

くりやまかまどペーパー

2016年度

くりやま農業女性塾 meets 栗産栗消

塾生たちが《見た・学んだ・味わった》地産地消



くりやま農業女性塾とは…

仲間づくりや農業の基礎知識の習得を目的に、平成20年にスタート。
これまでに述べ120名が参加しています。

→ 新規塾生（いつでも）募集中！

くりやま農業女性塾は農家のお嫁さんであれば、
どなたでも入塾が可能です。お子様連れの参加も大歓迎。
興味のある方はお気軽に農業振興公社へお問い合わせください。

栗山を知る。

農業を知る。

生活を学ぶ。

そこにあつたのは
目の前の
豊かさでした。

先輩から学ぶ

日々の楽しみ方、
味わい方。

出かけた先で
出会う栗山。

再発見する魅力。
知れば知るほど
おいしくなる、
そんな一年でした。

ふつうの毎日が
めながら津々浦々、様々なテーマで栗山を探検しました。

日々の楽しみ方、
味わい方。

出かけた先で
出会う栗山。

再発見する魅力。
知れば知るほど
おいしくなる、
そんな一年でした。

ふつうの毎日が
めながら津々浦々、様々なテーマで栗山を探検しました。

日々の楽しみ方、
味わい方。

出かけた先で
出会う栗山。

再発見する魅力。
知れば知るほど
おいしくなる、
そんな一年でした。

ふつうの毎日が
めながら津々浦々、様々なテーマで栗山を探検しました。

日々の楽しみ方、
味わい方。

出かけた先で
出会う栗山。

再発見する魅力。
知れば知るほど
おいしくなる、
そんな一年でした。

ふつうの毎日が
めながら津々浦々、様々なテーマで栗山を探検しました。

日々の楽しみ方、
味わい方。

出かけた先で
出会う栗山。

再発見する魅力。
知れば知るほど
おいしくなる、
そんな一年でした。

ふつうの毎日が
めながら津々浦々、様々なテーマで栗山を探検しました。

日々の楽しみ方、
味わい方。

出かけた先で
出会う栗山。

再発見する魅力。
知れば知るほど
おいしくなる、
そんな一年でした。

ふつうの毎日が
めながら津々浦々、様々なテーマで栗山を探検しました。

日々の楽しみ方、
味わい方。

出かけた先で
出会う栗山。

再発見する魅力。
知れば知るほど
おいしくなる、
そんな一年でした。

ふつうの毎日が
めながら津々浦々、様々なテーマで栗山を探検しました。

日々の楽しみ方、
味わい方。

出かけた先で
出会う栗山。

再発見する魅力。
知れば知るほど
おいしくなる、
そんな一年でした。

くりやま農業女性塾 meets 栗産栗消

くりやま暮らし案内人 横澤美樹



1+2+3=6次産業



新商品のくりやまスイーツを試食!
くりやまを盛り上げる商品について
先輩のお話を聞いて学び食べて
学びました。

江別トマトの
商品開発を学ぶ
10/21

余剰野菜の活用で作
っていたケチャップ
が今では人気商品
の岡村恵子さんによ
るまで。六次産業
の人と繋がること、
仲間や家族と楽し
く過ごすこと、商
品化までの具体的
な話。身近に感
じられるエピソー
ドとともに沢山の
情報を共有していく
よ。



私たちの野菜 10/21

シェフのワザでいただく
私たちの野菜 10/21

パクモグ相談と一緒に 12/16

農業が身近??栗山町に暮ら
いても、人によっては農業を身
近に感じる機会って限られている
のかもしれません。そこで毎年楽
しみなのが子育てママと一緒に料
理教室。子どものお迎えでおなじ
みの仲間でも、塾生の毎日の紹介
は新しき世界。農家の暮らしの一ペ
ージを垣間見るのは地産地消の第一
歩かもしれません。塾生レポート
の後は栗山町ならではのアロング。
逸品さらさらレッドと、新商品ス
マイルボールの特徴を活かせるレ
シピの実践です。



自分の住む地域について、どれだけ知っていますか?身
の回りのこと、興味をもって知ろうとする機会って意外
にあまりないものです。栗山町ってどんな町?写真力一
度並べながら「このきれいな景色はどこ?」「こんな
に色んな野菜作られてるんだ!」など、大きな地図を眺
めながら津々浦々、様々なテーマで栗山を探検しました。
「家と家の距離が離れているのでとても寂しいと感じて
いたけれど、地図で見ると近くに栗山住んでいるんだと
感じられた♡」なんて塾生ならではの声も☺

入塾式・恒例の『眺めるくりやま』で自己紹介 05/11



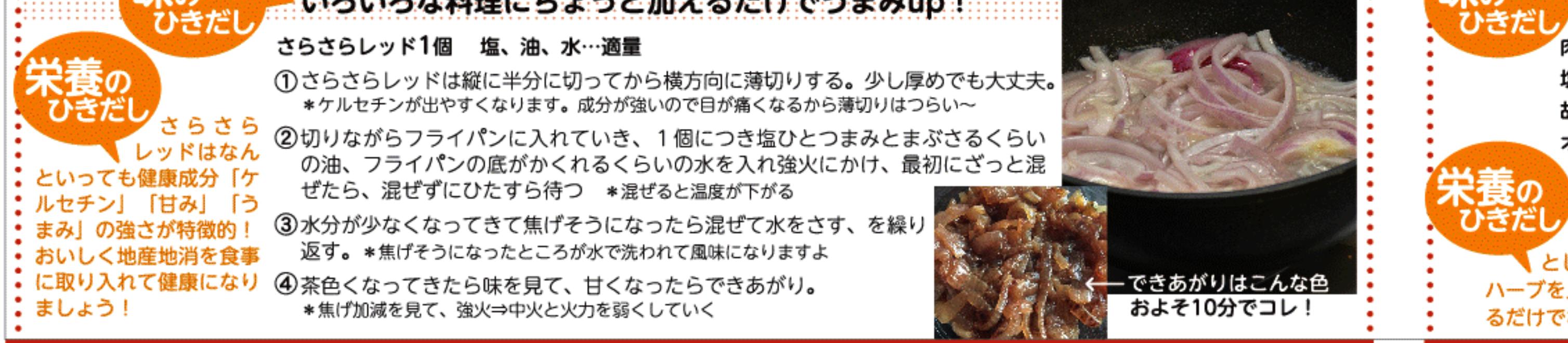
「農業に興味があるても農家でな
いとなかなか携わる機会がないと
思うので、様々な体験を親子で学
べる施設は面白い」結婚して栗山
山町の農業改良普及センターに勤
務し女性塾運営陣としても活躍
の農園では、嬉しい再会とともに、
好奇心をもって楽しく農業に関わ
る姿勢を見事に体現している場の
見学で、自然と塾生もいつも以上
に積極的に。

増澤宇一さん(平成27年度まで栗
山町の農業改良普及センターに勤
務し女性塾運営陣としても活躍)

したくるるの杜。

増澤宇一さん(平成27年度まで栗
山町の農業改良普及センターに勤
務し女性塾運営陣としても活躍)

の農園では、嬉しい再会とともに、
好奇心をもって楽しく農業に関わ
る姿勢を見事に体現している場の
見学で、自然と塾生もいつも以上
に積極的に。



味のひきだし
いろいろな料理にちょっと加えるだけでうまみup!

味のひきだし
さらさらレッド1個 塩、油、水…適量

味のひきだし
①さらさらレッドは縦に半分に切ってから横方向に薄切りする。少し厚めでも大丈夫。
＊ケルセチンが出やすくなります。成分が強いので目が痛くなるから薄切りはつらい

味のひきだし
②切りながらフライパンに入れていき、1個につき塩ひとつまみとまぶさるくらいの油、フライパンの底がかかるくらいの水を入れ強火にかけ、最初にざつと混ぜたら、混ぜずにひたすら待つ *混ぜると温度が下がる

味のひきだし
③水分が少なくなってきたら焦げそうになったら混ぜて水をさす、を繰り返す。＊焦げそうになったところが水で洗われて風味になりますよ

味のひきだし
④茶色くなってきたら味を見て、甘くなったらできあがり。
＊焦げ加減を見て、強火⇒中火⇒火力を弱くしていく

味のひきだし
できあがりはこんな色
およそ10分でコレ!

松田真枝さんのさらさらレッドで万能ペースト

味のひきだし
塩=肉の1.2~1.5% 覚えておくと便利です!

味のひきだし
肉(牛、豚、鶏、なんでも!)…適量

味のひきだし
塩…肉の1.2~1.5%

味のひきだし
胡椒、にんにく、ドライハーブ…適量

味のひきだし
オリーブオイル…適量

味のひきだし
*ニラ、ピーマンなど好みで

味のひきだし
ハーブは、世界において料理や香料、アロマセラピーなどの他にも、医療品

味のひきだし
としても幅広く使われてきました。

味のひきだし
ハーブを上手に使うと、生活に潤いを与えてくれるだけなく、健康増進にも役立ちますよ!

味のひきだし
ハーブでできあがり。

味のひきだし
松田真枝さんのフライパンでサルシッチャ

平均年齢

最年少
23歳

平均
32歳6ヶ月

最年長
43歳

平均かまど歴*

最短
8ヶ月

平均
5年9ヶ月

最長
24年

出身地

栗山町出身者が最多。続いて岩見沢市、札幌市



平均耕作面積 データが語る女性塾

17.9 ha
ヘクタール

17.9ヘクタールをざっくりいと

423m

423m

±5kg

データが語る栗山農家

栗山農業人（特に男性）は夏期と冬期ではおよそ5kgの体重差があるらしい。

「なんぼ太っても夏にはやせる」が1年間の決まったサイクル！

上西栄養士の

栄養の
ふきだし

農家の定番飲料

『ジョージアミルク入りロング缶』
「かまど帖」第1作p.28参照

最近は、健康を意識して「微糖」「プラック」「水」「お茶」が売れ筋主流に！？

身体が資本ですので



健康意識大切にしてくださいね★

農村の女性は、食料を生産する農業経営者を支えながら、家族の食生活を守る、栗山町の「食と農の中心」です。女性塾に参加しているのはそんな農家の嫁さんたち。農作業や子育てに忙しい毎日を送りながらも、農家の嫁としての日々をより豊かなものにしようと、さまざまな講座に参加してきました。今年のテーマは地産地消。栗山産の食材を、まずは栗山に住む私たちがおいしく、楽しくいただこうと学習してきました。この学びの成果を町内の皆さんに広く伝え、地産地消を促進しようと作成したのが、今回のお便りです。どうぞ大きく広げて、町内産食材のレシピや活動の報告などをご覧ください。

データが語る女性塾
2013-2017

子どもの人数の平均

1.6人

子どもの平均年齢

5.01歳



この4年間に生まれた赤ちゃん



農ニュース
is Good News!

くりやま暮らし案内人
横澤さんが
お伝えします



水野農園
水野農園

無添加と地産材料にこだわった「たつ
ぱり栗のパウンドケーキ」と苺の「ギ
モーブ」「カタラーナ」。完成度の高
いおいしさに、講座後、町内でリピ
ト購入する方が続出しています。
水上農園 栗夢プラザ、くるるの杜、
フーズバラエティすぎはら他で販売中



え？ たまねぎ？ だー
今年から限定的に販売開始のスマ
イルボール。商品を特別にご用意
いたいて、パグモグ相談でいち早
く味わいました！ まるでフルーツ
オニオン。くりやま発のブランド商品として
今後の展開が楽しみです！



くりすみのとりぐみ
*通常販売はしていません。応相談
町内の木を町内の炭窯で焼成。
森の恵みを活かそう会・岩崎芳吉
お問合せ先はコチラ。ハサンベツ里山・高橋慎
90-9520-2715
国産木炭利用は地球環境保護を促進。

デザイン●(株)佐藤デザイン室



発行日
● 平成29年3月
発行者
● 一般財団法人 栗山町農業振興公社
〒069-1512
北海道夕張郡栗山町松風3丁目252番地
栗山町役場3階
tel. 0123-73-2500

ご協力いただいたみなさま、ありがとうございました

制作●くりやま農業女性塾 塾生 + 講師
(一財)栗山町農業振興公社 女性塾担当スタッフ

