

## 山梨県甲府市上帯那地域で 「ルバーブ収穫体験」 に参加しました！

2016年度 耕作放棄地活性化活動  
第2回 2016年8月6日（土）

山梨県甲府市「帯那地域活性化推進協議会」との  
「企業の農園づくり推進事業に関する包括協定」に基づく取り組み



ファミリーマートは山梨県甲府市上帯那地域にて、耕作放棄によって荒れてしまった田畑の再生をお手伝いする活動に2011年度より取り組んでいます。甲府市帯那地域活性化推進協議会と「企業の農園づくり推進事業に関する包括協定」を締結し、菜の花や青大豆、棚田での稲作で、耕作放棄地の再生を支援しています。2016年度第2回の活動は5月の田植えに続き、「ルバーブ収穫体験」です。ファミリーマートの社員とその家族約20名が参加しました。上帯那の自然豊かな中で、ルバーブの収穫とジャムづくりを体験しながら地域の皆さんとの交流を深めています。

### Report

## 帯那の自然に恵まれ、稲がすくすく成長していました

ファミリーマートからは甲府営業所とCSR・コンプライアンス部の社員とその家族約20名が参加。帯那地域活性化推進協議会の皆さまと地域の皆さまを含め約34名の参加です。青々と光る田んぼに参加者が集合し、収穫前のセレモニーがスタート。まずは5月に田植えを行った田んぼで稲の成長を確認。2か月余りですくすく育ち、立派に育った姿に「もうこんなに大きくなったんだ！」と感嘆しました。

今回の活動はルバーブの収穫とジャムづくり教室です。シベリア原産のルバーブは上帯那の気候や風土と相性がよく、立派に育っていました。



畑に集合！今日も頑張りましょう！



自然の恵みと推進会の皆さんの手入れのおかげですくすく育った稲



立派に育ったルバーブ！



収穫時期を迎えたかぼちゃとひまわり。夏を感じます。

協議会の方よりルバーブの収穫方法についての説明を受けた後、収穫を挑戦！「茎が切れないようしっかり力を入れて！」と協議会の方のアドバイスを受け、みんなで一生懸命収穫しました。ルバーブは「葉柄」と呼ばれる茎のような部分のみを食べるため、葉は刈り取ります。

続いてはお待ちかねのジャムづくり！自分たちで刈ったたくさんのルバーブを両手に抱え、ジャムづくり教室へ向かいます。



社員とその家族がルバーブ収穫に奮闘中



収穫の喜びを味わえる一時でした

葉柄のみを使用するため  
葉を切り落とします採りたてのルバーブはみずみず  
しいです

## ルバーブってなに？

シベリアの原産。日本に入ったのは明治初期とされる。温帯の中北部に適する。（出典：「世界大百科事典」）酸味と芳香があり、煮てジャム・ゼリー・ソースなどを作る。カリウム・カロテン・カルシウムを多く含み、抗酸化効果、高血圧予防など機能面でも優れている。

ジャムづくり教室では料理研究家・6次産業化プランナーとして全国区で活躍している玉川真奈美さんより丁寧に調理方法を教えていただきました。

刻んだルバーブに砂糖を混ぜておくと、たくさんの水分が出てきます。その水分と一緒に煮詰めるだけでルバーブジャムの出来上がりです。パンだけでなく、ウインナーやお肉などを炒めたものにもよく合い、ルバーブジャムを使った料理を試食させていただきました。なかなか見慣れないルバーブを使用した料理にみんなで舌鼓！「おいしい！おいしい！」の声が止まりません。

今回の活動では、ルバーブの収穫・ジャムづくり教室を行い、地域の皆さんとファミリーマート社員が一体となり活動を行うことができました。

次回は活動は9月末の稲刈りです。これから約2ヶ月の間に稲がどこまで成長しているのか、とても楽しみです。

## ルバーブジャムの作り方

今回ジャムづくりを教えてくださいました  
玉川真奈美先生ルバーブを刻んで  
砂糖を混ぜますしばらく置いておく  
と水分がこんなに！水分が出たルバーブを  
煮詰めます

ジャムの完成

ファミリーマートは、事業活動を通じて常にお客さま、地域社会、そして地球を幸せにする存在となることを目指します。