜（消費量が多く、国民生活にとって重要な野菜）

（キャベツ・きゅうり・さといも・だいこん・トマト・なす・にんじん、ねぎ・はくさい・ピーマン・レタス・たまねぎ・ばれいしょ・ほうれんそう）。

## 第12回「野菜の楽園」

第12回「野菜の楽園」2018年1月21日実施報告 参加者 17名

1部 多可郡多可町より足立醸造(株)の足立工場長にお見え頂き、醤油の種類や歴史に始まり製造工程について解説頂きました。醤油の材料は、大豆、小麦、塩ですが、足立醸造では希少な国産有機大豆、有機小麦が使われています。発酵槽に量産メーカーは、ステンレス製を使っているのに足立さんは、吉野杉の木桶を使っているとのこと。この木桶職人が昨今激減し後継者育成が急務だとおっしゃってました。醤油酵母は、購入ではなく蔵付き酵母なので工場を移転新築した時は発酵熟成が始まるまでかなり心配されたとのことでした。

2部 神崎郡市川町より(有)相沢食産の相沢社長にお見え頂き、単なる大豆がより栄養価の高い納豆に変えることのできる納豆菌の不思議な力について解説頂きました。

納豆菌は、枯草菌の仲間であり学名 *Bacillus subtilis* と呼ばれ寒さ暑さに乾燥に強い。

作物の病気は、おもに糸状菌(カビ)が多いが、この糸状菌を駆逐するなど生育力の強い微生物である。うどんこ病対策にも有効とのこと。

食品としての納豆は、脳卒中や虚血性心疾患の予防にも有効とのこと。

醤油も納豆も有機物を液状化して腸管から吸収できるようにする発酵技術です。畑の有機物を植物の根から吸収できるようにする発酵技術として活用したいと改めて思う講義でした。



文：楽農学校 有機農業コース アドバイザー 五島 隆久

## 「ベジフルハッピー！」春の味覚「ウド」(ウコギ科)

ウドは数少ない日本原産の野菜で各地に自生。古くから薬用や山菜として利用され、江戸時代には軟白栽培が始まりました。木ではなく多年草。食用は若いうちに採取されますが、生長すると2m以上になり、無風でも動くように見えることから和名が「独活」(独りで活動する)になったとか。

諺の「独活の大木」とは茎が木のように大きくなっても柔らかすぎず材木としては使えず、食用にも適さないことから、体ばかりが大きくて役に立たない人をたとえます。

ウドは抗酸化作用のある**クロロゲン酸**が豊富で、体の中の**細胞の老化を抑え、がん予防**が期待されます(札幌保健医療大学栄養学科荒川義人教授)。保存は新聞紙にくるみ冷暗所ですが、新鮮なうちにお料理しましょう。



### 【鯛とウドのカルパッチョ】

#### 《材料》2人分

鯛(刺身用)…半さく、ウド…1/2本、塩・こしょう…各少々、ミニトマト、菜の花、カイワレ、レモン…各適宜、ドレッシング(酢…大さじ1、塩…小さじ1/2、こしょう…少々、砂糖…小さじ1/4、サラダオイル…大さじ3、お好みでわさび…小さじ1/2)

#### 《作り方》

鯛は塩・こしょうをして冷蔵庫で2時間ほどおいて身をしめてから薄切りにして器に並べる。ウドは厚めに皮をむき、斜め薄切りにしてすぐに酢水につけてアク抜きをする。ドレッシングを作り、水気を切ったウドに1/3量絡ませて器の中央に盛り、お好みでミニトマト、菜の花、カイワレ、レモンなどを飾り、最後に残りのドレッシングを回しかけて出来上がり。



ウドの香りとシャキシャキ感で春をご満喫下さい。

文&写真：野菜ソムリエ 今井美和子

## OB 会行事のご案内

対象者…「楽農学校 OB 会」会員（※会員以外の方の参加は¥500 いただきます。）

どちらかが会員で、ご夫婦での参加は無料とさせていただきます。

### 第 13 回「野菜の楽園」

日時 4 月 21 日（土） 13 時 30 分～16 時 30 分

内容 「乳酸飲料ヤクルトの乳酸菌」・「太陽熱養生処理技術～たった 2 週間で地力豊かな畑に変える

### 「農場見学」のご案内

日時 5 月 13 日（日）…13:00 集合

見学先 「芦田農園」「坂口農園」

**※別途同封の案内&申込書をご参照ください**

## 平成 30 年 4 月 1 日付 兵庫楽農生活センター 職員異動

職名	転出者氏名	転入者氏名
副センター長	椿原 健右	藤本 喜龍
総務課	末政 義人	永廣 亘
〃	平井 清美	石田 佳英
〃	島田 茂樹	
楽農交流課	河野 賢治	柘澤 吉彦
〃	田中 寿樹	大島 道斗
楽農学校課	中西 重喜	金川 良夫
〃	河合 良行	
〃	山吹 正義	
〃	高尾 淳	
〃		戸田 潔

### 原稿大募集！



兵庫みどり公社兵庫楽農生活センター  
〒651-2304  
神戸市西区神出町小東野30-17  
電話： 078-965-2047  
FAX： 078-965-2659

※皆様からの原稿も常時募集しております♪

### 編集後記

厳しい厳しい極寒の冬を乗り越え、ようやくポカポカ陽気の春が到来しました。ほっとしたのもつかの間で、今年の夏もまた猛暑になるんだそうな…極端な季節の移り変わりの連続ですね。ちなみに今年の2月私の圃場では最低気温マイナス15℃を観測いたしました(;´Д`)

OB会だより編集担当：森本聖子