

健森応援団通信

平成29年4月3日
健森応援団事務局
第4号

「オモニ」でキムチ作り体験

1月21日(土)、新たな特産品開発ができないかと考え、キムチ作りを行いました。キムチ作りに使用した白菜は、農産・園芸班が、今年初めて栽培に取り組んだキムチ専用白菜「オモニ」でした。

キムチ作りの講師として、かのさと体験観光協会(新見市内で、グリーンツーリズムを企画・提供・受け入れしている民間団体)の安達喜子さん、小田正廣さん、仲田芳人さん(同協会事務局長)の3名が参加していただきました。

健森応援団員・一般参加者・健康の森学園園生18名は、すり下ろした大根・ニンジン・リンゴ・ナシ・ショウガに韓国から輸入した唐辛子粉、ニンニク、こぶ茶、ニラ、水あめなどを混ぜ合わせ、一週間ほど前から塩漬けにし、水切りをした「オモニ」30株になじませました。

おいしいキムチを作るポイントはすり下ろした大根、ニンジンを力一杯絞り、水分を取り除くことでした。参加者は、「こんなに重労働だとは思わなかった。」と額に汗を光らせながら具材を絞ったり、混ぜ合わせたりしました。

昼食で出来たてのキムチを食べながら、「来年は、もっとキムチを作って販売しよう。」と話が盛り上がりました。



キムチ作り講習会に参加して

楽しみにしていたキムチ作り講習会が健康の森学園で開催され、参加しました。前日から大雪で学園内は一面銀世界。とても美しい景観でした。

早速キムチ作りに取りかかり、18種類の材料を分担し、約2時間ぐらいで30株(白菜)本格キムチが出来上がり(感動!)。参加者の皆さん、先生方の調理に始まり後片付けまでの手際の高さに関心しました。昼食は、園で収穫したお米と豚汁、出来たてのキムチ(とても美味しい! 大盛りご飯! 満足!)を頂く。

参加者の皆さんと雑談しながら、とても有意義な時間が過ごせました。感謝いたします。

ありがとうございました。(吉田泰也)



キムチ作りに参加して

健康の森から、「キムチ作りに参加しませんか?」のお誘い。行ってみると、テーブルの上に山ほどの材料。談笑の中に材料に挑むド迫力。

お昼には、おいしい豚汁と出来たてのキムチが並び、口も胃の中もホッカホカ。(私たち、健森応援団って、健康の森に私たちが応援してもらいに行くってことじゃないの?)と思いながら、笑顔に送られて帰路につきました。

みなさんも、健康の森に行って、健康になりましょう。(日傳恒平、日傳澄子)

健森応援団のキムチ作り

おいしいキムチを作ってみたいなあと思っていたところ、有り難いことに健森応援団で「キムチ作り」をするというチラシが……。早速申し込みをしました。

当日は大雪で、予定通りあるのかしらと心配するも、調理室でにぎやかな声が……。

キムチ作りの材料は、なんと18種類! 大根、ニンジン、リンゴ、ナシ等をおろし金ですってすって……。体力があるなあ。でき上がったキムチは美しく、健森で栽培した白菜や大根で作ったキムチは、最高でした! ごちそうさま。(福田浩子)

平成28年度

平成29年 3月31日現在

健森応援団の取組

- 健森応援団員数 45名
- 会計報告
 - 繰越金 108,928円(繰越金)
 - 収入 82,166円(本年度団費)
 - 支出 62,600円(「森のおみせ」運営補助、郵券代等)
 - 残金 128,494円
- 活動の実際
 - ① 体験活動『ネイチャートレイル&山菜採り』
平成28年 4月23日(土) 28名参加
 - ② 健森応援団通信(No.3)の発行
 - ③ 体験活動『キムチ作り』
平成29年 1月21日(土) 21名参加
 - ④ 健森応援団通信(No.4)の発行

健康の森学園アンテナショップ

『森のおみせ』について

- 営業日・時間
 - 毎週水曜日 10:00~16:00
 - 毎週金曜日 10:00~13:00
- 販売物 農産・園芸品(キャベツ、白菜・ニンジンなどの野菜、花の苗)
森のたまご、シイタケ、乾シイタケ、炭、かわいい軍手
炭丸くん(消臭剤)、廃油石けん、ハーブの手芸品 など
森のコーヒー(挽き立てのおいしいコーヒーです。お持ち帰りもできます。)



- ボランティア募集 『森のおみせ』の運営をお手伝いして下さるボランティアを募集しています。

問い合わせ先: 岡山県健康の森学園 健森応援団事務局
青木文宏(0867-96-2995)まで