

人と野菜を育てる

地産地消の ススメ

こばと農園 代表
さいたま有機都市計画 代表
田島友里子さん

PROFILE

田島友里子さん(36)

浦和区在住。大学卒業後、北海道で農業研修を経験。夫の実家のあるさいたま市で就農すると決め、県農業大学校(有機専攻)を経て平成28年、こばと農園設立。



さいたま有機都市計画
SAITAMA ORGANIC CITY PLANNING

緑区内の見沼田んぼにある「こばと農園」で有機農業を営む田島友里子さん。

農園の理念の一つは「さいたま市での地産地消」です。農業と市民の接点を作る活動について聞きました。

生産と消費が近い
恵まれた環境

地産地消に力を入れている
そうですね。

1.7ヘクタールの農地で野菜を30品目ほど作って、直売所で販売したり、お客さんとの距離が近いので、自分で宅配をしたりしています。宅配便を使う必要がないほど消費者との距離が近いということは、農家と消費者の双方にとっていいことですね。消費者にとっても、すぐ近くで育った新鮮な農産物を手軽に手にできるし、畑にすぐ来られて、農家と顔を合わせることもできますから。

ここ見沼田んぼは、浦和や大



さいたま有機都市計画は、市近郊の有機農家グループです。気軽に有機農業に関わりたい方をサポートメンバーとして募集中。今後の活動予定など詳細はホームページやInstagramへ。

もう一つは、有機農業に関わる人を増やしたかったんです。農家グループながら、名称にあえて「農」という字を使わないのは、このためです。有機農業に関心のある人から新規就農の希望者まで、たくさんの人に関わってもらいたい。こう考えて農家だけでなく一般の方にも、サポートメンバーとして活動に参加してもらっています。

有機農家でグループを作っているそうですね。

「さいたま有機都市計画」という

有機農家でグループ結成

宮から車でわずか10分の距離に、豊かで広大な農地が広がっています。私は三重県生まれで、北海道で農業研修を受けたのですが、こんなに恵まれた環境で農業をできることをすごくラッキーだと感じています。

グループを令和2年に結成し、その代表を務めています。さいたま市を有機農業で盛り上げようとマルシェなどのイベントを開いて、今年秋には、さいたま市でも第1回目のオーガニックフェスをやります。結成の理由は二つあります。一つは、新規就農者の3人に1人は有機農業を選ぶくらいなのですが、1人で孤軍奮闘している人が多いんです。集まって情報共有したり悩みを話し合ったりするだけでも、プラスになるのではと考えました。

今後の目標は何ですか。

農家と消費者ハッピーに

今後、農家と食べる人の間の壁が取り払われて、双方のコミュニケーションができるようにしていきたいですね。

食べる人と作る人が、こんなに近いなんて、相当恵まれています



Bibliのマルシェに参加します

6月5日(日)に「Bibli(大宮区高鼻町2-1-1)」でのマルシェに参加します。

地産地消で地元を盛り上げよう!

さいたま市には首都圏の中でも貴重な緑地空間が多く、大規模な農地が広がっています。総農家数は2,998戸(令和2年)で県内第1位です。コマや野菜、花卉などさまざまな作物が生産され、小松菜や里芋、さつまいもは、県内でも有数の生産量を誇っています。

ただ、近年都市化が進み、残念ながら農地も農家数も著しく減ってしまいました。困難に直面する農業を振興するため、本市は「農と都市がともに支え合うまちづくり」を目指しています。農業が課題を抱える今だからこそ、農産物を地元で消費す

る地産地消が大切になっています。地産地消には輸送によるコストや環境負荷を抑え、地域内の経済循環を生む効果もあり、世界共通の目標であるSDGs(持続可能な開発目標)の達成にもつながるのです。地元の農産物を手にとることで、生産者を支えつつ、農業、ひいては持続可能な社会の構築に貢献しませんか?



毎月19日は「地産地消の日」

Petit Marche

さいたま市 プチマルシェに行こう!

市では、毎月1回市内の農家さんによる市内産農産物プチマルシェを開催しています。とれたて新鮮な農産物を買うのはもちろん、美味しい食べ方や長持ちさせる保存方法など農家さんと直接話せるチャンスです！ぜひ、会場にお立ち寄りください。

市内の農産物 実はこんなに種類が豊富!



初夏～夏が旬の農作物



梨

時期| 8～10月



じゃがいも

時期| 6～7月



ねぎ

時期| 6～9月



きゅうり

時期| 6～9月



とまと

時期| 6～8月



なす

時期| 6～9月



えだまめ

時期| 6～9月



とうもろこし

時期| 7～9月



ブルーベリー

時期| 6～8月

	米		まつまいも		切り花		たまご
	こまつな		その他の野菜		茸類		いちご
	さといも		ぶどう		茸類		ふた
	コーロコリ野菜		くり		樹木		おニシロコ
	「おい」		なし		乳牛		農業振興地域

家の近くの直売所や
観光農園を調べよう!



WEB版も!



市で毎年発行している「トレトリ」には市内の農業情報がまとまっています。近くの直売所や観光農園で旬の食材をゲットしよう!

配布場所: 各区情報公開コーナーなど

プチマルシェの情報はこちら!

昨年度は一部の区役所などで開催しました。開催日や会場が決まったら、市ホームページなどでお知らせします。

開催日や会場を
チェック



過去に開催したプチマルシェでは、新鮮な野菜を求めて多くの人に賑わいました



市ホームページ



市農業政策部
Twitter

地産地消
で
食育を楽しもう

さいたまの旬の野菜を食べよう!

市内で採れる旬の野菜を使った地産地消レシピを紹介します。
見て楽しい、食べて美味しい、地域応援をはじめましょう。

さいたま産野菜をつかった

「食育なび」にも掲載!

焼き野菜のバーニャカウダ



材料(4人分)
野菜……季節のお好みのものを
お好みの量で
バーニャカウダソース
塩辛……50g
豆乳……50cc
マヨネーズ……大さじ4
オリーブオイル……大さじ2
にんにく……お好みで

作り方
1 お好みの野菜をグリル又は蒸す。
2 塩辛、オリーブオイル、豆乳、すりおろしにんにく、マヨネーズを入れてバーニャカウダソースをつくる。*泡立て器でもいいですが、もしあれば、ハンドブレンダーで攪拌すればより滑らかになります。
3 野菜と盛り付けたら完成。

ポイント
上手しやすい塩辛を使うことで、アンチョビを用意しなくても美味しく楽しめます。
簡単美味しいソースで体によい季節の野菜をたっぷり楽しみましょう。

レシピ提供：齋藤聡子

春野菜のクリーム煮



材料(4人分)
ベーコン……12g[1cm短冊切り]
鶏肉(小間)……80g
植物油……適量
食塩……適量
白こしょう……適量
白ワイン……適量
たまねぎ……120g[角切り]
じゃがいも……160g[角切り]
にんじん……40g[いちょう切り]
キャベツ……120g[短冊切り]
アスパラガス……20g
[2cm斜め切り]

ルウ
バター……8g(小さじ2)
植物油……6g(大さじ1/2)
薄力粉……16g(大さじ2弱)
チキンガラスープ……40g
水……40g
白ワイン……適量
ローリエ……適量
牛乳……120g
食塩……3g(小さじ1/2)
白こしょう……適量
プロセスチーズ……12g

作り方
1 バター、油を熱し、薄力粉を入れ、滑らかになるまで混ぜてルウを作る。
2 アスパラガスを下茹でする。
3 油を熱し、ベーコン、鶏肉を炒め、少量の塩、こしょう、白ワインをふり入れる。
4 たまねぎを加えよく炒め、じゃがいも、にんじん、チキンガラスープ、水を加え、あくを取りながら煮る。(水分少ないので注意)
5 白ワイン、ローリエ、キャベツを加える。
6 牛乳、ルウ、塩、こしょうを加える。
7 チーズ、アスパラガスを加えて仕上げる。

レシピ提供：市学校栄養士会 専門部(見沼区)

今月の表紙

さいたまは
農業に
恵まれたまち!
みんなで
地産地消を
はじめよう!



他にも地産地消のレシピを掲載しています

「さいたま市食育なび」は、本市の食育についての情報が分かるポータルサイトです。市内の農業の特徴や地産地消に関する情報が見られるほか、上で紹介したようなレシピ検索もできます。
詳しくは、健康増進課へ。 ☎ 829・1294 ㊟ 829・1967



地産地消料理を作ってシェア!

今月紹介したレシピなどを参考に各家庭で作った地産地消料理の写真を、ぜひ、InstagramやTwitterで「#市報さいたま」をつけて投稿してください。投稿された写真は、市公式Instagramなどで紹介します。

詳しくは、広報課へ。 ☎ 829・1039 ㊟ 829・1018

フォローしてね!



市公式 Twitter 市公式 Instagram

市報さいたまの感想を「#市報さいたま」をつけてTwitterで投稿してください!
市ホームページやはがき(〒330-9588 浦和区常盤6-4-4 広報課)でもお待ちしております。