

JAあづみ女性部 (伝統食サークル)

地産地消・食育活動を活動の基本とし、地域に根ざした活動をしているJAあづみ女性部。その中で、2020年6月に発足した伝統食サークルは、ハイジの里で行っている料理教室(あづみのキッチン)で、伝統食を伝えています。



JAあづみ
Instagram



JAあづみ
X (旧Twitter)



①伝統食サークルの皆さん
②③あづみのキッチンの様子

Interview



JAあづみ女性部
伝統食サークル部長
平林 悦子さん (71)

部 員同士でわが家の味を持ち寄り、味を比べながら、レシピ化して料理教室を行っています。昔ながらの味を継承しつつも、家庭で手軽に作れるように電子レンジなどを使い、伝統食作りのハードルを下げ

る工夫もしています。特に親子で料理教室に参加してもらい、旬の農産物を使った料理のレパートリーを増やしてもらえたらうれしいです。
料理教室へのご参加お待ちしております。一緒に楽しみましょう！

農村生活マイスター

農業の担い手として、また農産物直売所の運営への参画や農産物の加工、食や農業に関する体験の講師等に活躍している県の認定を受けた女性の皆さんの団体です。安曇野支部では、50代から80代までの約50人の会員が活動しています。



市YouTube
(かぼちゃ団子)



市YouTube
(やしょうま)



長野県農村生活
マイスター協会
facebook



①同支部穂高地域の皆さん
②南安曇農業高校生とのやしょうま作り
③豊科南小学校2年生とのまんじゅう作り

Interview



農村生活マイスター
安曇野支部代表
安田 洋子さん (70)

子 どもたちや若い世代に伝統食の魅力を伝えています。昨年は、市内の小中学校や南安曇農業高校でかぼちゃ団子や七夕まんじゅうなどの料理教室を行いました。レシピや作り方を教えるだけでなく、料理の由来や昔の暮らしなども伝え、積極的に

コミュニケーションをとっています。また最近では、動画やSNSで情報発信しています。お金を出せばなんでも手に入る時代だからこそ、手作りの良さや地域で受け継がれてきた素晴らしい食文化を伝えるため、これからも活動していきます。

―伝統食を次の世代へ―



新年お年玉企画

あなたの“わが家の味”教えてください！

お答えいただいた人の中から、市制施行20周年を記念して抽選で20人に「市内直売所の加工品セット」をプレゼントします。

応募方法

■郵送の場合

- ①郵便番号、②住所、③氏名、④電話番号、⑤わが家の味とそのエピソードを記入の上、ハガキで(〒399-8281 住所不要 安曇野市農業再生協議会 宛て)

■SNSの場合

市農業再生協議会Instagramをフォローのうえ、指定の投稿へコメント



市再生協
Instagram

当選発表

抽選の上、当選者には後日賞品を発送します。当選は発送をもって代えさせていただきます。

応募資格

市内に在住・在学・在勤の人

問い合わせ

安曇野市農業再生協議会
(事務局:農政課) Tel.71-2430

応募期限

2.28

※必着



農政課YouTuber

“さっちゃん”の作ってみた動画

郷土料理は食べるけど、作ってくれるのはいつもおばあちゃん…。自分で作って食べたらもっとおいしくなりそうじゃないですか!?ということで、今回作ってみたのは「やしょうま」。
絵柄は、花柄と〇〇〇柄!?
果たして上手に作ることはできたのでしょうか。



成功!? 失敗!?
ぜひご覧ください!!

農政課
さっちゃん



市YouTube

Column

昔ながらの知恵 ―凍り餅とSDGs―

表紙の凍り餅は、信州を中心に古くから作られてきた伝統食です。伝統食は、その土地の農産物を使い風土に合った料理が多いことから、昔から続く地産地消の取り組みです。地産地消は、運搬のためのエネルギーや二酸化炭素の排出量削減につながり、環境への負荷を軽減します。また、昔ながらの保存食は食品ロスの削減につながります。

昔の人は、日常の暮らしの中で自然とSDGsを実践していたんですね。



【作り方】
厳寒期の1～2月頃、切り分けた餅を一つ一つ障子紙で包み、ひもでつなげ、二晩水に浸した後、風通しの良い軒下で3カ月ほど干したら完成。4月頃から年中食べられます。

◀表紙と左の画像は、Vif 穂高の凍り餅づくりの様子



そば



おやき



かぼちゃ団子



野沢菜漬け

12月
師走



おしょいの実

11月
霜月



鯉のうま煮

10月
神無月



おはぎ

9月
長月



七夕まんじゅう

8月
葉月