

まんまじゃ!の ja じゃあ 歩こう

休日にはほっと一息、会津地域の隠れた名所やお散歩道を探って見よう



ご紹介するのは、三島町生活工芸館

暮らしの知恵や技を伝え、ものづくりを世を超えて守り続けていくために誕生した「三島町生活工芸館」。

編み組細工は豪雪地帯である三島町の冬場の手仕事として伝承されています。伝統を残していこうと昭和56年に生活工芸運動が始まり、昭和61年に三島町生活工芸館が完成しました。平成15年には国の伝統的工芸品「奥会津編み組細工」にも指定され、自然素材を用いたものが注目を集めています。町内には人口約1300人のうち100人以上の作り手があります。毎年3月に行っている全国編み組工芸品展をきっかけに、各地から工芸品が集まってきました。

編み組細工の歴史は縄文時代にまで遡ります。福島県内でも縄文中期(約4,000年前)の遺跡から編み組細工が発見されているそうです。生活の中で縄や編み込みの技術が当たり前存在していたと考えると興味深いですね。昔ながらのものづくりの歴史に驚きです!

奥会津編み組細工に使われる材料は山ブドウの皮、ヒロコ、マタタビなどがあり、特に山ブドウの皮は丈夫で長く使用するほど味が出てきます。作るものによっては4、5日間で編み上げることができですが、材料を山から採ってきて仕立てるまでに時間と手間がかかります。手作りだからこその味のある編み組細工が館内にたくさん展示されています。

事前予約制でものづくり体験もできます。皆さんも三島町の手仕事にふれて楽しい時間を過ごしてみませんか?

会津桐の生産地として知られる奥会津の**三島町**。冬期間の**手仕事**として植物を素材に生活道具を作る**奥会津編み組細工**が伝承されてきました。今回は失人から脈々と受け継がれる**技**を見学・体験できるスポットを紹介します!



営業時間:9時~17時
休館日:月曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始
入館料:無料
〒969-7402 福島県大沼郡三島町大字名入字諏訪/上395
TEL:0241-48-5502
HP:https://www.okuazu-amikumi.jp/
MAIL:kougeikan@town.mishima.fukushima.jp



ものづくり体験メニュー

事前予約

【山ブドウストラップ】
・体験料 1,200円
・制作時間 30分~45分
・対象年齢 小学校4年生以上
・山ブドウツルの皮を花編みしたストラップづくり

山ブドウの皮でストラップづくりを体験しよう!

その他、ヒロココスターやヒロコキーホルダーなどの体験もできます。詳細はお問い合わせ下さい。

直売所年末年始のご案内

※イベントのスケジュール・内容は都合により変更となる場合がございます。予めご了承ください。

まんまじゃ TEL: 0242-24-0831

- 12月30日(月)は14:30で閉店となります。
- 1月6日(月) 生産者役員によるつきたて餅を無料配布!

いいでの四季 TEL: 0241-22-9100

毎週土曜日の午前中は丸善水産によるお魚特売セール!

- 12月30日(月)までびこ餅・鏡餅・みかん販売中
- 12月30日(月) 年越しそば仕入受注販売(事前予約注文分のみ対応となります)
- 12月30日(月)は12:00で閉店となります。

食彩館うまかんべ!! TEL: 0242-83-3827

- 12月28日(土) 感謝祭 冬野菜・みかん販売
- 12月30日(月)は12:00で閉店となります。

食彩館Eな!本郷 TEL: 0242-56-5539

- 12月26日(木) 歳末大売出し 冬野菜・みかん販売、お正月用品など
- 12月30日(月)は12:00で閉店となります。

まちの駅 南会津ふるさと物産館 TEL: 0241-63-3055

- 12月29日(日) さかな市
- 12月30日(月)は15:00で閉店となります。

藤の郷「よらっしえ」 TEL: 0241-69-5586

- 12月30日(月)は15:00で閉店となります。

〈管内6直売所の年末年始休業日〉
令和6年12月31日(火)~令和7年1月5日(日)は休業となります。
なお、令和7年1月は定休日なしで営業いたします。

〈あぐりかふえC's年末年始情報〉
令和6年12月30日(月)~令和7年1月8日(水)は休業となります。
令和7年1月9日(木)から通常営業

みんなのこえ

会津を盛り上げて
葵高校生とのコラボが良いですね。これからも若い人達との交流を盛んにして会津を盛り上げてほしいです。(よぼりんさん・70代・女性)

興味深く読ませて頂きました
どの記事も興味深く読ませて頂きました。昔ながらのかりんとう、子供の頃に家のおやつで食べたような。作って子供の頃に思いをはせてみたいと思いました。(トッコちゃん・60代・女性)

とても参考にになります
直売所からのオススメのコーナーは旬の野菜の食べ方や栄養成分がのってとても参考にになります。イラストがかわいくていいですね。(サルアシさん・50代・女性)

毎回楽しみにしています
見やすくすぐに作ってみたいと思わせるレシピ、毎回楽しみにしています。材料もすぐに手に入るし、手が混みっていないのが最高です。(フーちゃんさん・70代・女性)

届くのを楽しみにしています
まんまじゃスマイルが届くのを楽しみにしています。知らない野菜の知識を知る事ができ、ばあばの知恵袋のレシピを切り抜いています。これかれも色々教えて下さいね。(順さん・60代・女性)

クイズにTry!!

Q. シイタケには、血圧を下げたり、コレステロールの代謝を促して体外に排出する働きが期待できる〇〇〇〇〇〇〇〇という栄養素が多く含まれています。

①② 直売所からのオススメをみてね。

正解した方の中から抽選で5名様にJA商品券1,000円分をプレゼント!

応募締切は1月31日【当日消印有効】です!

JA直売所やJAキヨソウで使えます♡

クイズ当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。なお、ご意見・ご感想については、一部誌面にてご紹介させていただく場合がございます。その際は、ペンネームやイニシャルにて掲載させていただきます。あらかじめご了承ください。

vol.11ごたえ 応募総数143通、正解者137名 たくさんのご応募ありがとうございました!! 正解は「ピラジン」でした! クイズの当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。

▶今日はクリスマス!!クリスマスパーティーで盛り上がるですよ!毎日寒いので会津の農産物を食べて元気に過ごすごですよ!わしはこたつでお正月を迎えますぞ~!それでは良いお年を!ですぞ♪

JA会津よつば「食」と「農」コミュニティ誌

man ma ja smile

2024 WINTER Vol.12

まんまじゃ スマイル

JA会津よつば

2024年12月25日発行 発行元/〒965-0025 福島県会津若松市藤町三丁目5番地の6 会津よつば農業協同組合 総合企画部企画広報課 ☎0242-37-2450 FAX0242-37-2255 https://aizuyotuba.jp ✉kouhou@aizuyotuba.jp



直売所からのオススメ
しいたけ
ばあばの知恵袋
お正月の迎え方 編
発見! 会津のうまい旅
ビー・キッチン
b Kitchen

ネットショップを 活用して みませんか?

JA会津よつばの商品がいつでも簡単に購入できるインターネットサイトを存じですか?最近インターネットで必要なものがほとんど購入できるようになりました。スマートフォンやパソコンでいつでも商品を購入できることや、注文した商品は自宅に届くので重い荷物を運ぶ負担が減るなどの理由からネットショップを利用する方が増えています。

当JAでもインターネットを活用し、全国の方がどこからでも会津の農産物を購入できるよう取り組んでいます。会津コシヒカリや会津ひとめぼれをはじめとしたお米は大人気商品です!さらに直売所担当者が厳選した採れたての新鮮野菜やくだものを詰め込んだ「季節の野菜おまかせBOX」や加工品なども販売しています!ファーマーズマーケットまま〜じやのオンラインショップや公式LINE、JA全農が運営するJAタウンで絶賛販売中です!会津米はAmazonからも購入できます!

会津自慢の農産物を食べて免疫力を高め、寒さに負けない体を作りましょう!

(※写真はイメージです)

まま〜じや
オンラインショップ



JA会津よつば
ファーマーズマーケット
LINE



JAタウン
(JA会津よつばページ)




旬の食材を使って しいたけの肉詰め2種盛り

【材料】4人分
しいたけの肉詰め) 小麦粉 …… 大さじ1
しいたけ …… 8枚 酒 …… 大さじ1
豚ひき肉 …… 200g 醤油 …… 大さじ1
玉ねぎ(みじん切り) …… 1/2個 こしょう …… 少々

【A クリームソース味】
玉ねぎ(みじん切り) 1/2個 コンソメ …… 小さじ1/2
バター …… 10g 塩 …… ひとつまみ
薄力粉 …… 大さじ1/2 こしょう …… 少々
牛乳 …… 100cc パセリ …… 少々
お湯 …… 50cc 粉チーズ …… 適量

【B ガーリックバター醤油味】
すりおろしんにんにく …… 5g
バター …… 大さじ1/2 黒こしょう …… 適量
醤油 …… 小さじ1 ねぎ …… 適量

【作り方】
【肉詰めづくり】
①しいたけは石づきを取り、笠と軸を切り分け、軸はみじん切りにする。
②ポウルにひき肉・しいたけの軸・小麦粉以外の肉詰めの調味料を入れてこねる。
③しいたけの笠の内側に小麦粉をまぶして、②を山盛りに詰める。
④平らな耐熱皿にのせて、オーブトースターで約15分焼く。
【A クリームソース味】
①お湯にコンソメを溶かして、牛乳と混ぜておく。
②フライパンでバターを溶かし、玉ねぎがしんなりするまで炒める。薄力粉を加え、弱めの中火でこげないように、粉っぽさがなくなるまで炒める。
③弱火にして①を少しずつ加え、よく混ぜながらとろみをつける。
④焼きあがった肉詰めに③をかけて、粉チーズとパセリを散らす。
【B ガーリックバター醤油味】
①フライパンにバター、にんにく、醤油を入れ、中火で焼きあがった肉詰めに絡ませながら軽く焼く。
②皿に盛って、ねぎと黒こしょうを振りかける



ばあばの知恵袋

お正月の迎え方編

新しい一年を迎える縁起物 お正月に 鏡餅を飾ろう

鏡餅各部の名称



四方紅(しほうべに) 裏白(うらじろ) 三方(さんぼう) 御幣(ごへい) 橙(ダイダイ)

鏡餅はいつ飾るの? 明確な決まりはなく、正月事始めの12月13日頃からが多いようです。29日(二重苦)と31日(一夜飾り)は縁起が悪いとして避けられています。
みかんじゃなくて橙? 鏡餅の上に乗せるのは本来は「橙」。諸説ありますが、橙はみかんのようになんか食べることが少なく、大きさもみかんの方が乗せやすかったので代用されたとか…。みかんがダメというわけではないようです。

お正月にお供えする理由
鏡餅の丸い形は、人の魂(心臓)を模したものとされ、さらに昔の鏡が円形だったことから「鏡餅」と呼ばれるようになりました。
1695(元禄8)年に出版された『本朝食鑑』に「大円塊に作って鏡の形に擬(なぞら)える」との記載があることから、鏡餅は拝み見るべきものだったのかもしれない。大小二つは月(陰)と日(陽)を表しており、重ね合わせるの、福徳が重なって縁起がいいと考えられたからとも伝えられています。

鏡開きとは
鏡開きの日に年神様の力が宿った鏡餅を食べることで、一年を健康に暮らせるといわれています。
関東地方 1月11日 関西地方 1月15日、1月20日 ※地域により異なることがあります。

供えた鏡餅を下げる日は地方によって違いがあります。年神様がいらっしゃる1月7日までは松の内といい、鏡開きは、松の内が明けた1月11日に行うのが一般的です。松の内を15日までとする地方では、鏡開きを15日または20日に行うこともあります。

鏡餅から新しい生命を受ける
正月には、全ての人や物に新しい生命を与えるために年神様が現れると伝えられています。つまり全ての人や物が一年に1度新たに生まれ変わることです。年神様の霊力は鏡餅に宿りますので、鏡餅を食べることで新しい生命をいただけるというわけです。

食べてこそ「鏡開き」
供えた鏡餅には年神様が宿っているとされるので、刃物を使わず木づちなどでたいて割り(鏡を開く)、雑煮や汁粉などにして食べましょう。

鏡餅と一緒に飾る縁起物

橙
枝から落ちずに実が大きく育つことから、代々大きくなって落ちないという縁起物です。

裏白
古い葉の間から新しい2枚の葉が次第に伸びてくることから、新しく栄えわたるとの縁起を担いでいます。葉の形が左右対称なので、夫婦の相性を祝う意味も。

近年は個包装餅入りや餅をそのまま充填(じゅうてん)し、上下の餅が一体になったパックが多く販売されています。

協力: 日本鏡餅組合 <http://www.kagamimochi.jp/> イラスト: 藤田倫典

直売所からのオススメ [シイタケ]

今回、いいでの四季の鈴木さんがオススメするのは、「シイタケ」です。食感や風味がとても良く栄養満点です!炒め物、揚げ物、煮物などどんな料理にも相性バツグンです。そんなシイタケについて紹介します。

いいでの四季 スタッフ 鈴木 靖彦さん

シイタケのチカラ

食物繊維が豊富 カルシウムの吸収を助ける
便秘改善 整腸作用
ビタミンD 骨密度を高める
ビタミンB2 脂質代謝を促進する

シイタケのいろいろ

乾燥しいたけ(干しいたけ)
かさの開き具合によって二つに大別され、肉厚で丸みのあるものを「冬茹」、かさが開いて薄いものを「香信(こしん)」と呼ぶ。二つの大きさ違いは食感の差や鍋物など用途の違いによる。肉厚で丸みのあるものを「冬茹」、かさが開いて薄いものを「香信」と呼ぶ。二つの大きさ違いは食感の差や鍋物など用途の違いによる。肉厚で丸みのあるものを「冬茹」、かさが開いて薄いものを「香信」と呼ぶ。二つの大きさ違いは食感の差や鍋物など用途の違いによる。

菌床栽培シイタケ
おがくずに米ぬかや不溶まなどを加えて作った培地で栽培する。日持ちが良く安定して生産できるのが利点。栽培期間も短く、低価格で大量生産可能

保存方法
生シイタケ
湿気があると傷みやすいため、軸を切り離し、使いやすい大きさに切り、保存袋に入れて冷凍する。冷凍するとうま味成分が出やすくなり、味が良くなる。

乾燥しいたけ
吸湿しやすい性質があるため、乾燥剤の入った密閉容器に入れて冷蔵または冷凍庫に入れておく。良い

パック袋入り
水滴の付いたものを選び、水は拭き取る。

解説: KAORU イラスト: 小林裕美子

自慢のシイタケを味わって

喜多方市 内島 聖さん・真田美さん

夫婦二人三脚で菌床シイタケの栽培を始めて15年目になり、ハウス2棟で約9,000株を管理しています。菌床シイタケはハウス内の温度差や菌床の湿度を人工的に管理して刺激を与えることで生育します。お鍋の食材としてよく使われるシイタケは秋から冬にかけて一番需要が増える時期です。市場が必要とするときに一定量を安定供給するため、常に自分の目で確認し、刺激を与える時期を工夫しています。

以前、シイタケが嫌いな方が私たちの栽培したシイタケを食べて好きになったと言っていたことがありました。直売所は生産者が愛情を込めて育てた新鮮な農産物を販売しています。タイミングが合えば直接話を聞いておいしい食べ方を教えてもらえるかもしれませんよ!

発見! 会津のうまい旅

会津のうまいものを発見しに、旅に出ますぞ〜♪

このコーナーでは、会津の美味しい食材を使った料理を提供しているお店をコメナド画伯が紹介します♪♪

▲松本社長(右から2番目)と松下シェフ(右)とスタッフの皆さん

▲キッチンカーではピZZアをテイクアウトできます

▲白を基調にした店内はゆっくりと過ごせます

▲カプリ島へ旅行気分!自家製トルタカプレーゼ

▲専門店には常時15種類ほどのはちみつが並び

▲豚肉にガーリックとハーブ、岩塩を練り込み焼き上げトルケッタをパンにサンドした麓山高原豚自家製ボルケッタのパニーノ

▲メニュー(税込価格)
・ハニーテイスティングプレート …… 1,200円
・麓山高原豚自家製ボルケッタのパニーノ …… 1,500円
・自家製トルタカプレーゼ …… 800円
ランチはパニーノ、リゾット、パスタ、ピZZアの4コースがあります。他にも多数メニューがあります!

【住所】〒965-0857 福島県会津若松市柳原町4-10-47
【TEL】0242-26-2515
【HP】https://b-kitchen.jp
【営業時間】10:00~17:00 (L.O. 16:00※キッチンカーは15:00)
【ランチ】11:00~14:30(L.O.14:00)
【休日】水・木曜日・年末年始

【駐車場】有

JA はちみつやミツバチに興味を持ってもらうための強い思いが込められているんですね!オススメのメニューを教えてください。

松本社長 はちみつ3種類をテイスティングできる「ハニーテイスティングプレート」ですね。はちみつに合う食材をセットにして組み合わせを体験するものになります。

松下シェフ 豚肉を使ったイタリアの郷土料理ボルケッタをパンにサンドした「麓山高原豚自家製ボルケッタのパニーノ」、カプリ島発祥の伝統的なチョコレートケーキに甘さのない生クリームと桜の花のはちみつを添えた「自家製トルタカプレーゼ」もオススメです。

JA メニューも豊富でどれもおいしいですね!食べるのが楽しみです!(/)ミツバチを飼って自然を見ていただくこと、食の楽しみや安心・安全を伝えていけるのが楽しみです。

松本社長 「b」には、ミツバチ(英語でbee)のb、フランスのb、ビューティーのbなどいろいろな意味を込めています。「Kitchen」は、ミツバチが関わることで生まれる食材をお客様に提供するための調理場、すなわち台所(Kitchen)ということですね。