

一杯の味噌汁プロジェクト



代表者 小山明子
 住所 017-0046 秋田県大館市清水2丁目3-77-16
 活動内容 農業体験 調理体験 食事体験
 電話番号 080-1823-5303
 e-mail misoshiru.akitaアットマークgmail.com
 (アットマーク部分を@に変えてください)
 URL <https://www.facebook.com/misoshiru.akita>

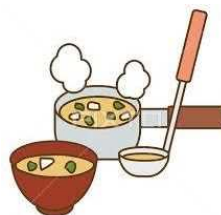


優しさを伝える味噌汁

秋 田に帰り子宝にも恵まれて、何気ない日常の中で子育ての最中、東日本大震災が発生しました。激しい揺れに襲われ、停電も発生し、コンビニやスーパーなどの生活物資も在庫薄になるなど混乱の中で過ごしている中で、連日テレビに映し出される被災の様子を見たときに、この子ども達も自分の努力だけではどうすることもできない世の中

に巣立って行くかもしれないという漠然とした不安に襲われ、いずれは家庭を築いて家族を守って生活していくこの子ども達に、なにがあっても生きて行けるように、「一人の母親としてこの子ども達をどう育てて行ったらいいのか。」ということを考えました。

導 き出した結論は、『生きて行く根幹である「食のこと」を子ども達にしっかり伝えて、「自律」を身に付けてあげる家庭教育を重視して三人を育てよう。』ということでした。このことが食育の活動を始めるきっかけでした。それから、さまざまな食育の資格を取得して活動をしているところです。



一杯の味噌汁に込めた思い

私 も母や祖母が作った味噌汁をいただいて育ったので、味噌汁というと、言葉にできないくらいに「ほっ」とするものだったり、家庭の味だったりするんです。味噌汁って自分のウチの味が基準になっていませんか、友達の家の味噌汁はちょっと違ったというように不思議な日本の伝統食なんです。

家族から守られているとか、ちょっと安心するとか、愛されているということが全部溶け込んでいるのが味噌汁なんだと思います。そういう優しさを伝える子育てをしたいということで味噌汁に辿り着きました。

家 味噌汁は、家族の愛情が込められたオンリーワンのごちそうなんです。



小山さん Profile

小山明子
 さんは秋田県の大館市で暮らしている3人の子どものお母さんです。



いまでは食育の活動をしている小山さんですが、音楽の仕事をしていた時代には、連日の徹夜もあたりまえの世界で、もともと料理の腕に覚えがあったにも関わらず、その腕を振るう場面もなく、仕事ファーストの生活を送っていましたが、そこで生涯のパートナーと知り合って秋田に帰って来しました。

いんぷおめーしょん

味噌造り教室 (幼稚園・小学校)

味噌造りの出前教室。地域の食文化や食への関心を育てます。

年間5件程度の出前教室を予定しています。

味噌汁教室

味噌汁を中心にした一汁一菜の料理教室。地域の食材や季節の食材で味噌汁を作る楽しさを発信します。



一杯の味噌汁プロジェクト

現 在、一杯の味噌汁プロジェクトは10名の協力スタッフで、秋田県大仙市太田町で活動する「太田・一杯の味噌汁プロジェクト」、秋田県秋田市で活動する「秋田市本部」、長野県長野市で活動する「信州発！一杯の味噌汁プロジェクト」が、味噌汁を見つめ直すことで、「食の大切さ」「命の大切さ」を次の世代に伝えることを目的に活動をしています。



育てよう味噌汁！ 農業体験 食育塾 &味噌汁教室

原料の大豆を育て、味噌を造るまでの一連の流れを体験できます。

実施年：2017年～2018年

実施場所：秋田県湯上市天王

安田農園／天王公民館

実施時間：9時50分～13時30分

第1回 6月 4日（日）

大豆を植えよう！

第2回 9月 9日（土）

枝豆の収穫・試食会

第3回 12月 9日（土）

大豆の収穫・脱穀体験

第4回 2月 3日（土）

味噌造り・豆腐造り体験

第5回 3月24日（土）

エンディング交流会

各回とも15世帯30名程度募集します。昼食は参加者自身でおむすびと味噌汁を作ります。

年会費 一世帯3,000円

年間参加権利、味噌1kg程度、特別食育講座の参加費割引などがあります。

各回参加費 一人500円

食育塾は毎回フェースブックで報告しますので、「一杯の味噌汁プロジェクト」で検索して下さい。



各種イベント・セミナーへの一杯の味噌汁プロジェクトブースを出展して、味噌ボールのワークショップや販売、味噌汁の試飲などで、味噌汁のPRをします。

味噌ボールのワークショップや販売、味噌汁の試飲などで、味噌汁のPRをします。

開催時期、開催場所などはURLで確認してください。

一杯の味噌汁プロジェクトの事業については、一杯の味噌汁プロジェクトのホームページ、フェイスブックでご確認ください。

なお、詳しくは、e-mail若しくは電話でお問い合わせください。

味噌造り 出前教室

ごはんと家族の愛情が込められた味噌汁の大切さとおいしさ、そして私が暮らしている地域の食材の豊かさや美味しさを子ども達につなげていくために、食生活の必須アイテムとして食卓を支えている味噌汁をシンボルとして、小学校での農業体験、保育園・保育所での味噌造り出前教室などで命や暮らしを思う気持ちを伝える活動を続けて5年目に入りました。



農業体験 食育塾

昨年度（2016年度）は、それまでの活動に加えて、一般の方々を対象に、大豆を植えるところから、味噌汁が出来るまでの過程を体験する農業体験食育塾「大豆のすすめ～育ててみよう味噌汁～」と味噌汁料理教室を9回に分けて開催し、各回とも家族連れや味噌に関心がある人たちが集まり盛況を得ました。



味噌汁と お寺と寺飯

もう一つは、秋田市の東泉寺さんから協力をいただき、日本の魅力を再発見し、日々の暮らしに感謝を捧げるイベント「日本の心～味噌と寺～」を開催したことです。このイベントは、座禅会に始まり、寺飯(昼食会)ではご住職様から食事への向きあいかたやお箸の作法について感慨深いお話を頂戴したり、味噌の歴史や修行中の食事について禅僧食器などをご紹介頂きながら内容の濃い座談会となり、毎日何気に食べている食事が本当にありがたいものだとし清气持ちになりました。



全国縦断 お椀の旅

「繋ぐみそ汁！全国縦断お椀の旅」は、2015年3月30日に小山さんの手から全国を縦断する「お椀と箸」が放たれて、秋田～山形～長野～東京～神奈川～栃木と手渡され、その都度フェイスブックで味噌汁が紹介されています。お椀は秋田を代表する川連（かわつら）漆器です。

現在は、栃木県宇都宮の吉田さんが50人目でアップしています。「繋ぐみそ汁！全国縦断お椀の旅」で検索して見てください。



これからの活動

い ろんなところから声を掛けて戴くようになり活動の幅が広がって来たことやイベントへの出展が多くなりました。活動の機会が増えたことはこの活動が知られてきたと喜んでいますが、活動で使用する備品の整備や支援スタッフや消耗品の経費など、活動資金の確保が課題となっています。手弁当のボランティア活動では限界がありますので、スポンサーの募集や行政・企業の補助金などの勉強もしなければと思っています。

味 噌汁にこだわり、味噌汁がある食卓と家族の温かさが世代を越えてつながって行くように活動を続けて行きたいと考えています。



編集雑記

食 育は、食材や調理、食べることなどの知識や技術を身に付けることですが、小山さんは、こうしたことに加えて、食育を味噌汁を

通して食卓を囲む家族という視点からも話しをされます。その話を聞いているうちに、単身の身にとっても、たまに帰ったときの妻が作る味噌汁と御飯を家族で囲む食卓は、自分にとっても世の中で「ほっ」とする場所のひとつに入りました。

そこから、「家族で囲む食卓を大切に、しっかり食べる」ということを次の世代へ伝えていくという思いの強さを感じました。(I & G)