



コーちゃん・オーちゃんの 「見つけた！豊岡元気人」



ジビエ & 神鍋高原野菜の「健美食」発表会



マウンテンバイク大会in神鍋高原に出店



とても若々しい北村さん。ジビエ効果？

食べて体の中から美しく！

「臭い」「硬い」といったシカ肉のイメージを払拭し、食べて体の中から美しくなれる「健美食」作りに取り組み元氣な女性を紹介します。

北村泳子さん(56歳)日高町山田

市では、経済成長の主要な戦略として「食の都づくり戦略」を掲げ、豊岡の食を見つめ直し、その魅力に磨きをかけ、集客につなげていく取組みを進めています。数ある食材の中から「豊岡の食材」として考えているのが「但馬牛・経産牛」と「ジビエ(シカ肉)」。

経済成長戦略の一翼を担う

このジビエを使っておいしく、しかも体の中から美しくなれる「健美食」メニュー作りに取り組みるのは「神鍋女将鹿の子会」。代表の北村泳子さんは「シカ肉は低カロリー・高タンパクでミネラル豊富。牛肉に比べて脂質が少なくとてもヘルシー。まさに夢のような食材です」と話します。

日高町商工会観光女性部長を務めていた北村さんは、豊岡市経済成長戦略会議のメンバーでした。「会議後、『ジビエ料理をきっかけに、神鍋の魅力をさらに高めませんか』と市の職員から話があり、気に留めていました」と話す北村さん。商工会女性部でジビエ料理の講習会を開催することを思い付きます。「同じやるならフランス料理の巨匠を呼

ぼう」と考え、商工会の協力を得て、平成21年11月、東京を中心に活躍するフランス料理のシェフ、酒井一之さんを招いて講習会を開催しました。研究熱心な北村さんは、当日、自身で考えたシカ肉の薫製を酒井シェフに提供。巨匠をうならせました。

「神鍋鹿の子会」発足

数種類のジビエ料理が作れるようになった会では、東京まで出向き、酒井シェフの手ほどきを受けたり、道の駅「神鍋高原」のジャズバイキングにジビエ料理を提供したりしました。「ここまでできたら引き続き頑張りたいと思いましたが」と話す北村さんは、日高町商工会観光女性部を解散して神鍋観光協会女性部を立ち上げる際に、さらに深くジビエ料理を研究し、女性の力で地域を元気にするため平成22年4月に「神鍋鹿の子会」(当時)を7人で発足しました。

引き続き酒井シェフと連絡を取りながら、講習会を開いたりメニューの考案に取り組みました。神鍋高原野菜を取り入れたメニューも増え、メンバーも10人になりました。

「健美食」発表会開催

但馬の貴重な地域資源であるジビエを地域に根付かせるため、市の支援を受け、7月13日に北村さん経営のペンションで、雑誌編集者や記者らを招きジビエ料理の発表会を開催しました。スペアリブやコロッケ、鍋など13品を提供。どれもさっぱりしていて食べやすいと好評でした。中でも「北村わさびと鹿スモークのジビエ寿司」は、しょうゆ漬け地元産ワサビの葉と薫製にしたシカ肉の相性が抜群です。今では15種類のジビエ料理が作れる北村さん。「神鍋の豊かな自然を健康的な食事と一緒に楽しんでもほしいですね。神鍋はスポーツができ、おいしい食と素晴らしい自然環境がある。これらに共通の『健康』を柱に、地域でスキルアップしていきたいです」とさらなる高みを目指していました。



まるやかキャベツ鹿ガレー



甘玉シカづ

※現在、「豊岡・ジビエな秋旅～神鍋高原ジオスター☆キャンペーン～」実施中(～11月6日(日))。あなたも神鍋高原で体の中から美しくなりませんか。
※ジビエとは、狩猟により捕獲された野生動物のこと(ここでは、その中のシカ肉を指す)

広報マンがやってきた!

幼稚園編

22

奈佐幼稚園

(豊岡)

〈園児14人〉



奈佐幼稚園は、すぐ裏に奈佐川が流れ、周りを緑に囲まれた自然豊かな場所にあります。

10月4日、キンモクセイが香る気持ちの良い天気の中、「そとあそび」が行われましたので、その様子をのぞいてみました。

チャレンジ・タイム

外に出ると、まず、みんな「目覚まし体操」を行い、元気に体を動かします。

次は竹馬の練習です。竹馬は、6月に親子で一緒に作ったもので、夏休み期間中は家に持って帰り、練習を積んでいました。

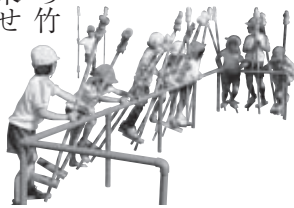


うまく乗れないなあ

園で乗り始めたのは運動会が終わってから。

まずは、壁を背にしたり、鉄棒を支えにしたりしながら竹馬に両足を乗せることから始めます。

まだ上手に乗れない園児は、先生に補助してもらったり、上手に乗れる園児に教えてもらったりしながら練習していました。先生が支えている手を離すと「先生、まだ離したらだめー」など不安な声が出てしまいます。



なんとか乗ることができた園児たちは「〇歩歩けた」「〇秒乗れた」と喜んでいました。全員が乗れる日も近いでしょう。

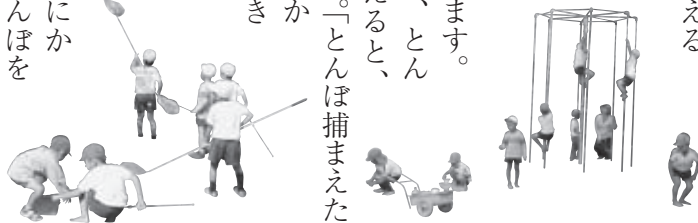
好きな遊び

竹馬を終える
とそれぞれ
れブラン
コやすべ
り台、砂
場が好き
な遊びをします。

網を使い、とんぼを捕まえると、大騒ぎです。「とんぼ捕まえた!」「誰かかご持ってき」と。他の園児がかがごを持ってくると、逃げないようにかごの中にとんぼを入れていました。

後片付けもみんなで

遊んだ後は、後片付けもきちんとします。みんなで使った椅子や砂場道具などを元の場所へ戻しました。



笑顔の輪

日本舞踊・お茶・邦楽を一度に楽しめ

三つの会(城崎)

三つの会は、日本舞踊・お茶・邦楽(尺八、三味線、琴)の三種類を行っています。今から10年以上前に発足し、会員数は25人。



▲琴、日本舞踊の練習に励む会員

日本舞踊、お茶、邦楽がそれぞれで活動するより、一緒にしたほうがにぎやかになつて楽しいという思いから会を立ち上げ、合同で演奏会などを行うようになり、普及しました。



▲演奏会で尺八、琴、お茶点前を披露する会員

披露します。その後、お茶が振る舞われ、日本舞踊と続きます。会場にいる皆さんは手拍子をしながら一緒に楽しみます。はまなす苑の皆さんは「毎年楽しみにしている」、「三つの会の皆さんが来ないと正月を迎えた気にならない」と話します。代表の西垣雅代さんは「活動は、これからも地道に継続していきたいです。活動の一番の魅力は、演奏会を見ていただいた方々に喜んでもらえることです。声を掛けてもらえれば、どこへでも伺います」と話していました。

入会希望・問合せは、西垣さんまで。☎32-2827