

薬膳料理五色（五種類）の森樹膳 薬膳懐石、延命豆腐、延命そば、延命みそ

◇グループ活動の経緯、内容

小淵沢町では、平成7年、農林水産省の「リフレッシュビレッジ事業」の指定を受け、交流施設「スパティオ小淵沢」の整備を行った。そこを拠点とした都市との交流の担い手グループとして結成されたのが、小淵沢町食と健康を考える会である。

以前から山野草の研究や食文化の継承、遊休農地の活用と地域活性化を目指して活動していた「薬草研究会」を母体とし、地域の女性グループのリーダー層を中心に60名のメンバーが集まっている。現在では、生産部、加工部、体験工房部、郷土食研究部、直売部といった部門に分かれ、それぞれが「スパティオ」とそれに隣接する道の駅を拠点に活動している。



また、メンバーの多くが出資して運営されている企業組合「ふるさと薬膳森樹」では、地元の食材を使った薬膳料理が提供され、年間の来店者が3万人を数えるほどの好評を得ている。

さらに、郷土食研究部がとりまとめて発行した「こぶちさわ年中行事と食べ物」が中学校の調理実習で活用されていたり、会で生産した野菜や加工品が町内の保育園の給食に使われていたり、地域の様々な場面にグループの活動が寄与している。

こうした活動に対しては、毎年千人を超える視察研修があり、農村女性の先進活動事例として、県内はもとより、全国的にも注目される存在となっている。

◇代表作品の紹介

薬膳料理五色の森樹膳ほか：小淵沢の郷土料理を基本に、旬の食材の食効を薬膳的観点で見直し、さらに東洋医学の五行配当に基づきバランスよく組み合わせられた5種類の膳が用意されている。これらのメニュー構成は季節毎にも見直され、膳だけで都合20種類のメニューということになる。

その他、「延命豆腐」「延命そば」「延命みそ」とそれぞれ名付けられた加工品等も、すべて地元食材を用いた手作り品である。

