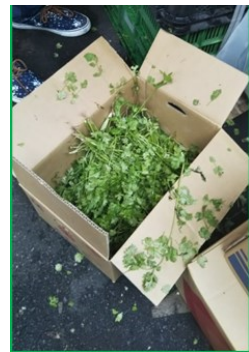




ChefooDo が考えるフードロスとは？

【ChefooDo メンバーミーティング】
 「日時」：二〇一九年十二月二三日
 「場所」：築地キッチンスタジオ
 「目的」：「フードロス」というテーマに対して、ChefooDo としてどのような活動を行っていくべきか、今後の活動についてのミーティング。



「参加者」：ChefooDo 名誉顧問 服部幸應さん、副会長 脇屋友詞さん、女子部代表 五十嵐美幸さん、会員 今井寿さん、会員 工藤敏之さん、会員 船瀬洋一郎さん

【実施レポート】
 ChefooDo の食育活動の一環として「フードロス」をテーマにしています。特に、「未利用野菜」の活用や周知拡大を意識したイベントを定期的に行い、フードロスについて考えるきっかけ作りを活動の中心としていきます。未利用野菜とは、傷がついていたり、色や形が悪いことで市場にあまり出回らない野菜です。見た目が少し悪いだけで、味には問題ないにも関わらず活用されていない「もったいない野菜」をどのように活用していくのかについても日々模索しています。



▲色や形が悪い未利用野菜

料理人という立場から日々食と向き合っています。そのため、食材を無駄にすることはなく全てを使い切るという考え方を持っています。当たり前のことのようにですが、これは食材に対する正しい知識や調理の技術を持つているからこそできる事でもあります。野菜も魚も、どこまで食べられるのか、どのように調理すれば美味しく食べられるのかわからなければ、食べられる部分まで捨ててしまう可能性があります。このよう



▲イベントなどで未利用野菜を販売することもあります。

ChefooDo の活動に参加している会員は、それぞれ料理人という立場から日々食と向き合っています。そのため、食材を無駄にすることはなく全てを使い切るという考え方を持っています。当たり前のことのようにですが、これは食材に対する正しい知識や調理の技術を持つているからこそできる事でもあります。野菜も魚も、どこまで食べられるのか、どのように調理すれば美味しく食べられるのかわからなければ、食べられる部分まで捨ててしまう可能性があります。このよう



▲「フードロス」をテーマとした料理教室も開催しています。

な料理人ならではの知識や知恵をみなさまにお伝えすることも家庭のフードロスを減らす活動につながると思っています。

食材は誰かが手をかけて育てています。しかし、手軽に食材を購入できる環境にいると忘れてしまいがちです。そのため、生産者を訪ねて生産地を見ることが大切になるという気持ちにつながると考えています。



▲産地訪問ツアーも開催しています。



どの活動も大きな取り組みではないかもしれませんが、小さな事を積み重ね続けていくことを大切にしています。ひとりひとりの意識が少しずつ高まること、が、「フードロス」という課題と向き合うきっかけになるかと信じています。食のプロが集まった団体だからこそできる取り組みを今後も続けて参ります。

今後も築地キッチンスタジオを拠点に様々なイベントを企画していきますので、お気軽にご参加いただけますと幸いです。みなさまのご参加をお待ちしております。



平成 31 年度広域食育推進民間活動支援事業



地産地消を知るバスツアー～東京の生産者を巡る～

【TOKYO 食の体験ツアー】
 「日時」：二〇二〇年一月十九日
 「場所」：東京都世田谷区周辺
 「目的」：地産地消を体験するために、地元のプロducerを巡り産地の見学や収穫体験等を行う。
 「参加者」：水越悦子さん主宰「キッズクッキング」の生徒さん
 「主催」：一般社団法人 ChefooDo
 【実施レポート】
 今回は親子で参加できるバスツアーを実施しました。バスツアーのはじまりは、上祖師谷にあるはないち農園さんの大根収穫体験

でした。自分たちで収穫した大根は、昼食の豚汁に使います。大切に持ってバスに戻ったあとは、千歳烏山にある吉実園さんへ移動。吉実園さんでは「にわとり」を放し飼いにし、元気に走り回る様子を見学しました。「にわとり」は、自由に走り回ることのできるため、とても美味しい卵を産んでくれます。温かさに驚く子どもも見られました。

昼食は、吉実園さんの角をお借りしてみんなで作りました。収穫してきた大根を中心に豚汁作りを実施。大根以外の野菜もすべて東京産、豚肉は東京ブランドである TOKYO X を使用。味噌も東京の味噌屋さんのものを使用し、すべての食材を東京産で揃えました。お米は東京産の天神米をぬか釜を使って炊飯しました。炊きあがったご飯には、吉実園さんの「にわとり」が生んだ朝どり卵をかけて卵かけご飯にして、味わいました。

東京の食味は！味わい！

貸切バスで行く
TOKYO 食の体験ツアー

自分たちが住んでいる東京には、どんな「食」があるのかな？ 畑や田んぼはあるの？ どんな人が作っているの？ 野菜？ 果物？ 肉や魚？ 日頃何気なく食べている食材には、生産者さんをはじめとしたいろんな思いが詰まっています。地域の食を語り、生産者さんの声を聞き、東京由来の食材で調理する、そんなバスツアーを開催します。

●日時●
2020年1月19日(日)

●行程●
参加者のお住まいの地域ごとに集合場所・時刻をご連絡させていただきます。
10:00 「はないち農園」さんで収穫体験
11:00 「吉実園」さんで施設見学の際にみか喜次さん（農と食のつながり）から、東京産の豚汁作り
集合した場所へそれぞれ帰路体験

参加費 ● 無料 定員 ● 20名

●申込・問合せ●
一般社団法人シェフード TEL03-6273-0465 FAX03-6273-0876
E-mail info@chefoo.jp



渋谷区「景丘の家」アートスクール 親子料理教室

【渋谷区景丘の家アートスクールにて親子料理教室を実施】

「日時」：二〇二〇年一月二五日

「会場」：東京都渋谷区 景丘の家

「目的」：子どもたちに食の楽しさ、料理の楽しさを感じてもらおう。

「参加者」：渋谷区在住の親子八組

「主催」：渋谷区 景丘の家 ※景丘の家は、「こどもと食」をテーマにした施設。こども食堂やアートスクールなど「食」をテーマにしたイベントを様々開催されている。

「講師」：ChefoDo 女子部代表五十嵐美幸さん、ChefoDo 女子部メンバー安田美沙子さん

実施レシピ：五十嵐さん考案「鶏肉とブロッコリーのチャーハン」、安田さん考案「お揚げ入り餃子」

【実施レポート】

「野菜をおいしく食べる定番中華」をテーマにチャーハン、餃子の定番中華の二品を実習。子どもたちも大好きなメニューで、デモンストラクションを見ているときからワクワクして早く作りたい様子。手が届かなくなりました。中華料理という家庭では作ることが難しいイメージですが、家庭の火力でもコツをつかめばお店のような味が再現できるポイントをお伝えしました。子どもたちも「いただきます」を交えながら、親子で餃子を作りました。餃子を作ることも多いという餃子をレクチャー。手作りの餃子の美味しさは知っていても、作る工程が手間に感じてしまうこともあります。そこで、手間なく作れるレシピをご紹介します。餃子を包む作業は子どもたちも大好き。焼きあがった瞬間には、「わー！」という歓声も。美味しい匂いがただよう中、それぞれのテーブルで実際に調理も行いました。



放し飼いされたにわとり。立派な卵をいただきました。

完成した食事は、外にテーブルを並べてみんなでいただきました。少し肌寒い中での温かい豚汁と炊き立てのホカホカご飯をいただくことで、体も温まり心も満たされる食事の時間となりました。



昼食メニューは全て東京産
・卵かけごはん
・手作り豚汁

【まとめ】

食材を作る大変さや感謝、そして、それをいただく美味しさや幸せ、自然の中で食べる贅沢な食事、「食」に対する様々な想いを感じる一日となっていたら嬉しいですね。また、自分たちで収穫し料理したものをみんなで一緒にいただくことがとても楽しく、食事をより一層美味しいものにしてもらえるということも知ってもらえたら幸いです。



慶応義塾大学「有難豚プロジェクト」



二〇二〇年最初のChefoDoの活動は慶応義塾大学の牛島先生のゼミで取り組まれている「有難豚プロジェクト」のお手伝いからスタートしました。「有難豚（ありがとん）」とは、養豚家の高橋希望さんが育てていらっしゃる豚で、二〇一一年三月十一日の東日本大震災で農場が全壊してしまった中で生き残った豚たちから命が繋がれ大切に育てられている豚です。「大切な人に贈る豚」として高橋さんが想いを込めて育てていらつしやる中の一頭を牛島ゼミの学生さんが半年間オーナーとして育て、最後にはみんなで美味しくいただくことで生き物が食材として自分たちのもとに届くまでのストーリーを感じ、さらに多くの人に届けようというプロジェクトだそうです。

普段、何気なく生活しているとなかなかこの食材がどのようなストーリーで自分のもとに辿りついたのかを



餃子には野菜がたっぷり。パラパラチャーハンも簡単に作れました。



【まとめ】

調理実習を通して、子どもたちに料理の楽しさを感じてもらえたのではないかと思います。また、毎日の食事作りを担当しているご両親にも家庭で上手に作れるポイントをお伝えすることで、日々の食事作りの参考となっただけです。今後も、料理の楽しさを伝えるとともに、日々の活動を通じて参ります。

地産地消を考える「熊本・食のシンポジウム」

熊本市 令和元年度 地産地消推進のための食育等関連事業



二〇二〇年一月二五日熊本市にあるホテルメルパルク熊本にて「地産地消を考える 熊本・食のシンポジウム」を開催しました。

このシンポジウムでは、昨年十一月に熊本市立河内小学校五年生が参加した産地見学・食育ツアーの報告を含めたパネルディスカッションや、熊本産の食材を使ったメニューの試食などを実施しました。ChefoDoからはパネラーとメニュー考案者として館野雄二さんが参加しました。



考えることはないと思えます。自分たちで育て、どのような環境で何を食べて育ち、出荷されてきたのかを自分の目で見て感じることで感謝の気持ちも生まれ美味しく食べることができるようになります。自分の大切な人へ届けようという想いも生まれる素晴らしい取り組みだと思います。

今回ChefoDoでは、愛情を込めて育てられた豚をより美味しく食べるためのお手伝いをさせていただきます。担当したのはChefoDo メンバーでBistroQ オーナーシェフの山下九さんです。出荷されたばかりの有難豚を美味しく食べられるように腕をふるい素敵なお料理へと変身させていただきます。



「いただきます」という挨拶と共に食事がスタートしましたが、この言葉にはとても想いが込められているように感じました。一年間愛情を込めて育てたからこそ本当の意味で「いただく」という想いが詰まっているように感じました。

農作物とは違い生きていくことをリアルに感じる豚を育てるということは、愛着が沸き「かわいそう」という気持ちも生まれます。しかし、誰の元に届くのか、誰が食べていると幸せな気持ちで送りだせると高橋さんはおっしゃっていました。命をいただくということとをリアルに感じることでできる取り組みに参加でき、「食べる」ということを改めて考えさせられる機会となりました。



シンポジウムには、河内小学校五年生や生産者も参加し、それぞれの立場から意見交換を行いました。生産者からは、消費者との対話や、農業の魅力発信を行う大切さについてお話がありました。料理人の館野さんからは、産地を訪れ、生産者を知ることが地産地消の第一歩とお話があり、料理人は、生産者と消費者を繋ぐ、大切な役割を担っていることが分かりました。

館野さん考案の熊本産食材のメニューを実施することで、参加されたみなさまは、熊本産の食材の素晴らしさを改めて実感されたと思います。