

蒸し暑い日が続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。

集落ではちょうど夏野菜が取れだし、お年よりの心のこもった野菜が皆様のところにお届けでき始めていると思います。特にきゅうりや茄子、トマトなどは代表格で、各自の自慢の作り方があり、美味しさも格別ではないかと思っております。丸かじりもよし、調理して酢の物や、揚げ物、サラダ、浅漬けなどでお楽しみください。

事務局

西河内

西河内に続く沿道には、現在「ほたるぶくろ」が可憐な花を咲かせております。

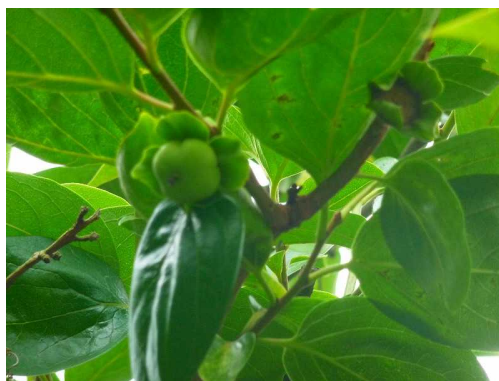
名前の由来は、袋状になった花の中に蛍を捕まえて、そこに入れたところからとされています。

ちょうど、ほたるぶくろが咲く時期には蛍も飛び交いますので、情緒があると思っております。



栗も花の時期が過ぎようとしています。

ひも状の花のどこに実がつくのか今まで関心を持っておりませんでした。今回初めて花の付け根のところに実がつくことを初めて知りました。些細なことかもしれませんが、この時期にしか見られない様子は私にとって感激の部類のひとつでした。また、柿の実も大きく成りはじめて来ましたのでカメラを向けました。



長瀬地区

夏野菜が栽培されて、これから収穫の時期を迎えます。



万願寺唐辛子

まくわうり・エンツァイ・とうもろこし・ゴーヤ・サツマイモ

大野地区

いつ来ても、由良川の景色はとてもよい眺めです。

途中にある「おとうみ橋」は青くてきれいな橋で、景色の中にコントラストをかもし出してくれています。



美しい景観の由良川

緑の中に青い色の橋はよく目立ちますが、違和感はありません。

一口メモ【にんにく】

収穫期を迎えたにんにくは、どこの農家の方も滋養強壮や料理の香り付けなどに栽培されている定番商品です。

もともとにんにくは平安時代に中国から渡来したといわれています。

にんにくに含まれている成分のひとつ「アリシン」はスタミナ補給として疲労回復や動脈硬化予防として最適な野菜です。

匂いのもととなる成分には、活性酸素を消却する抗酸化作用もあり、がん予防にもよいといわれています。

一般には料理の香り付けや醤油漬けにしたりして食べられています。

食べる目安は生の場合は1日1片、加熱調理の場合は3片を目安にします。

投稿、大歓迎です。

日頃お届けさせていただいております、野菜などのご感想や、我が家の食べ方、本企画のご意見や事務局へのご要望など、お気軽にお送り下さい。事務局で頂きました内容を判断させていただいた上で、掲載させていただきたいと思っておりますので、あらかじめご理解の程よろしく願いいたします。

*メールはじめ、FAX・郵送にてお送りいただけましたら幸いです。

購入参加者をご紹介下さい。

お蔭様で現在80余名の方々に、お申込み頂き「ふるさと野菜のおすそ分け」をお届けさせていただいておりますが、集落では新規の生産者の方などから是非参加したいと言うお声を頂いておりますので、購入参加者を増やしていく必要が出てまいりました。

皆様のお知り合いの方に参加をお勧めいただけませんかでしょうか。

但し、企画趣旨は野菜の内容だけでなく、限界集落のお年寄りと交流を持っていただき、ひいては限界集落の活性に繋がって行くことを目標にご理解いただける方に宣伝していただけると幸いです。

ご不明な点などございましたらお気軽に事務局宛、お尋ねいただけましたら幸いです。

ご参加・ご意見・お問い合わせは下記まで ふるさと野菜のおすそ分け事務局

〒621-0008 京都府亀岡市馬路町狐瀬20-1 (有)篠ファーム内 **ご購入参加者 7/2 現在 80名**

TEL0771-24-7878 FAX0771-24-7885 e-mail info@shinofarm.jp

ふるさと野菜のおすそ分け通信は右記のホームページでもご覧いただけます。 <http://www.shinofarm.jp/furusato.htm>

生産者に、お手紙などをお届けされたい場合は、事務局にお届け頂ければ、責任を持ってお渡しいたします。