



おやま えいしろう
小山 栄一郎 さん(43)

柏原地区出身。県立農業大学校で花の栽培を学んだ後、東京の専門学校で園芸療法を学び、卒業後は講師を務める。2008年に帰郷し、実家の家業である農業を継ぐ。つるだ特産品販売所自慢館の副会長を務めるなど、地域の担い手の中心として活動している。

農家×小山 栄一郎



▼小山さんは農業の魅力を知ってもらうための活動にも力を入れていきます。その一つとして、学生時代に学んだ園芸療法の知識を活かした花の寄せ植え教室があります。「花は単なる商品ではありません。花を育てることで様々な刺激を受けて心身をリフレッシュできる効果があります。」



今の時期はナスとピーマンを収穫。みずみずしくて美味しそうです！



▼若い頃から農業に興味があった小山さんは県立農業大学校を卒業し、東京の専門学校に進学。2008年、親が元気なうちに家を継ぐと決心し帰郷しました。「カボチャは放っておくと脇芽という不要な芽が成長し、実に十分な栄養が行きません。手作業で摘むので大変ですが、味や見た目が良くなります。他の野菜も同じで手間をかけることで商品価値の高い野菜ができます。結果は自分の努力次第なのでやりがいがあります」と農業の魅力を話します。

▼その他にも小山さんは、子どもたちが農業を体験できる取組を行っています。主なものでは、親子で農園の夏野菜を収穫し、採れた野菜を使ったカレー作り。昔ながらの方法で田植えから稲刈り、掛け干し、脱穀を行い、できあがった米を使ったおにぎり作りといったものがあります。「食との関連や自然とのふれあいなどを農業を通じて子どもたちに学んでほしいですね。農業はものづくりの原点です。農業からしか学べないことが数多くあると思います。若いうちに農業を体験し、これからの農業を支えていく人材が育ってほしいと思います。学校で国語や算数を勉強するのと同じように、農業を教育の一環として体験できる場を作っていくことが今後の目標です」と農業への熱い想いを語りました。

▼柏原地区で代々営まれる小山農園。冬にはゴボウ、春先から夏にかけてはカボチャやナス、ピーマンなど様々な野菜が収穫されます。農園を営むのは小山栄一郎さん。小山さんが栽培するカボチャ「栗五郎」は町のふるさと納税の返礼品の一つで、ホクホクとした食感と栗のような甘みが好評の人気商品です。

植物に触れあうこと自体に価値があります」と話します。



—— 食生活改善推進員が食事を通した健康づくりを伝えます ——

夏野菜と豚肉のつけ麺

Recipe 08



1人あたり 753.8kcal 食塩相当量 4.9g



夏野菜

教えてくれる食改さん※

大庭さん 酒匂さん 橋口さん 花野さん 宮さん



※食を通した健康づくりを行うボランティア団体

◆材料（2人分）

そうめん……………	2束
豚バラ肉……………	120g
ニンジン……………	1/2本
ナス……………	2本
ピーマン……………	2個
ミニトマト……………	適量
大葉……………	4～5枚
油……………	大さじ1
だし汁……………	350ml
みりん……………	大さじ2
濃口醤油……………	大さじ1.5
薄口醤油……………	大さじ1
唐辛子……………	適量

MEMO

夏野菜には、ビタミンCや水分を豊富に含んでいるものが多く、身体にこもった熱を、身体の中からクールダウンしてくれます。つけ麺の汁を全て飲むと塩分摂取量が多くなるので、汁は残しましょう。



① ニンジンは3cmくらいに短冊切りにし、ナスとピーマンは一口大に切る。



③ 豚肉と野菜を炒め、火が通ったらAを加えナスが柔らかくなるまで煮る。



⑤ そうめんを水で洗った後一口大にまとめ、大葉とミニトマトを盛り付ける。



② フライパンに油を引き、一口大に切った豚肉を炒める。



④ そうめんを茹でる。大葉を千切りにし、ミニトマトを半分に切る。



⑥ ③にそうめんをよく絡ませて食べます。