

しかベタイムズは鹿部温泉観光協会が、鹿部の旬な食材や、鹿部の仕事に関わる魅力ある人、観光情報、鹿部の旬な情報などをお届けしていきます。



しかべタイムズ

私が担当しております!

鹿部温泉観光協会
金澤 佑



令和4年 10月 第15号 隔月発行

鹿部の今が旬な食材

たらのき

若芽の「たらの芽」は山菜の王様と呼ばれ、なかでも天ぶらは春のご馳走として親しまれている。若芽だけが話題になる「たらのき」だが、実は樹皮・根皮・トゲ等には健康づくり役に役立つ様々な成分が含まれている。

血圧や糖尿を抑える葉効もあるとされ、ており、葉や茎を焙煎し、飲み易く仕上げた「シケルペティ」を、茶替わりに常用し、健康で長寿が多い町になることを切に願う。

出典：熊本大学薬学部 薬草園植物データベース「ウコギ科タラノキ」
画 Y.K さん(町内在住)



今月の旬な鹿部人 しかべ健康茶の代

まつだ まつひこ 松田 辰彦 さん

まつだ まつひこ 松田 辰彦 さん



(左) 松田辰彦さん。会員の横井正彦さんと。

日本各地で暮らしてきた松田さんが移り住んで二十二年。自然豊かな北海道でブルーベリーやハスカップを育て、ゆっくりと大地と向き合い暮らしたかった。「海・山・温泉のあるこの地は私にとって最高の場所だった。この町の新たな特産品を作って、地元の方に腹いっぱい食べさせてあげるのが私の夢です。」昨年設立した団体では、心と体の健康づくりを目的として、健康茶の普及などに取り組んでいる。「素晴らしい仲間たちとの活動が私の一番の元気の源です。」と優しい語り口で話してくれた。

栄養満点!!

「タラノキ茶ごはん」

今回のお料理は **しかべ健康茶の会**

【材料】

タラノキ茶ティーバッグ1ケ、白米2合、塩少々

【作り方】

1. 白米を研ぎ、お好みの量のお水を加える。そこに、ティーバッグ1つのタラノキ茶とお塩を少々振り、ごはんを炊く。
2. 炊き上がったたら蒸らして混ぜて出来上がり。

「昆布の里サスティナブルツアー」開催

「町内清掃活動実施中」

鹿部温泉観光協会では、観光のお客様に、そして、町内で暮らす皆様に、快く過ごしていただけるよう清掃活動を実施しております。参加希望の団体または個人は、下記の連絡先までお問い合わせの上、是非ご参加ください。

毎月第3土曜日 (4月~11月)
8:00~



真剣に昆布締めを捌く参加者。

この度、鹿部温泉観光協会では都市部で暮らす親子を対象に、当町の特産品である「白口浜真昆布」をテーマに、海と森の繋がりや環境保全活動を通して、新たな関係人口を創出することを目的とした「昆布の里サスティナブルツアー」を開催した。海の中の昆布鑑賞や植樹体験・昆布を使ったお料理など、当町ならではのプログラムを通し、参加者からは楽しそうな親子の会話や非常に満足度の高いアンケート結果が得られた。10月にもう1本催行を予定している。

