

有限会社エコ・ライス新潟

新潟県長岡市脇川新田町字前島970-100

TEL:0258-66-0070 & FAX:0258-66-0447

# クイーン倶楽部だより 4月号

《食リンピックにエコ・ライスの阿部信行代表も参加。皮むきマラソンでは大根のかつらむきに挑戦、数年ぶりに包丁を持ちました。阿部の米をおにぎりにし、参加者全員で食べました。》

《食リンピックの競技は、東京家政大の学生(管理栄養士の卵)が考案。将来、難しい栄養計算による食事指導だけでなく、食べる大切さを教えることができるでしょう。》



いただきますの心

## 第1回 食リンピックに参加してきました

3月21日、東京家政大学中村教授・食育推進委員会主催の「第1回食リンピック」が行われ、エコ・ライスも協賛団体として参加しました。「食リンピック」とは、子供たちに食について知ってもらいたいことについて、競技という形で参加してもらい、正しいあり方を学んでもらおうと初めて開催されました。

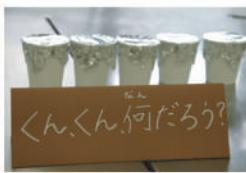
当日は大勢の親子が参加し、箸の使い方や食品の名前など楽しく学んでいました。これからはお米を栽培するだけでなく、「食を育てる」活動にも力を注いでいきます。

### こんな競技がありました



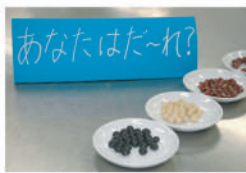
皮むきマラソン

どれだけ長く皮をむけるか



くんくんなんだろう

匂いで中身を当てます



あなたはだ〜れ?

食品の名前を当てます



箸でマメジャンプ!

箸で豆をつまみ移動させます



触ってつかんで!

手触りで中身を当てます

## Dr中村のお米の話



中村 信也(なかむらのぶや)

整形外科医師、東京家政大学家政学部栄養学科教授として教鞭をとり、「食と医療」の医療薬膳研究の第一人者として活躍中。

### 第4回 お田植祭

今、東京家政大学と長岡市の生産者の人々と産学共同で「楽しくて健康になる米プロジェクト」進行中で、私もそれなりに一生懸命にやっています。この度古代米を復活して、新しい食に挑戦していることになりました。そこで楽しい行事として古代米田植えには古代お田植祭を、ということで5月4日に実施されることになりました。今後、長岡市の生産者の人たちと実行委員会を私の大学で開く必要があります。

農産品にまつわる祭は世界に色々あります。有名なものに欧米の感謝祭があります。日本でも収穫を祈る祭に秋祭や新嘗祭というものがあります。しかし、作付けを祝う儀式は世界広しといえども日本だけでしょう。なぜ作付けの祭が存在するのかといえは、日本人の米信仰です。米は命の糧ですので特別な儀式が必要なのです。米の作付けの祭は二つあります。一つは「お田植祭」で米がたくさん採れますようにと祈願する祭です。もう一つは「さのぼり早昇り」で、無事に田植えを済ませることができましたという感謝の祭です。

今度、長岡でやろうという祭はお田植祭の方です。これは日本各地に色々ありますが、驚くべきことに皇居内でもなされます。祭の日は天皇が雨靴をはき、手に苗を持ち皇居の水田に作付けされます。稲を育て稲刈りも自らなされます。米の豊作を祈願するのは天皇の重要な仕事なのです。

そういうことで、我々もお田植祭をやろうということになりましたが、どういふものにしようか議論し、出てきたキーワードは「田楽」です。田楽とは文字通り「田の楽しみ」です。田植えはつらいものだから田楽に変えちゃ、という古代人の遊び心の為せる技です。原則は田植えて女性の方々早く女が稲の苗を植え、男性の方々田楽法師は踊りながら笛・鐘・鼓を鳴らすものです。これだと労働力も娯楽になります。男性の方は泥まみれにならないので男性のアイデアでできた祭でしょう。別名「田舞」といいますが、娯楽強調型であれば田楽になります。もちろん、我々の目指すのは田楽です。

田楽には田楽という食べ物提供されねばなりません。田楽は食べ物ではなく儀式です。田楽という食べ物は踊るものに似ているのでこの名があります。田楽焼きは食べ物を串刺して味噌をつけてあぶったものです。田楽豆腐は豆腐を串刺して味噌をつけてあぶったものです。木の芽田楽は味噌に新芽を搾りこんだものです。踊りと食べ物のある田植え祭を目指して、目下努力中です。