

## ＜意見交換会概要＞

### ・土井先生の話

みなさん、お疲れ様でした。各班大きなキャベツを2玉ぐらい調理していただいたので、楽しみにしておられたキャベツ畑には残念ながらいけませんでした。畑でなく調理室でキャベツとしっかり格闘していただけたと思います。

今日は、キャベツそのものの味を感じながら食べていただきたかったので全体に薄味にしています。また、キャベツの食感の違いも感じて欲しかったので、しっかり煮込んだ物、さっと煮た物、生でパリパリのもの、漬物にして柔らかいもの、いためた物、味も和風、洋風、中華風といろいろしました。手間隙かけて生産者の方が作られたおいしいキャベツをつかっているの、おいしいキャベツ料理ができてと思います。

おいしい上に、今日のキャベツは、採りたてなのでビタミンもたっぷり含まれています。野菜は畑から採って時間が経つと自分が生きていく為に水分や栄養分をつかってしまいます。今日は取り立てのキャベツなのでしっかりビタミンも摂取できてます。楽しみながら食べてください。

### ・今日のレシピ紹介

#### ・生産者の話

##### 【キャベツ生産者】

今日、キャベツと一緒に収穫できたら楽しかったが、あいにくの天気。昨日は良い天気だったのに、この中にだれか雨女雨男がいる。朝から大雨で残念。(収穫)体験はされなくても、食味は変わらない。採りたてのキャベツ、今日はキャベツづくしということで、私も初めてこのキャベツのハンバーグやスープを食べさせてもらった。普段は、スライスしてマヨネーズをつけて、または卵と一緒に炒めて食べる。今日はスープやサラダなどで色々な食材と混ぜて料理しており、案外おいしいと思った。料理をするのも大変だが、キャベツを作ることも大変。

今日のキャベツは、8/11に植えたもの。それから3ヶ月かかりあのような大きさになった。あなた方が大きくなるのも一緒に、小さいときから育てようやく成人して食べられるようになる。あなた方の親御さんも一生懸命あなた方を育ててきた。キャベツを育てることもそれと同じこと。今後食べる時も育てるのは大変だなあと苦勞を感じながら味わって欲しい。そうすればなお美味しいと思う。

##### 【キャベツ生産者】

野菜作りは、やはり天気が相手なので大変。あまり天気が良すぎてもいけないし悪くてもいけない。

##### 【ブロッコリー生産者】

今日の料理に使ってあるブロッコリーは私が生産したもの。7/10には種し9/5に定植した。今年はあれほどの猛暑の中育てた。植えたばかりでもすぐにしおれてしまう様な状態の中で作り上げた。私は手を掛けて生産している。全くの無農薬とは言わないが、98%くらいの無農薬に近い仕事をしている。だからこのブロッコリーも安心して食べて下さい。1度だけ農薬を使っているがそれ以後は使っていない。農薬を使っても、100%虫がなくなるわけではな

く、何%かは虫が残る。残った虫は家内が手で取っている。これが実は一番効果がある。なぜならば 1 匹の虫がどれだけ卵を産むかということ。農薬で虫自体は死んでもその前に葉の裏に産み付けていた卵には農薬は効かない。残った卵が何日か経ち目立ち成虫になる。これを家内が殺している。だからそういう面では自信満々です。こんな風に作っていますので、安心して食べて下さい。

### 【にんじん生産者】

みなさんいろいろ野菜作りのことを言われた。私は、何よりうれしいのはこうして若いみなさんと一緒に食べられること。

### 【団体職員】

今日の赤いパプリカは、出雲市内にある JA いずも農業法人アグリ開発の生産者が丹精込めて作ったものです。現在、約30アールのハウスで周年栽培が行われています。

地元産の新鮮な野菜の一つとして今後もよろしくお願い致します。

### 【かぶ生産者】

今年の1月から農業を始めた。農業 1 年生で、家庭菜園程度だが、農業って本当に楽しいですね。今日のカブは、ストチュウしか使っていない。

### 【水菜生産者】

みなさん今日は大変ご馳走様。一緒に食べさせていただき感謝。私どもはもともと養鶏農家だった。平成 13 年に養鶏場は閉めた。それからは健康作りも兼ねて、野菜作り一筋。野菜作りを始めて 10 年経ち本格的に誇れる野菜が作れるようになった。農業関係の書物を読み研究を重ね日々努力をしている。みなさんに来て見てもらいたいぐらい素晴らしい菜園ができあがっている。今日の水菜は、無農薬でうちで作ったもの。鳶巣地区は、朝市を始めみんなが和やかにやっている。安心して野菜作りができうれしく思っている。近くに出雲キャンパスもできて誇れる鳶巣地区である。今後も一生懸命に野菜を作りますので、みなさん食べて下さい。

### 【だいこん生産者】

今日の大根は、私のところの 78 才になる義母が老体にムチを打って一生懸命作ったもの。私の嫁に行った娘は、スーパーで売れている誰が作ったかわからない野菜より里のおばあちゃんがほとんど農薬を使わずに作っている野菜がいいからと、孫に食べさせている。私も野菜を少しずつ作っているが、なかなか思うようには育たない。

### 【にんにく生産者】

ほとんどの野菜を作っている。夏の間は、トマト・きゅうり・キャベツ・レタスなどを作っている。ニンニクは、10 月に種をまき、収穫は5~6月頃。今はようやく目が出たところ。今日のニンニクは保存していたもので、あまりいいものではないが、選別してできるだけいいのを出した。私も年齢がだいぶ高くなってきたが、あらゆる野菜を趣味とぼけ防止を兼ねて、また少しの実益も兼ねてがんばって作っている。

## ・参加者の声

### 【学生 2年】

食べ出すと止まらないほどおいしく、おいしさを感じながらいただいた。野菜づくしでうれしかった。丹精込めて一つ一つ丁寧に作っておられるとこんなに野菜はおいしいのだと実感した。今日は限られた時間の中で、楽しく料理ができた。下準備もしていただき、野菜も生産者のみなさんに用意していただき、そういったみなさんの力が集まったからなのだとかみしめながらいただいた。これを今後自分一人でできるかは正直自信がない。普段は、まずしい一品料理しかないような食事しかしていないが、これからは今日の献立を思い出し少しずつ努力して、自分の食生活をもっと元気がでるものにしていきたいと思った。ありがとうございました。

### 【学生 2年】

普段は料理をすることがなく、野菜の料理の仕方もあまり分からなかったが、今日の実習を参考にどんどんチャレンジしていきたい。ありがとうございました。

### 【学生 2年】

おいしい野菜をありがとうございました。とてもおいしくいただいた。自炊をすることがあるが、味付けを濃くしてしまい、野菜本来の味を味わっていなかったと実感した。ブロッコリーにはいつもはマヨネーズをいっぱい付けているが、味付けなしで今日は食べた。野菜本来の味を感じ、ブロッコリーってこんな味だったのだと思った。農家の方はなるべく農薬を使わないようにこだわりを持って野菜作りをされているのだと思った。農薬を使えば楽にできるがそうではなく、使わない努力をして心を込めて作っておられるのだとありがたい気持ちになった。

### 【学生 2年】

久しぶりにこんなに野菜が食べられてうれしかった。一人暮らしで、野菜といえばキャベツの千切りくらいで、食事一品しか食べていないので栄養面が偏ってしまうことを気にしている。こうしてみなさんが作って下さる野菜が食べられ、今日は本当にうれしく思っている。野菜は健康にいい、そんな野菜をみなさんが苦労して作って下さり自分の体が育っていると考えると本当に感謝の気持ちがあふれて、うれしく思っている。野菜作りの苦労を聞き、そのことを思い感謝して食べるとさらに野菜がおいしくなる。今日はみなさんと一緒に調理したり、食べたり、話したりできて本当にうれしかった。

### 【学生 3年】

今日は本当にありがとうございました。農業体験ができなかったのが残念。生産者の話を聞き、普段は何気なく野菜を買っているが、あらためて感謝の気持ちが持てた。

### 【学生 3年】

キャベツの収穫を体験してみたかった。地域の野菜を作っておられる方の話を聞くというのは初めてのことだった。地域の方がこの様にして作っておられるのだと知り、野菜を身近に感じられた。この様に一生懸命作っておられるみなさんのお蔭で、私たちはおいしい食事ができるのだと思い感謝の気持ちでいっぱいになった。来年からは地域で実習させてもらうので、またみなさんにお世話になるのでよろしくお願いしたい。

### 【学生 公衆衛生看護学】

今日は本当にありがとうございました。去年まで外国に行っていたが、一番感じるのは、野菜の味が日本と全然違うこと。私が行っていた国は開発途上国で、アメリカのような野菜の育て方をしていた。毒マスクのようなものを付け全身を防護服で被って農薬をまいたり、ヘリコプターで散布していた。それを見て野菜が怖くなり、生では食べられなくなった。日本の野菜は調理しなくても、そのままでもとてもおいしく、世界一だとあらためて思った。いろんなお話を今日聞かせてもらい、感謝しながらいただいた。これからも健康に気を付けて野菜作りをしてほしい。

### 【学生 公衆衛生看護学】

今私は鳶巣地区で実習をさせてもらっており、朝市にも行かせていただいた。その時に初めて鳶巣地区の野菜を買わせてもらい食べたが、スーパーで買った野菜と味が全然違うなど感じた。実家では米を両親が作っていて、今年の秋初めて収穫を手伝ったが、腰への負担や炎天下の作業のつらさを実感した。みなさんが汗水流してこうして野菜を作って下さり、おいしい料理が食べられてうれしく思う。

### 【学生 公衆衛生看護学】

実習でも鳶巣地区のみなさんにはお世話になっている。普段野菜を食べることは多いが、今日はキャベツづくしのレシピで、ハンバーグにキャベツを入れたら、すごくジューシーでおいしいのだと食べながらあらためて感じたり、サラダにもこういう使い方をすればおいしいのだということや、味付けがなくても工夫次第で野菜そのものの味がおいしくなることがわかった。家では祖母が米と野菜を作っているが、私は食べるだけである。その裏には、生産者の方の苦労や思いがあることを思い返し、これから普段の食事を味わいたいと思った。

### 【学生 公衆衛生看護学】

朝市にも何度も行っていたが、ゆっくり話を聞かせてもらう機会はなかった。今日はそのご苦労や、汗水流して長い期間かけて作っていただいていることがわかり、いい機会となった。私は野菜が苦手な方なので、買うのもキャベツなどの料理しやすいもの、食べやすいものばかりだったが、今回こんな風にたくさん野菜を使った料理を教えて頂いたので、これからはもっと野菜を食べていきたいと思った。

### 【大学職員】

いつも鳶巣地区のみなさんには本当にお世話になっており感謝している。大学では今、朝食会をしており、鳶巣地区の野菜をたくさん使わせていただいている。アンケートで、学生から「野菜が本当においしかった。」「朝からこんなにたくさん野菜が食べられてうれしい。」という感想が上がっており、感謝申し上げたい。

私自身としては、普段自分もこんなに野菜を使って料理していないので、目から鱗であった。ハンバーグの中にキャベツを入れる土井先生のアイディアも今後参考にさせていただきたい。生産者の、いろいろなご苦労や楽しみがある中で作っておられることがわかった。これからの冬野菜もみなさんのご苦労を思い浮かべ、かみしめて食べたいと思う。