



発行:湘南新聞販売株式会社/編集:「ふれあい朝日」編集部/〒253-0044茅ヶ崎市新栄町1-14/TEL0467-82-3618/FAX0467-84-0342/メール:fureai@asahi.email.ne.jp/URL=http://www.shonan-sh.jp/company/配布エリア:茅ヶ崎市(一部除く)藤沢市(市地川以西)綾瀬市(一部)

新聞に関するすべてのお問い合わせ・ご連絡は
☎0120-033-084 朝日新聞カスタマーセンター
受付時間:5時~20時(日・祝17時迄)

新聞お休みお取り置きは

やすみん®が便利
です!



無料
※通話料・通信料は発生します。

パソコンから やすみん 湘南 検索
https://www.yasumin.com/shonan/

携帯電話から QRコードを読み込んでください。
※読み込めない場合は下記にアクセスしてください。
http://www.yasumin.com/shonan/mo



▲同会的大豆や加工品は、JAさがみが運営する農産物直売所「わいわい市寒川店」「同藤沢店」「グリーンセンター綾瀬」「海老名グリーンセンター」、「ごしょみ〜な」で購入することができます。大量に欲しい方は、各店舗のスタッフに声がけを。



▲生育中の大豆



▲収穫前的大豆



B

大豆作りで地域貢献
葛原地粉を作る会結成

「遊休農地」は、藤沢市葛原地区でも例に漏れず増えていた。同地区で植木栽培業を営む大貫正雄さん(66)写真Aが、このような荒廃地を少しでも減らし、仲間との交流の場としても活用したいと呼びかけたのが今から7年前。地元生産者を中心に8名が名乗りを上げ、「葛原地粉を作る会」が結成された。「少しでも利益が出たら、メン

バーで旅行もいいな(笑)。皆さん兼業農家でお勤めを引退された方々なので、楽しみながら地域に貢献できたらと思います」(大貫さん)。

大豆と小麦は種まきから収穫の時期が重複せず、栽培効率がよい作物(大豆 播種7月↓収穫11月、小麦 播種12月↓収穫6月)。品種は、神奈川県の特産品種で「粒が大きくて甘味が強い」「津久井在来」を選び、近隣の遊休農地6反(1800坪)から栽培を始めた。当初は収穫量も少

なかつたが、年々栽培面積を増やして土作りにも工夫を凝らし、昨年は1町5反(4500坪)の畑から2町800坪の大豆を収穫した。

消費拡大の救世主
「きな粉」「打豆」誕生

収穫した大豆はこれまでそのまま販売するのみだったが、収穫量の安定を機に昨年3月、「きな粉」と「打豆(うちまめ写真B)」の販売に踏み切った。

「打豆」は大豆を潰して乾燥させたもので、

もうすぐ節分。関東地方では豆まきに「大豆」が使われるが、大豆は国内自給率が低いことで知られている作物だ(平成25年度で全体の7%※農林水産省調べ)。しかしながら、ここ湘南・藤沢で国産大豆作りに関わるチームがいる。藤沢市北部の「葛原地粉を作る会」は、使われなくなった「遊休農地」を活用して大豆、そして同じく希少価値の高い国産小麦を輪作で栽培し、販売している。遊休農地を生かすことは、周囲の農地を病害虫や鳥獣被害から守り、ゴミの不法投棄防止につながる他、収穫した作物で地域の特産を生み出したり、コミュニティを強化したりと、二重三重の成果が期待できる取り組みだ。

取材協力:JAさがみ

2016年は※
「国際マメ年」

節分に藤沢産の「大豆」はいかが?

「遊休農地活用」「きな粉」や「打豆」に加工して販売も

文教大学健康栄養学部の学生が考えた、きな粉と大豆の活用レシピ

大豆と玉ネギの酢和え



《材料》(2人分)
●大豆(蒸し煮)60g ※今回は茹でた打豆を使用
●キュウリ50g ●玉ネギ60g
●人参60g ●海苔(お好みで)
☆ごま油4g、めんつゆ12g、お酢6g
《作り方》
①野菜類は千切りする(人参はサツと茹で、玉ネギは水にさらしておく)
②☆をボールに入れて混ぜ合わせる
③②に①と大豆を加え、更に混ぜ合わせる。刻んだ海苔をトッピングする
※すぐに食べても良いですが、冷蔵庫で時間を置くくと味が染み込み、おいしくなります。

きな粉ドーナツ



溶かしチョコをかける
バレンタインにも!

《材料》(4~5人分)
●きな粉30g ●ホットケーキミックス100g
●卵1個 ●牛乳30cc~(硬さを見て調整)
《作り方》
①きな粉、ホットケーキミックス、卵、牛乳を混ぜ合わせる
②成形し、170~180度の油で揚げる
※出来上がったドーナツの上にきな粉を振りかけると、更にきな粉感UP!

※国際マメ年=国際年は国連が特定の事項に対する普及・啓発を呼びかける期間のこと(食糧以外にも有)で今年はマメ年。これまでにコメ年(2004)、ポテト年(2008)などがあった。昨年(2015)は国際土壌年だった。

北陸地方ではポピュラーな大豆製品。大豆を料理に使う場合は、一晩水に浸けて柔らかくする必要があるが、打豆はそのまますぐに使える上、10分程度で煮えるという。

「きな粉」は、津久井在来品種の特徴を生かした商品。きなこ餅などで使用する際は砂糖を通常より少なめにするのがコツとか。文教大学健康栄養学部の学生たちが考案したレシピもぜひ参考に(右横欄)。

他にも、座間や片瀬の豆腐店に卸したり、味噌作り用に大量購入する人が増えたりと、今では「足りないくらい」の人気商品だ。

売上金は、機械や備品の購入、加工費など

「毎年、去年より良いものを作ろうとメンバーで知恵を絞っています。これがまた楽しい。今年は3ト以上の収穫を目指します」と意気込む大貫さん。「次は大豆粉に挑戦してみたいですね」と目を輝かせる。

「大豆粉」は、煎ってから粉にするきな粉と違い、大豆をそのまま粉にしたもの。小麦と同様に料理やお菓子作りなどに使われ、糖質の少なさからダイエット食品としても注目を集めている。小ロットに対応してくれる製粉所探しが目下の課題だ。

ふれあいプレゼント 2月

プレミアム会員様限定プレゼント



■サイズ(本体):幅356mm×高さ520mm×奥行180mm
■重量:約5.2kg ■「高濃度プラスマクラスター7000」空中浄化&フィルター浄化
■おすすめ量数:約14畳

SHARP
空気清浄機
FU-E51-W

1名様

朝日新聞ご愛読者様対象の「プレミアム会員」制度
入会金・年会費無料!お申し込みは電話1本

朝日新聞
0120-033-084 (5時~20時)
※日・祝~17時
今お申し込みいただいても会員様限定賞品に応募できます!

プレゼント応募方法

ハガキに●ご希望の商品番号・商品名●お名前●ご住所●お電話番号●紙面に対するご意見・ご要望をご明記のうえ、左下の応募券を貼って下記あて先までご応募ください。

〒253-0044 茅ヶ崎市新栄町1-14 ふれあい朝日編集部



http://www.shonan-sh.jp/company/

アクセス 「ふれあいPresent応募はこちら」バナーをクリック
必要事項明記 確認

応募締切
2/6(土)
必着

331号応募データ 応募総数353名!

1 ふれ朝編集部厳選!朝日新聞お楽しみ袋	120通(5%)	1 CANON コンパクトデジタルカメラ	63倍(1%)
2 CANON コンパクトデジタルカメラ	63通(1%)	2 ふれ朝編集部厳選!朝日新聞お楽しみ袋	24倍(5%)
3 109シネマズ湘南平日映画鑑賞券	41通(5%)	3 109シネマズ湘南平日映画鑑賞券	8.2倍(5%)

2 リバプール国立美術館所蔵
英国の夢
ラファエル前派展

※詳細は2面案内
をご覧ください

5組10名様



ジョン・エヴァレット・ミレイ「いにしえの夢
西郷を渡るイサ・プラス卿」 1856-57年
油彩・カンヴァス © Courtesy National
Museums Liverpool, Lady Lever Art Gallery

3 クック マグカップ
「とことこ湘南」キャラ
クター、クックのオリ
ジナルマグカップで
す。(非売品)

素材:陶器
サイズ(約):直径82mm×
高さ95mm



デザイン
5名様

4 朝日ビジュアルシリーズ
週刊 仏教新発見[改訂版]
創刊号「法隆寺」

20名様

最新研究と撮り下ろし写真で古寺の魅力を
「新発見」。創刊号は法隆寺再建の謎に迫る。
瀬戸内寂聴氏ほか豪華執筆陣による連載も。

5 湘南とうきゅうパウル
1ゲーム無料券(×4枚)

10組40名様

平成28年3月31日(木)迄有効(貸靴代別途320円)。ガ
ターなしに切り替え可能な「ノンギターシステム」は
お子様のボウリングデビューにもぴったり!

6 イオンシネマ茅ヶ崎
映画鑑賞券

5名様

平成28年4月28日(木)迄有効。3D作品の追加料金は
発生しません。作品によってご利用できない場合有
(4面上映案内参照)。※ペアチケットではありません。

7 シネプレックス平塚
平日映画鑑賞券

10名様

平成28年4月28日(木)迄有効。平日のみ利用可。作品
によってご利用できない場合有(4面上映案内参照)。
※ペアチケットではありません。

8 109シネマズ湘南
平日映画鑑賞券

5名様

平成28年3月1日(火)~4月28日(木)迄有効。平日の
み利用可。作品によってご利用できない場合有(4面
上映案内参照)。※ペアチケットではありません。

332
ふれあい
プレゼント
応募券