

商工会女性部はまさに
元気と安心をお届けしています。

はちみつ 通信

「短命県」返上へ！
地元食材からとった
「だし活」で健康増進
青森県商工会女性部連合会



青森県は、平均寿命が全国でもワースト上位という残念な記録が続く「短命県」となっています。県では短命県を返上すべく、出汁のうま味でおいしく減塩する活動「だし活」を展開しています。

女性部も短命県返上と地域活性化に一役買おうと地域食材や郷土料理にだし活という要素を取り入れた調査研究に取り組んできました。

各女性部では出汁について勉強会を

開催し、出汁をとる食材とメニューの選定、地元食材を使った新たな出汁や減塩郷土料理のレシピ考案、そして試作に取り組みました。味がまとまらなかつたり、物足りなさを感じたり、減塩料理の難しさや苦労もありましたが、出汁の工夫次第で食材本来の味が楽しめたり、豊かな味わいに変わったり、日頃から料理に携わる女性部員にとっても出汁の大切さを再認識しつつ、県内7地区の「だし活レシピレポート」



地元の食材を詰め込んで試作中の「西海姫御膳」(飯)

西海^{さいかい}市の魅力！
食で伝えるお弁当！

西海市商工会女性部(長崎県)





を完成させました。当初は昔ながらの郷土料理を減塩したレシピを目指していましたが、ほかに地元食材を使った「オリジナルだし」の考案や日常的な料理レシピへと展開が広がり、個性あふれるレシピレポートとなりました。今後はだし活レシピレポートという



上／県内の女性部7地区それぞれに「だし活レシピレポート」を作成 左／出汁についての勉強会の様子

女性部の財産をもとに、地元イベントでの振る舞いや料理教室、レシピの周知活動、新商品開発などアフターコロナにおける女性部活動を検討中です。これまで以上に地域貢献できると、今から多くの女性部員が楽しみにしています。

西海市は日本の西端、長崎市と佐世保市に挟まれた山あり海ありの自然豊かな地域です。農水産業が盛んで、みかん、ゆで干し大根、伊勢エビなど、16種類の地産産品をブランド名「ぎゅぎゅっとー西海」と名づけ、ただ今、全国に発信・PR中です。

当女性部では、産品の地産地消を図りながら、地元につながるキリンシタン文化を偲ばせる十字架クッキーを飾った「八ノ子島カレー」や、甲子園初出場の大崎高校野球部（西海市大島町）へエールを送る、大きなカツをトッピングした「八ノ子島大崎勝カレー」の提供など、「食」を通して、地元を「元気に!」「魅力発信!」をテーマに活動しています。

今回新たに、おもてなし事業の一環として、訪れた観光客などに自然豊かな産品を提供することを目的に、お弁当「西海姫御膳(飯)」の商品化に着手しました。

使用する食材は、西海市産。容器もSDGsにこだわり、見た目もやさしい木の曲げわっぱを採用。地産地消や環境面に配慮しました。

さらに商品の魅力度アップのため専門家を招へい。食材・調理法など助言をいただき、商品化実現に向けて準備を進めています。今後、イベントで販売するなど、商工会女性部はもとより、



招へいた専門家（中央）とお弁当の開発にあたる女性部員たち



十字架クッキーがのった「八ノ子島カレー」

西海市のPR・活性化に寄与するよう活動を継続していきたいと部員一同、意欲に燃えています。