

つながる心・広がる力
JAXあおぞらが贈る情報マガジン

喜楽

2014. October Vol. 10

野菜を作ろう！

～今回はハーブをピックアップ～

レポート

プランターで気軽に 暮らしを豊かに

この表紙の野菜は何でしょうか…？





プランターで 楽しむハーブ

町内で家庭菜園を楽しむ女性を紹介する「野菜を作ろう」
今回は吉村地区の岡留淳子さんの登場です



「ほんとは畑があつたらいいんですけど」土はホームセンターで腐葉土や野菜の土、おからの中など買って「適当に混ぜてます(笑)」マイブレンドで土を作っているんですね。お世話大変じゃないですか?「朝と夕方に水やりするくらいです。たまに夕方の水やり忘れます(笑)」ハーブは強いそうです。

「こんなので大丈夫ですか?」と淳子さん。通してもらうと見事なハーブ園と化したベランダが。元々、お料理やお菓子作りが大好きで「ちょっと使いたいな」という思いでミント・ローズマリー・オレガノ・タイムを10年ほど前から育て始めたのがきっかけだそう。今では、スペアミント・オーデコロンミント・ローズマリー・タイム・パセリ・バジル・シソ・サンショウ・トウガラシなどを栽培。

育てるハーブ

実はJAには、県堆肥コンクールで優秀賞を受賞した「まごころ」という完熟した堆肥もあります。



美樹ちゃんも水やり手伝います♪

ハーブの魅力

「青々と茂っているのを見ると嬉しくなります。ハーブは手軽に育てられるし、使い勝手もいいし、香りもいいし」と淳子さん。日々忙しくしているときも、緑にとても癒されるそうです。ハーブを育て始めたのは、お料理に使いたいからというちよつとしたきっかけでしたが、今では日常の一部に。秋の季節は、ハーブの植え付け、種まき、挿し木に適した時期のようです。育てる楽しみ・収穫の楽しみ・見る楽しみ・芳香の楽しみ・食べる楽しみなど楽しみも盛りだくさん。ハーブはさまざまな形で私たちの暮らしを豊かにしてくれる植物のよう。ハーブ栽培、とてもオススメです。



手作りのゴマケーキ。
ミントを添えて。シフォンケーキやデコロールなど、美樹ちゃんと一緒に作ります



ミントは洗面所やトイレに飾ることも。香りもいいし、見た目にも爽やか。葉っぱがたくさん採れた時は、ハーブティーにもするそうです



これからもハーブと

お料理やお菓子作りが得意な淳子さん。これからもいろいろな種類のハーブなどを栽培したいそう。そして、「さらに研究してからですけど」と、ある夢を胸に秘めています。「全国にあるんですけど、認知症の方を抱える家族が集まって、お互いに話をしたり聞いたりできるような、ほつと一息つける場所、子育て中の人たちが、子どもを遊ばせながら自分たちもくつろぎ楽しめる場所、そんな場所を提供できればいいなと思っています」実は淳子さん、福祉関係のお仕事をされて20年近くになります。これまでのお仕事の経験と大好きなお料理やお菓子作り、そしてハーブを活かした夢が、いつか実現するといいますね。



「子どもにはなるべく手作りのものを食べさせたいです」

がんばれ！



鹿児島ユナイテッドFC
KAGOSHIMA UNITED FC



J Aあおぞらは
鹿児島ユナイテッドFCを応援しています。

淳子さんちのハーブ

食べたり 飲んだり 観賞したり 香りも楽しめます



■バジル

たくさん採れたときにペースト状にして冷凍保存。ピザの仕上げにパラパラ乗せるだけでも味が全く違います。



■ローズマリー

お肉に塩、胡椒、オリーブオイルと一緒に揉みこみ、少し時間をおいてから焼くと一味違います。



■ミント

オーデコロンミント(左)とスペアミント(右)。洗面所やトイレに飾って楽しめます。たくさん採れたときはミントティーにすることも。



■インドネシアのトウガラシ

淳子さんのベランダは多国籍でした!! ココナッツミルクとカレー粉でグリーンカレーを作るそう。



■シソ

鶏肉、ベーコンなどとミキサーにかけ、ラップで棒状に形を整えてから蒸すと、手作りソーセージの出来上がり。



■サンショウ

知り合いの庭に5~6cmの小さな芽がたくさん出ていたのをもらい、今では15cmくらいに。炊き込みご飯によく使います。

JAは協同組合だから組合員しか利用できない、JAだから農家しか利用できないと考えている人は意外に多いようです。実際のところ、農家以外の方にとってはまだまだなじみ薄いのかも知れません。

JAは、農家でなくても、組合員の方でなくても、サラリーマンの方、主婦の方、老若男女、どなたでもお気軽にご利用頂けます。

これからもJAあおぞらでは、地域の皆さんとの結びつきを大切にしながら、地域の協同組合として、皆さんの夢や幸せ作りのお手伝いさせて頂きます。

※業務の一部について、出資をして頂くことが条件となる場合があります。

発行元

あおぞら農業協同組合 企画管理課

〒899-7402

志布志市有明町野井倉1373-1

TEL 099-474-1211

FAX 099-474-1218

表紙の写真は、バセリが正解でした