

## 「福島への食の安全と魅力を伝える風評払拭活動」

みなさん、こんにちは。しんせいのゆきえとマサッチです！

2024年度、私たちは原発事故由来による風評を払拭する活動に取り組みました。その様子をレポートします！



**マサッチ：**きっかけは「原発事故以降、野山に自生する山菜などを使った昔ながらの郷土食は作らなくなった」という地域の農家さんたちの話だったよね？

**ゆきえ：**そうそう、原発事故から13年経って、除染が行われなかった山林に生息する山菜とかの放射能はどうなの？って、心配だったよねー。

・・・ということで、みんな（福島県立あさか開成高校×国立環境研究所×しんせい）で調査して。それから、おばあちゃんに郷土食の作り方を教えて頂き、県外の消費者に「福島への食の安全と魅力を伝える風評払拭活動」を行いました！

※活動の様子をまとめた動画もあります。ぜひご覧ください！ <https://youtu.be/HzyEjGIOeEk>

### 山林に自生する植物の安全性を確認

**マサッチ：**それで、どんな調査をしましたか？

**ゆきえ：**国立環境研究所にご協力頂き、現地で「よもぎ」「くま笹」「みょうが」の放射能の空間線量率測定を行い、郡山市保健所で自家消費野菜放射能検査を受けました。

**マサッチ：**それで、安全は確認できましたか？

**ゆきえ：**はい。「よもぎ」「くま笹」「みょうが」の安全性が確認されました。



### インタビュー

原発事故が起きた時、私は2歳でした。  
小さな頃、野外で虫取りなどして遊んだ記憶はありません。山の学校で放射能の測定や講義の内容を家族に伝えたところ、「子どもたちの身体が心配（放射能の影響が不安）で、タケノコや山菜を食卓に出したことはない。」と言ってました。

あさか開成高校市田芙弓



### インタビュー

私は大熊町から避難しています。  
放射能は見えないので怖いなとずっと思っています。  
原発事故以降、山菜やきのこを取りに行ってません。  
今回、自分たちで放射能を測定して、やっと安心しました。来年は山ウドなども調査したいですね。昔、よく食べていたので。

しんせい 大沼俊一

## 郷土食をつくる

マサッチ：どんな郷土食をつくったんだっけ？

ゆきえ：96歳のあさばあちゃんに聞いて、地域で食べてきた料理をつくりました。

あさか開成高校のみなさんにもご協力頂き、アレンジ料理もつくりました。



みょうがの酢漬けをつくるゆきえ



SPECIAL Thanks! あさか開成高校

### 【よもぎ】

4月はじめにに芽吹く新芽を摘みます。さっと蒸しあげてから干してヨモギ茶にしてきたそうです。よもぎには、冬の間に体内にたまった塩分などを、身体から出す効果があるらしく、食後のお茶(緑茶)に入れて飲んできたそうです。

#### アレンジレシピ「よもぎのハーブティ」

よもぎ、緑茶、シナモンスティック、しょうがに熱湯を注ぐ



### 【くま笹】

6月の若いくま笹で三角ちまきをつくったそうです。

笹には防腐作用があるので、古くから携帯食としてたいへん重宝しました。塩と砂糖を入れたきな粉をつけて食べるのが一般的ですが、黒砂糖ときな粉で食べても美味しいとおばあちゃんに習いました。

#### アレンジレシピ「黒蜜きな粉」

黒砂糖で黒蜜をつくり、塩と砂糖で味付けしたきな粉を添えて。



### 【みょうが】

8月になると大久保川沿いや小さな小川の周りにみょうががたくさん自生します。みょうがは、この地域のふるさとの味と言われるくらい酢漬けや塩漬けの保存食として一年中食べたそうです。今回は、酢漬けをピクルス風に、塩漬けを福神漬けにアレンジしました。

#### アレンジレシピ「みょうがのピクルス」

夏野菜なども一緒に酢漬け。彩よく盛り付けて。



### インタビュー

ちまき、はじめて巻きました！

紐を巻く手順がとても難しかったです。よもぎ茶もちまきもみょうがもどれもとっても美味しかったですけど・・・

美味しいというだけでなく、丁寧につくられているのが伝わり感動しました。

大量生産できないところが、また魅力ですよねー。

ぜひぜひ商品化して欲しいです。



## インタビュー

みょうがの塩漬けで福神漬けをつくりました！  
茄子や大根など、夏野菜で即席の福神漬けができるんですね！  
みょうがの風味がアクセントになって、美味しくたくさん頂きました。  
私、東京在住なんですけど、実は福島出身です。  
除染していない山林の放射能のことが気がかりでしたが  
専門家の講義も受けれて安心しました！



## まとめ

マサッチ：風評払拭活動、本当にかんばりましたねー。

ゆきえちゃん、何が思い出に残ってる？

ゆきえ：やっぱり、ご飯ですね！

外にテーブル出して、みんなで食べたのって最高だったな。

マサッチ：うんうん。私もご飯が一番の思い出。最高！

ゆきえ：来年もたくさんの方が山の農園に来てくれるといいなー。

マサッチ：みなさーん、ぜひぜひ来てくださーい。お待ちしております❤️

