



「田一枚植て立去る柳かな」(芭蕉) いにしえの田舎地を訪れた芭蕉は、のどかな田植え風景を眺め、つかの間の旅の疲れを癒したのでしょうか。

さて、農業委員となって一年が過ぎようとしています。様々な研修会等に参加し、女性委員としての役割や活動について勉強させていただいています。さらに県内の女性委員の方々の家族経営協定の推進や担い手の育成、農地の有効利用促進などの活力ある活動はたいへん参考となります。私達も目標としている食育活動を日々進めていきたいと思っております。

そこで今回は、柏台の「MAN IWA FARM」を訪れ、昔ながらの簡単なチーズ作りを体験しました。地元の小・中学生4人が

一緒に参加してくれました。摩庭委員の指導の下、使用する食器の念入りの消毒にビックリしながら調理を始めました。調理の合間には、摩庭委員から牛乳が出来るまでに多くの人が係わっていることや、乳牛の命を守るためには沢山の物の命が与えられている事などの話があり子供達は真剣に聞き入っていたのが印象に残りました。

チーズの硬さを調整するのに酢の量が微妙に影響するようです。子供達もおそろおそろ鍋に酢を入れ、混ぜ合わせながら作りました。初めて食する出来立ての温かいチーズを美味しい美味いと言っていました。ワサビ醤油を付けて食べると酒のつまみに最適だそうです。チーズが固まる間、子供達に今日の感想を聞いてみました。「簡単に出来たので楽しかった」、「牛乳ができるまでたくさんの方が関わっているんだなあと感じた」など、満面の笑みで答えてくれました。今日の体験が、将来のものづくりに少しでも興味を持ってもらえる一助になれば幸いと思います。固まったチーズを手でチーズ作り体験を終りました。今回の食育活動に協力いただいた方々に感謝いたします。

物を作り、毎日食する事ができる事の大切さを、そして食と農を通しての命の大切さを、食育活動を推進するなかで子供達に少しでも伝えられたらと思います。



パニールチーズ(ナチュラルチーズ)

●材料
牛乳 3ℓ 酢 適宜

●作り方

- ① 鍋に牛乳3ℓを入れ火にかける。
- ② 沸騰直前(小さな泡が出始めたら)火を止める。
- ③ 酢を適宜入れながらかき混ぜる。固まり具合を見ながら酢を足す。
- ④ 固まりかけのチーズを網ですくい、水切りザルにあける。30分程度水抜きをする。しぼった汁(乳清)は後で使用するので捨てない。
- ⑤ ラップの上にキッチンペーパーを敷き、しぼったチーズをザルからあげて形よく包み込む。
- ⑥ 冷蔵庫で一時間程度冷やして出来上がり。

◎ しぼり汁(乳清)は、みそ汁やシチューに使うと抜群です。

編集後記

編集委員 高柳文浩

今年も田んぼが美しい緑色となりました。これから田んぼの草刈作業など、いろいろと忙しくなりますが、農作業でケガのない様、気を付けて作業を行ってください。私自身も2月末にケガをしてしまい、家族や周囲の人にたいへん迷惑を掛けてしまいました。作業事故は一瞬で起きてしまいます。農作業死亡事故で一番多いのは、農業機械作業中のものです。なかでも、トラクターの転落や転倒、次に回転部等への巻き込まれ事故です。年齢別では、65歳以上の高齢者による事故が大半です。

今の農業は、たいへん厳しい状態にあります。健康でなければ農作業をすることができませんので、年に一日は健康診断を受けるようにして自分の健康状態を把握し、また、作業事故を起こさないよう頑張っていたきたいと思います。

編集委員長 大島 芳子
編集委員 高柳 文浩

大平 康市
松浦 一雄
摩庭 令子
池澤 敬子