



# 楽農学校OB会だより

第39号2021年8月



## 兵庫楽農生活センター長 挨拶 椿野健次

まだまだ暑い日が続きますが、楽農学校OB会員の皆様には、お元気でお過ごしのこととお喜び申し上げます。

本年4月、兵庫楽農生活センター長に就任しました椿野です。どうぞよろしく願いいたします。

さて、県から指定管理を受け、当センターを管理運営していた(公社)兵庫みどり公社は、(一社)兵庫県農業会議と統合し、4月1日から(公社)ひょうご農林機構として組織を一新しました。

当センターもリニューアル工事を終え、園内を一新したほか、レストランや農場などを運営する新たな事業参加者として、(株)ashimoka(アシモカ、構成員の頭文字から命名)をお迎えしています。

同社の芦田賢太郎代表取締役は、就農コースの第10期卒業生で、西区内で露地野菜経営をされています。6月にオープンした同社のレストラン「楽農カフェ Five Country Cafe」には、自ら生産した野菜に加え、就農コースのネットワークで集めた野菜もメニューに並び、地元野菜のピッツアと農園サラダのセットメニューやフルーツサンド、パフェなどのデザートメニューが人気です。テラス席ではバーベキューもお楽しみいただけます。

楽農学校では、就農コースの卒業生が県内各地で農業の新たな担い手となり、生きがい農業コースの卒業生が、家庭菜園や市民農園で農業のすそ野を広げていただいています。楽農学校OB会を中心に卒業生の連携が深まり、楽農生活がより一層進むことを期待しています。

コロナ禍で、身近に「農」を感じる楽農生活が脚光を浴びています。県民の皆様のご期待に応え、更に愛される施設になるよう、職員一同努力してまいりますので、今後ともご支援とご協力をよろしくお願い申し上げます。



## 芦田健太郎さんがトーホーさんの後を担っています！

本年6月24日に「Five Country Café」が「かんでかんで」の後にオープンしました。

「芦田農園」の芦田健太郎さんが代表取締役の(株)ashimokaが運営されています。また、楽農生活センター内でCafe以外にも圃場・キノコ館・イチゴハウスなども担っておられます。



「芦田農園」さんは「OB会だより」2018年第30号において、「農場見学」コーナーで紹介させていただきました。西区中心にパプリカ・白菜・スイートコーン等を広大な土地で栽培し、事業拡大著しい活動をされています。

<カフェ訪問報告>6/25に开店祝いの口上と今後の繁栄をお祈りしながらピザ&サラダのセットメニューを頂きました。

注文は、テーブルのQRコードをスマホで読み取り料理を選択、セットサラダ・ドリンクを選択、と後期高齢者の近傍の方々には、少しハードル高いかもしれませんが、手をあげてスタッフさんと呼ばば大丈夫です。(私も手をあげてオーダーしました。涙・・・！)



店内は、明るく、分厚い一枚板のテーブルがあり、オープンカフェの雰囲気  
で外のデッキにもテーブル席があり天気の良い日には、(いい感じ～!!)

本日のサラダの生産者の名前がボードに書いてあり、我が学校OBの方々の野菜も活躍しているようです。楽農OBの方々のネットワークがこんなところで広がっているのを嬉しく思いました。

届いたピザを食べる前に、本来は写メを取りUPすべきところ、いきなり食べ始め、話に夢中になり写メ撮り忘れに気づいたときは、ほとんど完食間近でしたので、料理の写真は、HP及びインスタグラムをご覧ください。



OB会の皆様是非とも、ご来場頂き「兵庫五国の稔り」を味わってみてください。

楽農学校 OB会 副会長 浅田総一郎

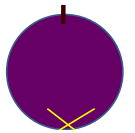
## ベジフルハッピー♪ 夏バテ予防に最強「ブドウ」(ブドウ科)

原産地はカスピ海・コーカサス地方。世界ではブドウを生で食べるよりワインとしての需要が大きいです。それはブドウの原産地の砂漠では水がなく、水不足を家畜の乳や果物で補っていましたが、ブドウは甘すぎて水の代わりになりません。つぶすと発酵してすぐにワインになり甘くなくて貯蔵もできるので、乾燥地や水の悪いところでは貴重な飲料になり、やがて世界に広がったようです。

《栄養成分》ブドウには、鉄やカルシウム、カリウムなどのミネラルが多く含まれています。そしてぶどうの果肉に含まれる糖質の多くは、吸収されやすいブドウ糖と果糖から出来ていると言われ、体内に入るとすぐにエネルギーとなり、疲労回復に役立ちます。また紫色系の果皮に含まれているポリフェノールは、強い抗酸化作用で活性酸素を撃退し、動脈硬化や脳卒中、がんなどの病気の予防に効果があると言われています。

《皮の簡単なむき方》ブドウの底の方に切れ目を入れむくと、簡単にむけます。上からだとも栄養を運ぶ維管束が一緒にはがれ途中で中央に行こうと皮が破れますが、下からだとも維管束がついてこないのきれいにむけます。

《甘いのは房のどっち?》枝に近い房の上の方が太陽の光を浴びて熟し下よりも甘くなります。



### 【お手軽スイーツで楽しい時間を〜♡】

**ぶどうのクラフティ** (混ぜて流し込むだけの簡単スイーツ。焼きたてや冷やしたり他の果物でも美味です) 11×15 cm容器使用

《材料》ブドウ…10粒、卵…1個、砂糖…40g、薄力粉…25g、溶かしバター…10g、牛乳…100cc、生クリーム…25cc、バニラエッセンス…少々

《作り方》耐熱容器に材料外のバターを薄く塗りブドウを皮付きのまま並べる。卵と砂糖をよく混ぜ順に材料を加えてその都度よく混ぜブドウの上に流し込みオーブントースターで20～25分焼く。粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やし粉砂糖をふる。

**ぶどうの大人パフェ** (2～3人分)

《材料》ブドウのコンポート＝ブドウ…150g(皮と実に分け両方使う)、水…125cc、砂糖…20g、レモン汁…大さじ1/2 → レモン汁以外全てを鍋に入れて加熱、好みの濃度で火を止めレモン汁を加え皮を取り出し冷ます。(底に入れる時は少しゼラチンで固める)

寒天＝水…200cc、粉寒天…小さじ1/4、砂糖…大さじ1/2 → 鍋で沸騰させ粗熱とって器に盛り冷蔵庫で冷やし固める。

ブドウのグラニテ(氷) → コンポートの汁のみをパットに好みの量薄く延ばして凍らせフォークでかきとる

《組立例》好みのグラスにブドウのコンポート、寒天を入れて冷蔵庫で冷やし固め、事前に水切りしたヨーグルト、コーンフレーク、アイスクリーム、ブドウのグラニテ、ブドウをのせミントで飾る。



おうち大人カフェで楽しいパラリンピック観戦はいかがですか?

文・写真：野菜ソムリエ 今井美和子

## 秋の行事予定案

### 秋の感謝祭

日時：11月14日（日） 10：00～

★出店用食材作り 日時：11月13日（土） 8：30～

★広報・食材などの販売活動 日時：11月14日（日） 8：30～



※上記行事は内容が決定次第ご案内いたします。★のご参加・お手伝いもその際に募集いたします。

諸般の事情により、変更・中止などの場合があります。ご了承ください。

その他、「農場見学」「メンテナンス研修」などを計画しておりますので、決定次第、お知らせさせていただきますので、その際にはご参加ください。

### 楽農学校 OB 会のホームページ（ブログ）のご案内

PC やスマートフォン・タブレットからご覧ください。

楽農学校 OB 会 ホームページ <https://rakunouob.sakura.ne.jp/blog/>



### 郵送の宛名ラベルに e マークの印刷ある方「e 登録」のお願い

「e 登録」によってネットを利用したコミュニケーションツールとして昨年より実施しています。郵送料経費の軽減と情報の迅速化・効率化を目指しています。

※郵送で「OB 会だより」が届いていない方（e 登録済み）は、以下の手続きは不要です。

#### ◆ マークが印刷されている方 = 「e 登録」未登録の方

【登録方法】

件名：「e 登録」、本文欄：「お名前 生 / 就〇〇期」を記入のうえ、下記アドレスもしくは右記 QR コードで手続きをお願いします。

※入会時に登録頂いたメールに OB 会たより PDF を送信していますので PDF を開封できていましたら「OB 会だより PDF 開封できた」と [rakunouob@rakunouob.sakura.ne.jp](mailto:rakunouob@rakunouob.sakura.ne.jp) 迄返信をお願いします。（お名前の記入をお忘れなく）



#### ◆ e マークが印刷されている方 = 「e 登録」申請後、PDF 開封確認の返信メールを未送信の方

今回の「OB 会だより」の PDF が開封できていれば、「開封できた」とメール送信をお願いします。（お名前の記入をお忘れなく）

◆ e 登録希望しない方 : 定期的郵送による情報の提供をさせていただきます。

\*OB 会で登録メール受信後、添付ファイルの開封確認メールを送付しますので、開封状況の返信送付をお願いいたします、開封確認をもって登録完了とさせていただきます。\*

〒651-2304

神戸市西区神出町小東野 30-17 楽農生活センター  
楽農学校課「楽農学校 OB 会」

電話 : 078-965-2047

FAX : 078-965-2659

MAIL : [rakunouob@rakunouob.sakura.ne.jp](mailto:rakunouob@rakunouob.sakura.ne.jp)

ホームページ : <https://rakunouob.sakura.ne.jp/blog/>

#### 編集後記

ここ最近、病虫害・鳥獣害などが多発しております。

ご注意ください。

とはいっても、秋がそこまで来ており、秋冬野菜の準備でお忙しいかと思えます。

どうか負けずに立派な農作物を作ってください。