

新 発 田

食 の 循 環

に よ る

ま ち づ ぐ り

食の循環による

まちづくりとは？

長い歴史に育まれた「豊かな大地」と

「食の循環」(左図参照)という人々の営み…

この二つを尊重したまちづくりを進めることを通して、

健康で心豊かな人材の育成、産業の発展、

自然との調和、まちのにぎわいづくりへと結びつけ、

「地域の活性化」と

「市民生活の質の向上」をめざす取り組みが

「食の循環」によるまちづくりです。

イメージキャラクター めぐる
矢印と円で7つの循環の過程と、土から作物が芽吹くイメージをあらわす体型をした「めぐる」。食べ物が巡り巡って循環していくことから名前がつけられました。



「食の循環」という営みを暮らしの中に取り戻す。

私たちが暮らす新発田には、加治川の清流がもたらす肥沃な大地が広がっています。古来より、先人たちはこの大地で作物を育て、家庭や地域に伝わる料理をいただき、残った食物は大地に還すと、この「食の循環」の営みを繰り返して、自然への感謝の気持ちや命の尊さなどをこく自然に学んできました。

しかし、今日では、「食」の安全性が揺らぎ、食生活の乱れによる生活習慣病の増加や伝統的な食文化の喪失、残った食品の大量廃棄など、さまざまな問題が生じています。私たちは、今一度、「食の循環」という営みを見つめ直す必要があるのではないのでしょうか。

新発田市では、すべての市民が日々の暮らしの中でこの「食の循環」の営みを取り戻し、まちづくりに活用することが大切であると考え、平成21年に施行した「新発田市食の循環によるまちづくり条例」に基づき、取り組みを進めています。

「食の循環」を、みんなの力で。

「食」は、私たちが生きていくために欠かすことのできない大切なもの。私たちが毎日当たり前のこととして食べている「食」は、多くの人たちに支えられています。

「食の循環」の営みの再生は、「食」にかかわるすべての人たちが「食の循環」の意義や役割を理解し、行動することではじめて実現するものです。

生産者が手間暇かけて育てた地元産の農産物を使って郷土の食文化や栄養バランスを大切に料理を作り、家族そろって楽しく食卓を囲んで残さずに食べる。調理の際に出る調理くずやどうしても食べきれなかった食物は、堆肥にして土に還すことで、新しい食物の生産へとつなげていく…。生産する人、調理する人、食べ残したものをリサイクルする人…。このまちづくりの成功の力は、一人ひとりの意識と行動にかかっています。

食の大切さを子どもたちへ

食とみどりの 新発田っ子プラン

「野菜を育てるってワクワクする」。「料理って楽しいね」。
食の大切さを学び、生きる力を育む。
それが、「食とみどりの新発田市っ子プラン」です。



子どもたちに託す思い、
生きる力を養う食育。



育てる [栽培]

生産者や自然の恵みに感謝し、
命あるものを
大切にすることを育む。

作る [料理]

健康と食事の関連を意識し、
命あるものに感謝しながら
料理を楽しむ心を育む。

返す [リサイクル]

食の循環を意識し、
食べ物を
大切にすることを育む。

食べる

望ましい食習慣を身につけ、
作ってくれた人に感謝しながら
食べる事を楽しむ心を育む。

食の
サイクル
食とみどりの
新発田っ子プラン

新発田市では、「食の循環によるまちづくり」の一環として、市内すべての幼稚園・保育園、小・中学校において「食とみどりの新発田っ子プラン」を進めています。これは、園・学校と家庭や地域が連携し、「食の循環」の営みを意識した食のサイクル（「育てる（栽培）」→「作る（料理）」→「食べる」→「返す（リサイクル）」→「育てる」…）に関連する体験や学びの機会を設けることで、子どもたちに生きる力と豊かな心を育んでほしいと考える新発田市オリジナルの食育プランです。

幼稚園・保育園年長児で二人でごはんが炊ける」、小学校6年生で「二人で弁当が作れる」、中学3年生で「二人で小煮物（のっぺ）のある夕食（食分を作れる）」と成長に応じて段階的な目標を設定して進めるこの取組みは教育活動における「食の循環によるまちづくり」そのもの。全国からも高い注目を集めています。

作る。

育てる。



NPO法人 ユー&ミーの会
佐藤 恭子さん
「地球にやさしい環境づくり」をめざして主婦2人で生ゴミのリサイクルを始め、平成15年にNPO法人に。良質な堆肥を農家に提供する一方、市内小・中学校での給食の残さ回収やエコクッキング教室の開催なども行っている。

料理を通して、自立して生きる力を育む。



おいしく
できました!

土に触れ、季節を感じ、作物の生長を見守る。

春の訪れとともに畑に種を蒔き、梅雨の雨と夏の太陽をいっぱい受けて生育する作物を見守り、実りの秋には自然の恵みに感謝して収穫を行う…。そんなごくあたりまえの営みや自然とのかわりがい、いつのまにか希薄になっています。

「食とみどりの新発田っ子プラン」では、子どもたちが野菜や米を栽培・収穫する体験活動を積極的に進めています。学校と地域や関係団体が連携した取組事例の一つには、NPO法人ユー&ミーの会や地域ボランティアの指導のもと、小学生がさつまいもの苗植えに挑戦する取組みも。「苗は横に寝かせるようにして植えてね」というアドバイスに「え〜」と驚きながらも、真剣な表情で苗を植える子どもたち。「秋においしいさつまいもを食べるのが楽しみ」と目を輝かせます。

子どもたちはこのように「育てる」体験を通して、作物の生育を学び、土の匂いや田んぼの泥のやわらかさを感じ、栽培農家の苦労を体感し、自然の恵みである作物や生産者への感謝の気持ちを育んでいます。

栄養バランスを考えた心温まる料理を作ることで、それは自分の身体や健康を考えられる人になるということです。「食とみどりの新発田っ子プラン」では、子どもたちの成長段階に応じた具体的な目標を設定（P.5参照）し、食に関する知識を養うとともに、料理を通して子どもたちが自立して生きていくために必要な実践力を育むことに力を注いでいます。

「二人でごはんを炊く」体験を通して、ごはんのおいしさを知りながら食べることにへの関心を高める。「二人で弁当を作る」体験を通して、米・野菜の生長や栄養バランスを理解しながら基本的な調理技術を習得する。「二人で郷土料理（小煮物）を作る」体験を通して、ふるさとの食文化を学び郷土愛を育むとともに、より高度な調理技術を習得する…。

気候風土に恵まれ特色ある豊かな食文化が育まれてきたここ新発田市において、「作る」という体験は、次代を担う子どもたちが自立して生きていくために必要な力、豊かな心を育むだけでなく、新発田の食文化の継承にもつながっています。

なるほど
すてはムミ
使えば資源



返す



食 べる

命あるものと生産者への
感謝の心を育む。

健康な身体を保つためには、規則正しくバランスの整った食事をとることが大切です。また、食卓を囲む家族や友人とのふれあいやコミュニケーションは、心も明るく満たしてくれます。

「食とみどりの新発田っ子プラン」では、栄養士が小・中学校を訪問して、食事の大切さ、あいさつや姿勢、正しいはしもち方といった食に関する作法や礼節などを指導する「食育出前講座」を行っています。また、新発田特産のアスパラガスなどの地場産農産物を積極的に給食のメニューに取り入れるほか、生産者と子どもたちが一緒に給食を食べる「交流給食会」なども実施することで命あるものと生産者への感謝の心を育てています。栄養豊富でおいしい給食をみんなで楽しく食べることも、大切な「食育」の一つ。「食べる」体験を通して、これからの未来を担う子どもたちの豊かな心と身体を育てています。

食べ残しを肥料に再生。
資源を活かすしくみを学ぶ。

新発田市では、生ごみを回収して堆肥を作る取り組みを進めています。現在、市内の小・中学校では給食の残さを子どもたちが自らの手で水切りをして分別。NPO法人が回収して有機資源センターへ搬入しています。

自分たちが分別した残さがどんなふうになるのかを知るために、市内の小・中学校では、生ごみから堆肥を製造している有機資源センターの見学を行っています。子どもたちは生ごみが堆肥になるまでの工程の説明を聞き、出来上がったばかりの堆肥を実際に手で触ってみて、食べ残しが堆肥へとリサイクルされるようすを学ぶことができます。

給食を残さず食べるのは大切なことですが、やむを得ず出ってしまった食べ残しも、分別して回収することで肥料として土に還り、野菜や花の栽培に役立てることが出来ます。市内の小・中学校では、給食残さが含まれた堆肥を使って野菜や花を育てる活動も行っています。

新発田の自信作 豊かなる自然 大地の恵み

環境に配慮した土づくりと
減農薬・減化学肥料の取組み。
地道な取組みが、
豊かな大地の実りをもたらします。



越後平野の北部に位置し、北西部には日本海に面した白砂浜海岸が広がり、東部には飯豊連峰の山々がそびえる新発田市。飯豊山系の豊富な雪解け水は、加治川とその支流によって市内へと運ばれ、「北蒲原の穀倉地帯」と呼ばれる肥沃な大地を育んでいます。

この豊かな大地、北蒲原平野は、米どころ新潟でも特に有数の良質な米の産地として知られ、新発田市では46,000トンを超える収穫量を誇ります(※)。

また、水田だけでなく、山間部から海岸平野部まで、それぞれの土地の特性を活かして、やわ肌ねぎやアスパラガス、オータムポエムなどの野菜類をはじめ、いちご、西洋なし、りんごなどの果物の生産、養豚、酪農などでも県内トップクラスの生産量を誇ります。

新発田市は、市内3か所にある有機資源センターで生産される堆肥を農業従事者に販売し、田畑に散布してもらうことで、さらに健全な土づくりを推進するとともに、自然環境に配慮した減農薬・減化学肥料にも取組み、安全・安心な農産物の生産をめざしています。

四季折々の旬の恵みが、 多彩な食文化を育む。

水田地帯だけでなく、山間部、海岸平野部と多彩な特徴をもつ新発田市では、さまざまな農作物が栽培されています。

県内有数の産地として知られるアスパラガスや、砂丘地を中心に市内全域で生産される「やわ肌ねぎ」、豊浦の久保地区で多く栽培されていたためにその名が付いたという「久保なす」、加治川地区で栽培される、幻の枝豆「といわれ」る「大峰かおり」などの野菜類のほか、紫雲寺地区や菅谷地区で主に栽培される「ルレクチエ」や「ラ・フランス」といった西洋なしや、五十公野地区で栽培される日本いちじく「蓬菜柿」、新発田市が誇るブランドいちご「越後姫」などの果樹栽培も盛んで、四季折々に新鮮な旬の農産物を楽しむことができます。また、紫雲寺地区で生産される高品質の肉豚「パイオニアポーク」に代表される酪農も行われ、地場産農産物による豊かな食文化が育まれています。



そうえん農場
下條 莊一さん
新発田市横岡(旧加治川
地区)で農場を営む。高品
質のコシヒカリ、越後姫、加
治川地域でしか栽培されな
い幻の枝豆「大峰かおり」な
どを栽培。ネットを通して、県
外へも販売している。



最高の状態で お客様にお届けしたい。

最大のこだわりは収穫方法。輸送中に熟すようにと早めに収穫する農家が多いなか、下條さんは完熟した実だけを慎重に選んで摘み取ります。越後姫特有の柔らかかなおいしさを損なわずにお届けしたい、という想いからです。完熟した実は傷つきやすいので、気温の低い早朝に摘み取り、さらに加冷して実を引き締めることで、流通段階でも傷つかないようにと工夫しています。さらに、発送する際には上下各三重のクッション材の入った越後姫専用のパックに入れて、壊れ物扱いで送っているといいます。

下條さんの越後姫は、栄養価も高く、ビタミンCやポリフェノールも豊富に含まれていることが実証されています。

そんな越後姫に、色白の妹が誕生しました。果肉は真っ白で、外側は薄ピンク色。甘みが強く、香りも濃厚。桃のような味わいが特徴で、「えちご美人」と命名されました。「越後姫に比べると弱く、実の数も少ない。わがままな美人ですよ」。

豊かなる自然
大地の恵み

新発田の自信作

越後姫



丹精込めて育てる、
可憐なお姫様、「越後姫」。

新発田市が誇るブランドイチゴ「越後姫」。「可憐でみずみずしい新潟のお姫様」という由来の名前どおり、果肉まで鮮やかな赤い色と、柔らかくジューシーで、甘みと酸味が絶妙な味わい、芳醇な香りが特徴です。イチゴ栽培に向かない新潟県の気候に合わせ、新潟県農業総合研究所で開発。1996年に品種登録されました。

新発田市横岡のそうえん農場、下條莊市さんが独自のこだわりをもって栽培する越後姫は、品質の良さで大人気。首都圏など県外へも出荷されています。

こだわりのつは、作業時期。「本来のイチゴの旬は初夏ですが、ハウス栽培で無理に早めているのが現状。ハウスでも、少し時期を遅らせることで甘みが増します」と語る下條さん。日照時間が増える3月頃から、ぐっとおいしくなるのだといいます。また、安心・安全を心がけ、「一番花が咲き始めると農薬類の使用をすべてやめるのだとか。そのため、果実は、洗わずにそのまま食べることができます」。



JA北越後
アスパラガス部会
阿部 信夫さん
新発田市道賀でアスパラガスの栽培に携わる。土づくりにこだわったアスパラガスは、生で食べられるほどやわらかく、甘いと評判だ。

大地の旨みをたっぷり蓄えた、やわらかな食感と風味豊かなおいしさが特徴の新発田産アスパラガスは、カロチンが多く含まれ、病気に対する抵抗力を高める効果があるほか、アミノ酸の一種、アスパラギン酸を含み、筋肉維持や疲労回復効果も高いことが実証されています。
油と相性が良く、加熱することで甘みや旨みが活性化するアスパラガスは、焼いても茹でてもおいしくいただけます。

健康にも、美容にも。
美味しく、体にも良い。

平成11年からアスパラガスの栽培を始めたというJA北越後アスパラガス部会のメンバー、阿部信夫さん。「親木を植えてから3年ほどで収穫できるようになりました。親木は、今年でもう14年目になります。春から9月いっぱい、毎日、朝夕方の2回ずつ収穫し、ピークの6〜7月は1日も休めないのだとか。「栽培で注意しなければならぬことは、排水。アスパラガスは、水を欲しがるときに水を嫌うんです。厄介なものだね」。

また、収穫期間が長いことも特徴の一つ。立茎栽培という方法を採用することにより、4月初旬から10月下旬まで収穫することが可能となりました。立茎栽培とは、まず親になる茎を育て、親茎が光合成によって養分を株に蓄えて新しい茎が生まれると、親茎を残して新しい茎だけを収穫するという栽培方法です。通常栽培の場合、株が次第に疲れて養分や水分が少なくなってしまうですが、立茎栽培は、親茎が毎日十分な養分を株に蓄えるため、収穫期の最後まで同じ品質のアスパラガスを収穫することができます。

こうして収穫されたアスパラガスは、徹底した温度管理のもと、厳選された高品質のものだけが出荷されます。

豊かな自然
大地の恵み

新発田の自信作

アスパラガス



こだわりの土づくりが育む、
甘くやわらかなアスパラガス。



津村 賢さん

地区で唯一の若手専業農家として、米倉地区の農業を牽引する。「家族経営だからこそできる、愛情のこもった農畜産物を届けたい」と語る。

家族で力を合わせて、
地元の農業を牽引する。

米どころ、米倉で生まれ育った津村さん。高校卒業後、農業大学校へと進み、20歳で農業を始めました。今は、米倉地区で唯一の30代の専業農家として、農畜産物の生産に励んでいます。コシヒカリ、秋田こまち、雪の精、こしいぶぎ、五百万石の5種類の米と、オクラ、山の芋、こんにゃく芋などを栽培し、肉牛50頭を肥育。こんにゃく芋は、手づくりこんにゃくに加工して、市内の特産物直売所「わくわく広場」で販売しています。

また、農業を行うかたわら、小学生を対象とした農業体験や料理教室を行うなど、地域の活動にも積極的に取り組んでいます。「農業は、自分の裁量でできる自由が魅力。天候に左右され、肉体的にもきつい仕事ですが、丹精込めてつくった作物を収穫できる喜びは何ものにもかえられませんね」と語ります。「若い人たちにもっと農業の魅力を知ってほしいですね。息子に『カッコイイ』と言われる農家になりたいんですよ」。

豊かなる自然
大地の恵み

米

新発田の自信作

米どころ新潟にあつて、県下でも有数の良質な米の産地として知られる新発田市。飯豊山系から流れる清涼な雪解け水は、ミネラルを多く含んだ地下水として田畑を潤し、豊かな穀倉地帯を形成します。さらに、新発田市では市内3か所にある有機資源センターで堆肥を生産。それを生産者に販売し、田んぼに散布することで「健全な土づくり」を進めています。こつして生まれた肥沃な土壌と、昼夜の寒暖差。米づくりに最適な条件がそろった新発田市で、安心安全でおいしい北越後米が育まれています。

豊かなる自然
大地の恵み

オクラ

新発田の自信作

新潟県内第1位の生産量を誇る、新発田市のオクラ。独特のぬめりがあり、栄養価も高く、人気の野菜です。露地栽培とハウス栽培を併用することにより、6月上旬から11月末まで長期間にわたり収穫されます。学校給食にも使われ、かわいらしい星型のオクラが浮かぶ夏らしい汁物は、人気メニューとなっています。毎年、七夕の時期には、「七夕ランチ」を作る親子料理教室も開催。オクラや旬の野菜を使った「七夕スープ」などが作られます。



新発田の食と伝統 食文化の伝承

子どもたちに伝えていきたい、
この地で育まれてきた「おふくろの味」や食文化。

古くから加治川地区で農家の
自家用として細々と栽培され
てきた「幻の枝豆」。粒が大き
く、香り高く、コクのある旨味
が特徴です。冷凍しても鮮やか
な色と香りが劣化しないため、
ずんだやジェラートなど加工品
の開発も進められています。

新発田の自信作

大峰かおり



肉厚の葉が特徴の新発田市
発祥の新野菜。日本人に不
足しがちなカルシウム・マグネ
シウム・銅・亜鉛・鉄などミネラ
ルをはじめ、ベータカロチン
や葉酸なども多く含まれます。
CO2吸収量が高く、グリーン
カーテンとしても楽しめます。

新発田の自信作

パウリーリーフ



強い甘みと酸味のバランスが
絶妙の「紅玉」には、りんご酸
が多く含まれています。りんご
酸は疲労物質である乳酸の分
解を促進する疲労回復効果や
抗アレルギー作用、殺菌作用
もあるといわれ、栄養価が高い
果物としても注目されています。

新発田の自信作

いちじく

かつては多くの家庭でも見ら
れた日本在来種。西洋いちじ
くにはない、とろけるような甘さ
と、完熟したときの独特の風
味が特徴です。おもに五十公
野地区などで栽培され、生食
のほか、甘露煮、シロップ漬け
などにも利用されています。



蓬来柿

新発田の自信作

りんご

懐かしい故郷の味を、
次世代へ伝えるために。

郷土の伝統料理や食文化を伝え
る活動の中で、大きな役割を担って
いる食生活改善推進委員協議会。
「私たちの健康は私たちの手で」を
合言葉に、食育や食事バランスの普
及・啓発のために全国各地で活動し、
新発田市でも12地区でさまざまな
取組みが行われています。

幼稚園や小・中学校を訪れて調
理実習を手伝ったり、公民館で栄養
講習会を開催したり、高齢者向けの
食事を紹介したりと、食育全般を
担うのは、通称ヘルスマイトと呼ばれ
る委員の皆さんです。「のっぺや笹団
子などの郷土料理を子どもたちと一
緒に作ることで、地域が誇る、伝統
の味を次世代に伝えていけたら」
と会長の佐藤ミネさんは語ります。
「食事は、生涯を通して続く大切な
営みです。親から子へ、子から孫へと
地域で育まれた豊かな食文化を次
世代へとつないでいきたいですね」。

食生活改善推進委員協議会
佐藤 ミネさん

「高齢者や単身世帯も、野菜を多く摂る、減塩を心がけるなど基本的なことを実践してほしい」と語る。「子どもたちや若い人も、故郷の味をいつまでも忘れないでほしいですね」。



新発田の食と伝統

次の世代へ 伝えたい味

四季折々の素材を使ってつくられる、
故郷の料理、家庭の味。
忘れることなく、
途絶えることなく、
親から子へと伝え続けていきたい
故郷の味があります。



しばたの雑煮

[材料]4人分
 餅……4個
 大根……中½本
 ごぼう・人参……各70g
 打ち豆……20g
 板こんにゃく・塩鮭(はらす)…各150g
 かまぼこ……½本
 長もやし……½束
 いくら……大さじ3
 醤油……大さじ2
 パセリ……少々

[作り方]

- 1) 大根は長さ5cm・巾3cmの短冊切りにする。
 - 2) 塩鮭ははらすのうすいところを短冊切り。
 - 3) ごぼう・人参・こんにゃくは大根より小さい短冊切り。
 - 4) 長もやしは長さ3cmに切る。
 - 5) ちくわ・かまぼこも短冊切り。
 - 6) 鍋に水、1～3と打ち豆を入れて煮込む。
 - 7) 煮上がったら醤油で味つけし、長もやしとかまぼこを入れる。
- 5) 一煮立ちしたら、最後にいくらとパセリを入れる。
 ※大根・ごぼうは前日に茹でておく。餅は別に煮る(焼く)。

※地域により具材等、異なる場合がございます。

春

城下町新発田が誇る 郷土料理「から寿司」

麻の実、生姜などとともに甘く炒った
おからを、酢でしめた小鯛、コハダ、ア
ジ、キスなどの小魚で包んだ「から寿
司」は、新発田の代表的な郷土料理。
江戸時代中期に魚屋さんが考案した
といわれ、低カロリーで保存のきく健
康食品としても注目されています。



アスバラのひたし(川東)

さくらご飯(加治川)

から寿司(新発田)

手づくりの温かさが伝わる 昔ながらの「三角ちまき」

一晩水に浸したもち米を笹の葉で三
角形に巻き、お湯で煮てつくる「三角
ちまき」。昔は農家で作業の合間に食
べたという保存食ですが、今では端午
の節句などの祝い菓子として作られ、甘
いきなこをまぶして食べます。上杉謙信
が戦の際に携帯したとも伝えられます。

夏



三角ちまき(佐々木・加治川)

小なすの丸漬げ(加治)

ほくほくの秋の味覚 「栗おこわ」

ほくほくの栗の甘さとモチモチのおこ
わの食感が絶妙な、栗の季節に一度
は食べたい秋のご馳走です。あずきの
茹で汁に一晩浸したもち米をざるにあ
け、あずきと混ぜてふきんを敷いた蒸し
器にすり鉢状に入れます。強火で40
～50分蒸したら、栗を加えます。

秋



五目豆(豊浦・加治)

呉汁(加治)

栗おこわ(川東)

祝い事には欠かせない おふくろの味、「小煮物」

冠婚葬祭には欠かせない新潟の代
表的な郷土料理「のっぺ」は、新発田
では「こにも」「こにもん」などと呼ば
れます。入れる具材の種類や切り方
も地域や家庭によってさまざま、冬
は温かくして、夏には冷やして食べる、
懐かしい郷土の“ごっつお”です。

冬



小煮物(新発田)

魚麩の煮しめ(新発田)

地域を明るく、新たなチカラたちも わたしたちも 発信しています



学生が運営する「まちカフェ・りんく」は、地域の人たちの憩いの場として人気。



敬和学園大学の学生が運営する まちカフェ・りんく

商店街の空き店舗を利用して、敬和学園大学の学生が運営する「まちカフェ・りんく」。地元の新鮮な食材を使ったランチや喫茶メニューを提供しています。学生たちが地域に入り、地域から学び、地域と共に成長することをめざすというコンセプトどおり、毎週火・木曜日には「ワンデイシェフの日」を設けて地元栄養士さんなどをシェフに迎えるといった、地域と一体となった活動が注目を集めています。

さらに、お年寄りや障がいのある方々へのお弁当配達や買い物代行サービスを通して、安否確認や御用聞きなどを行い、地域のネットワークづくりや福祉コミュニティの形成につながる活動も進めています。隣接するサロン・スペースには古本も並べられ、自由に楽しむこともできるなど、「まちカフェ・りんく」は、地域の人々をつなぎ、憩いの場として大きな役割を果たしています。

芝農産食材でつくるランチを提供

新発田農業高校



新発田農業高校では、敬和学園大学の学生が運営する「まちカフェ・りんく」で、一日限定の「芝農カフェ」を年に数回開いています。放牧と米ぬか飼料で飼育するというこだわりの豚肉や、丹精込めて育てた野菜を使った「芝農さんちのドライ風カレー」、「ほくほくポテトサラダ」、「芝農ジャムのふんわりロールケーキ」などのランチメニューはいつも大人気。新鮮な卵や野菜、加工品の販売も行っています。特に、地元特産の越後姫を使ったイチゴジャムは、タレントの田中義剛さんも絶賛したほどの美味です。

アスパラパンの企画・開発に挑戦！

新発田商業高校



新発田商業高校では、地元特産のアスパラガスを使った新商品の企画・開発に取り組んでいます。市が開発したアスパラピュレを生地に練り込むことで、風味豊かなアスパラパンが完成しました。ふわふわ食感の「アスパラダイス」、おつまみにもぴったりの「アスパラチーズ」など4種類のオリジナルパンは、いずれも地元のパン業者と試行錯誤を繰り返した末に誕生したもの。ネットにもセンスが光ります。十二斎市やナイトバーゲンなどのイベントで販売すると、いつも完売するほど大好評です。



地域や学校、食品スーパーから生産者へとつながる 食の循環の輪



地域での取り組み

各家庭で生ごみを水切り分別をしてごみステーションの専用容器へ。



小・中学校での取り組み

給食の食べ残しは子ども達が自ら水切り分別をしてNPO法人が回収に。



食品スーパーでの取り組み

市内の一部食品スーパーでは、野菜くずや消費期限切れの食品等を分別。



新発田市農水振興課
有機資源センター所長
馬場 政雄さん

堆肥を使った野菜は、色や味も良く、病気になりにくく、安心して食べられます。堆肥を使っておいしい野菜を育て、調理して食べて、食のサイクルを感じてください。



生産者へとつながる循環の輪 生ごみを堆肥にする 安全な食の循環

わたしたちが食事をすることで、どうしても生まれてしまう生ごみ。これらを回収し、土に還すことで、有機資源の「循環の輪」が生まれます。自然環境を守り、安全な食べ物をつくる。「循環の輪」を広げていきましょう。

土からいただいた命を土へと還す。

新発田市では、生ごみ等を回収して堆肥を作り、土に還すことで有機資源の循環を図る取り組みを進めています。2013年現在、市内11の推進地区で家庭から出る生ごみを回収しているほか、15校の小・中学校で給食の食べ残しを子どもたちが分別。NPO法人ユー&ミーの会が回収して、有機資源センターへ搬入しています。また、一部の食品スーパーなどでも、消費期限切れの食品を回収して堆肥化する動きが広がっています。

有機資源センターでは、回収した生ごみや、牛・豚・鶏などの家畜のふんにもみ殻を混ぜ、発酵させて堆肥を作ります。二段階に分けて発酵を行い、2か月ほどで、サラサラして匂いも気にならない良質な有機肥料が出来上がります。

出来上がった堆肥は、市内の農家や学校・施設などで土づくりに使用され、土づくりにこだわった安全でおいしい農産物を作って市民に提供する、食の循環のしくみが生まれています。

リサイクルへの取り組みで、
売る側の意識も変わる。

（株）ウオロクでは、新発田市内の全店舗で野菜くずや消費期限切れの商品などを分別し、回収業者に委託して、有機資源センターへ搬入しています。以前はすべて廃棄処分していましたが、「食の大切さ」を考え、取り組みを始めたといえます。

新発田緑店の中村店長は、「分別・回収を行うようになって、私たちが売る側の意識も変わりましたね。お客様が買いやすいように量や価格を見直して、口スを減らす努力をするようになりました」と語ります。努力が功を奏し、回収量は徐々に減っているとか。買う側にも、売る側にも、環境にもやさしい取り組みです。



（株）ウオロク緑店
中村 光昭店長

「ラ・ジェンマ」菊池さんの考えるモットイナイ

料理は、地元の食材を中心に素材からこだわって想いを込めて作っていますから、最後までおいしく召し上がってほしいと思っています。ですから、お客様のようすを見て、もし食べきれないようならお持ち帰りしていただくように声をかけます。その際に、「オープンで温めてくださいね」など、一言アドバイスをさせていただいています。一時間かけることで、時間が経ってしまった料理もおいしく召し上がっていただけますから。



ラ・ジェンマ
菊池 正史さん
自家栽培の野菜をはじめ、地元食材中心の素材にこだわった本格イタリアンを提供する。



山岳手打ちそば 一寿
板垣 一寿さん
特製そば粉を石臼で挽いた、打ちたての香り高いそばが評判。県産ダツタンそばの開発にも力を注ぐ。

「一寿」板垣さんの考えるモットイナイ

当店のそばつゆは、かつおぶしのほかに最高級品といわれる日本海産のアゴ(トビウオ)と北海道産の昆布を使って丁寧にダシを取ります。ダシを取った後も栄養素の9割は残っていますから、これを細かく刻んでいたけを加え、梅干しと和えて、小鉢料理としてお出ししています。さっぱりとした口当たりで、お客様にも好評ですよ。海洋性のは身体に良く、特に、夏には暑さによる疲れを癒してくれる効果もありますね。



食の循環しばたモットイナイ運動

100店舗達成!



協力店はこの
タペストリーが
目印!

新発田市では、大地の恵みや、生産者・料理を作ってくれた人など、広く「食への感謝」の気持ちを表す行動として、「食の循環しばたモットイナイ運動」に取り組んでいます。家庭、幼稚園、保育園、小・中学校や飲食店等において、「食べきり」、「食べ残しを減らす」などの取組みを進めることで、生ごみの量を減らすことができます。食への感謝の心をもって食べ物を大切に、「モットイナイ」の心を未来につないでいきましょう。



食の循環しばたモットイナイ運動協力店 募集中!

「食」への感謝の心を大切に モットイナイ運動

食料の約60%を海外から輸入する一方で、年間500〜800万トンもの食料を廃棄している日本。これは国内で1年間に収穫される米の量とほぼ同じです。自然の恵みや作ってくれた人への感謝の気持ち忘れず、食べ物を大切にすることが必要とされているのではないのでしょうか。

新発田市では、食材を使いきり、食べ残しを減らすことを目的に「モットイナイ運動」を推進しています。必要な分だけを購入し、調理方法を工夫して食材を丸ごと使い切るといった家庭での取組みや、食べきれない量だけを注文し、食べきれない場合は持ち帰るといった外出先での取組みなど、市民の意識改革を図る一方、飲食店にも食べ残しを減らすための工夫を呼びかけています。食べ物を大切にすることを、「モットイナイの心」を、新発田市から全国へ発信しましょう。

できることから始めましょう!

家庭での“モットイナイ”

- 一、家にある食材を確認し、必要なものだけを購入する。
- 一、適量の調理を心がけ、料理の作り過ぎをなくす。
- 一、賞味期限を確認し、期限切れで捨てる食材をなくす。
- 一、調理の工夫で、食材を丸ごといただく。

外出先(外食時)での“モットイナイ”

- 一、食べきれない場合は「少なめにできますか?」、食べられない場合は「〇〇を抜いてもらえますか?」などの確認をする。
- 一、食べきれない場合は持ち帰り可能か確認する。

宴会での“モットイナイ”

- 一、出席者の性別・年齢層、食べられないものをお店側に伝えておく。
- 一、席を立たず、美味しい料理を味わう時間を設ける。
- 一、残ってしまった料理は持ち帰り可能か確認する。

「モットイナイ」が
合言葉!



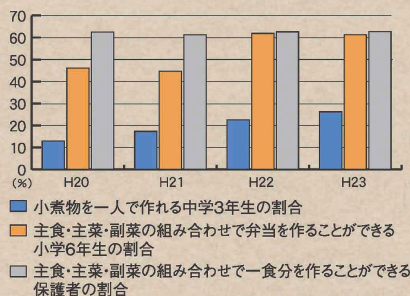
特徴的な取組みの「成果と課題」

1 食とみどりの新発田っ子プラン

市内全ての園・学校が家庭や地域と連携し、食の循環(育てる→調理する→食べる→返す→育てる…)の知識と実践力を身に付け、生きる力や豊かな心を育てています。

【成果と課題】

右図のとおり、子ども達には実践力が徐々に身に付いているのが分かりますが、保護者の変化が見られません。家庭での食育への意識向上と、園・学校と家庭や地域が更に連携することが望まれます。

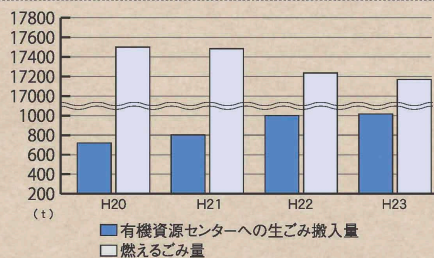


2 生ゴミを堆肥へ

このまちづくりの特徴でもある「残さ処理」と「肥料土づくり」は3か所の有機資源センターで行われています。現在、市内11地区からの家庭生ごみと小・中学校15校の給食残さなどを堆肥にし、市内生産者が使用するという循環の輪を築いています。

【成果と課題】

上記の取組で生ごみ搬入量は増加する一方で、燃えるごみの量は減少しています。今後は、各家庭での生ごみ発生抑制と残さ処理の取組みが望まれます。



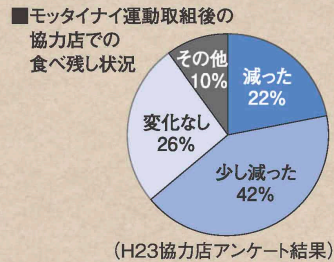
〈参考〉
 家庭生ごみ推進地区数 平成20年度…6地区 →平成23年度…11地区
 水切り分別実施小・中学校数 平成20年度…9校 →平成23年度…15校

3 食の循環しばたモットイナイ運動

園・学校や市内100店舗を超える飲食店と協力し、「モットイナイ」の心を伝え、生ごみの発生抑制と減量化を目指しています。

【成果と課題】

右図のとおり、協力店の64%が取組み開始前に比べ「食べ(飲み)残しが減った」と答えています。「飲み放題プランでの宴会の際、飲み残しをしない場合は、一人150円を返金する」といった各店の工夫により、効果が出ているようです。今後は、家庭でもモットイナイの意識が望まれます。



ひとりひとりの小さな努力が、「食の循環」につながります。

「新発田市食の循環によるまちづくり条例」が施行されてから4年。成果を上げ、全国的にも注目を集める一方、課題も明らかになってきています(上図参照)。

「食」は、人が生きていく上で欠かすことのできないものです。「食」にかかわるすべての人々がつながって初めて「食の循環」という営みが再生されます。ふるさと新発田が誇る「豊かな大地」を守り、活かし、次代へ引き継ぐためには、私たちが、日々の暮らしの中で「食の循環」や「食の大切さ」を意識し、できることから実践していくことが大切です。

地場産の商品を意識して購入する、朝食をしっかり食べる、食材の買い過ぎや料理の作り過ぎに気をつける、といった日々の小さな努力が、「食の循環」を進めることにつながります。あなたも、このまちづくりの一員として取組みを始めませんか？

新発田にみる 食の循環による まちづくりの成果

市民・事業者・市が協働で進めるこの取組みは、全国的にも注目を集めています。このまちづくりを次代へと引き継ぐために、日々の暮らしのなかで、「食の循環」の重要性を意識し、各家庭でもできることから実践していきましょう。





食King-Agakita+
[9月下旬]

新発田市の特産品アスパラガスを使ったカレーやジャージャー麺、胎内市の米粉を使った「胎内ゴールド焼きそば」など、阿賀北地域8市町村のイチオシグルメが大集結する食のビッグイベント。

食彩フェア
[7月中旬]

親子で笹団子づくり体験や、七夕ランチ、アスパラ白玉ポンチなど簡単でおいしい調理の体験コーナー、工作やクイズで「食」について学べるコーナーなど、子ども向けの楽しい企画がいっぱいのイベント。旬菜カレー、ジェラート、串焼き、地場産野菜などの販売コーナーも大好評。



そばまつり
[10月中旬]

新発田出身の赤穂浪士・堀部安兵衛が討ち入り前にそばを食べたという言い伝えから、そばを通じて人と人、地域と地域の交流を図ろうというイベント。新発田市内はもちろん、県内外から有名なそば店が集結し、自慢の腕をふるう。そば販売のほか、そば打ち体験や、そば打ち名人の技の披露などもあり。



**新発田は
食のイベントが
目白押し!**

城下町しばた全国雑煮合戦
[1月中旬]

全国各地の伝統的な雑煮から、趣向を凝らした創作雑煮まで、約50店舗が集結して自慢の腕を競う新年恒例の大イベント。日本一の雑煮、征夷大将軍の座をめぐる、熱い戦いが繰り広げられます。例年2万人近い来場者が訪れ、餅まき、コンサート、看板娘コンテストなどのステージイベントも盛り上がる。



食のアスパラ横丁
[5月~6月]

市内の飲食店が、新発田の特産、アスパラガスを使った料理を提供するイベント。和食、洋食、中華からパンやスイーツまで多種多様な料理がそろう、シールを集めて応募すると、新発田産の新米や農産物セットなどの景品が当たる。



アスパラ
みどりカレーをはじめ、
さまざまな
アスパラガス料理が
楽しめるよ!



新発田の農産物カレンダー

品名	出回る時期(月)											
	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
アスパラガス	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→			
さやいんげん		←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→			
オクラ			←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→			
かぼちゃ			←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→			
小松菜	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
春菊	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
チンゲン菜	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
トマト		←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
ミニトマト		←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
オータムポエム							←→	←→	←→	←→	←→	←→
にんじん	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
ピーマン		←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
ブロッコリー		←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
ほうれん草	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
枝豆		←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
かぶ	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
キャベツ	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
きゅうり		←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
ごぼう	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
大根		←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
たけのこ	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
玉ねぎ	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
なす		←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
ねぎ	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
白菜	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
みょうが		←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
レタス	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
れんこん	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
じゃがいも			←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
さつまいも						←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
しいたけ	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
米						←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
大麦			←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
大豆									←→	←→	←→	←→
いちご	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
いちじく					←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
りんご					←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
洋なし							←→	←→	←→	←→	←→	←→
ぶどう				←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
桜桃		←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
柿							←→	←→	←→	←→	←→	←→
ぎんなん								←→	←→	←→	←→	←→

■編集・発行(お問い合わせ)

新発田市 企画政策課

〒957-8686 新潟県新発田市中央町4-10-4

TEL.0254-22-3101(代表) FAX.0254-22-3110

食の循環によるまちづくり

検索

<http://www.syoku-jyunkan.jp/>

