

かま屋通信

毎日いただきます

2025年
4月号
vol.91

野に山に
里に春光
溢れたり

(阿部九月さんの俳句)

神山俳句会

一緒に働く仲間も募集しています

こんにちは、おやつ係の山田です。加工部門では、昨年の春より焼き菓子中心の製造ラインナップへ移行しています。定番商品・カミヤマメイトを主軸とし、シーズンごとに楽しめる「よもぎほたパウンド」「シュトーレンパウンド」など、季節のパウンドケーキの製造にも勤しんでおります。“お届け係”が昨年からは始動

新たな製造拠点 『上角加工場』大始動！

したこともあり、昨秋から飛躍的に受注数が増加。それまでの設備では手狭になったことから、上角に新しい加工場を作ることにしました。今までは下分加工場の設備を使用させてもらったり、かまパンが定休日で空いている時間を利用してカミヤマメイトを製造していましたが、自分たちだけで製造できる場所がで



きることにあります。それは私たちの念願でもありました…笑。ワクワクする気持ちと「頑張らなくては！」と気の引き締まる想いが入り混じりながら、施工の話や導入する設備・什器の話が進み、少しずつ形になっていき、ついに今年1月・お正月明けに引っ越しをして稼働することになりました。去年は特に下分加工場を使

用することが多く、作業中に生活改善グループのおかあさんたちが差し入れを持ってきてくださったたり、公民館の事務員さんにもお世話になりました。そういった交流が減ってしまうのは少し寂しかったのですが、引っ越しの旨をお伝えするとみなさんエールを送ってくださいました。



おやつ係：山田 友美

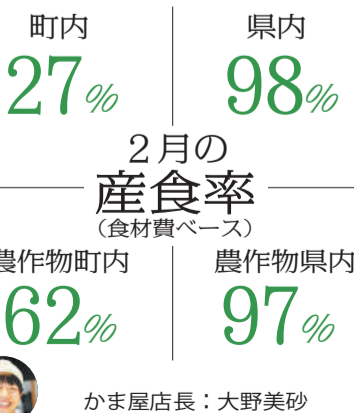
また、かま屋やかまパンと違って、加工部門はこれまで目につくにくい場所で作業していたこともあり、私を見つけては「今どこにおるん？」と声をかけてくださる方も多かったのですが、わたしたちは今、上角におります!! 引越しのタイムミングと時を同じくして、パウンドケーキの開発を担ってくれていたパティシエの佐川優さんがモノサス社食研に参画し、神山で3ヶ月間滞在しながら研修することになりました。菓子製造の経験豊富な彼女から、カミヤマメイトの製造オペレーション(段取りのことです)のアドバイスを受け、改めて効率の良い製造体制をつくっていくことになりました。すると、出るわ出るわアドバイスの嵐…笑。少しの工夫や新しい道具を導入するだけで、格段

に製造効率が良くなりました。大革命です。

下分加工場で、おかあさんたちの力を借りながら製造を始めた8年前。完全にオリジナルの商品だったので、型などの道具も既製品で合うものがなかなかなく自分たちで作るところからスタートし、少量の製造からいろいろな改善をして製造数も伸ばしてきたはずでしたが、固定観念とは怖いもので全然まだまだ改善できる点がありました。手作り感の良さは残しつつ、より量産できるシステムにアップデートしました。

製造の流れが大きく変わったので少し戸惑う時もありましたが、今までフードハブで培ってきたトライアンドエラーで立ち向かう精神で日々いろいろと試行錯誤しながら作業を進めています。私と共に日々製造を担ってくれているむらちゃんの仕事が丁寧でいつも助けられるし、お届けチームは販売までの物事をスムーズに進めてくれるので、加工(製造)とお届け(営業・受注・出荷)による二人三脚のいいチーム感が出てきていて嬉しく思います。

そんな私たち、絶賛求人中です! 地域の味をつないでいくお菓子作りに興味のある方はぜひご一報ください。これからもまだまだアップデートしていく加工部門を、どうぞよろしくお願いいたします。



※キリトリ

神山町内限定 / デザート又は 4月 季節のドリンク券

町内在住でお誕生日が4月の方に限り、この券1枚でデザートまたは季節のドリンクをプレゼントします!

お名前 _____

お住まいの地区 _____



TUNAGE 奮闘記

露地担当: 杉山 浩司

寒い冬が終わり、ついに春がやってきました。昨年神山の冬を初めて経験したわけですが、思っていたよりも寒く、何日か雪がちらついたり積もったりした日もありました。

3月に入っただけで、春の陽気となり梅が満開、鶯も鳴き植物の成長が目に見えて活発になりました。花粉症の方々にとっては辛い季節の到来となりますが、春はやはり気持ちがいいです。普段仕事をしている調整場はともかく、手が冷た過ぎてちゃんと動かなくなり、寒いのは苦手です。しかし、そんな日々も、もう終わり。暑い夏が来るまでの僅かな間ですが、春を楽しみたいと思います。

昨年の夏の終わり、人生で初めて野菜を種から育てました。「カリノケール」です。種から何かを植えて育てるのはなんて、記憶にある限りではありません。なので当然、完全な手探りというより何も考えずに感覚だけでセルトレイに種を蒔きました。発芽はしたも

種から育てたカリノケール

の、その後の水やりももちろん感覚。さらに猛暑によってハウスの内気温は50度まで上がり、苗にとってはとても過酷な状況だったでしょう。苗はひよろひよろと徒長し、初期に定植した苗はほぼ活着しませんでした。つまり、ほぼ枯れました。この失敗を自分なりに分析し、リベンジをするべく

この春、春夏用のケールを育てることになりました。秋冬用のケールは真夏に苗を育てます。それとは逆に、春夏用は冬に苗を育てるので真逆になります。明け方はハウスの中でもマイナスになり、野菜も凍ってしまうのが神山。そんな

ななか種を発芽させるため、電熱線とビニールトンネルを使い温床を作りました。タネの蒔き方にも、ひと手間加えました。ケールの種は好光性種子といって発芽するのに光を好みます。なので深く植え過ぎず、覆土も軽めにします。ただ浅く植え過ぎると発芽した時、根が浮いてしまいます。なので蒔いた後に軽く鎮圧しました。結果、発芽はまずまず成功。おそらく気温の影響が大き

ななか種を発芽させるため、電熱線とビニールトンネルを使い温床を作りました。タネの蒔き方にも、ひと手間加えました。ケールの種は好光性種子といって発芽するのに光を好みます。なので深く植え過ぎず、覆土も軽めにします。ただ浅く植え過ぎると発芽した時、根が浮いてしまいます。なので蒔いた後に軽く鎮圧しました。結果、発芽はまずまず成功。おそらく気温の影響が大き

ということが多々ありました。そんな時は川のキンキンに冷えた水を、ジョウロで汲んであげました。「こんな冷たい水をいきなり与えて大丈夫か」と思いますが、目覚ましにはちょうどいいです。そして朝一番、温床を切りビニールトンネルを外し、苗を寒い空気に当てる瞬間がいちばん好きな時間でした。イメージ的には子供の寝ている布団をいきなりひっぱがすイメージ

里山の会からの手紙
今月の人: 大東 千恵さん
専門ではなく、半農半アルバイトの生活に変えて1年が過ぎました。異常気象に病害虫、めぐりゆく季節に限られた時間の農作業。あたふたしてはいますが、様々な人との関わりのなかで賑やかに、農業経営や

日常を少しずつ整えて健やかに、朗らかな日々を送っています。春爛漫。目まぐるしい農繁期がやってきました。今季も色々な種を採り、種を播きました。こんな小さな種が野菜になるという不思議に、農産物の美しさや滋味深さに、今もなおいつも感動しています。のびのび元気に育ちますように。小さな農家ではありますが、学びを深め技術を磨き、日々食べるものを作り続けていこうと思います。



次に水やりですが、理想は朝イチと夕方、日が落ちるころに土が乾き気味になるのがベストと言われます。朝一番に水をあげたいのですが、水道が凍って水が出ない

2月頃からかまパンの野菜コーナーに並び始めた「ファームベジコ」さんのトマトやきゅうり。夏野菜がこの時期に、みずみずしく旨味たっぷりで、美味しく食べられるのか?理由を探るべく訪問しました。高知市春野町で、きゅうりを中心に年間約40種類の野菜やハーブをご家族で栽培。温暖な気候と豊富な地下水を活かし、秋から初夏にかけてハウスできゅうりを育てています(夏は雨が強く気温が高すぎて栽培が難しい)。2月上旬なのに、太陽光だ



農地、拝見!

パン製造補助: 伊藤 環

けでハウスの中はぽかぽかと暖かく、じんわり汗も出てくるくらい。隣のハウスに入るとトマトやバジル・春菊やスティックセニョールなど、様々な野菜やハーブが混在し生き生きと育っています。これらは「永田農法」と言って水と肥料は必要最低限に抑え、野菜本来の力を引き出す栽培方法。主に市場や飲食店に卸されていて、毎週土曜日には青空市を開催し、つながりのある農家さんの野菜の販売や卸まですされています。コンセプトには「ベジダブルコミュニケーション」。「野菜を通じて様々な人と関わり、交流を深め、喜びを分かち合う。あたたかく、かつ確実に、高知の食の豊かさを担うような存在だと感じました。

東京

ニュース



ドーナツシェフ: 青木 葉月

神山町の皆さま、こんにちは！代々木にあるドーナツと食

料品のお店『ファームマート&フレンズ』の青木です。昨年3月のリニューアルから、新しく始まったランチを担当しています。ファームマートのランチは、雑穀ドーナツとスープとサラダのセットを提供しています。里山の会さんやつなぐ農園の新鮮なお野菜を中心に、メニューを考えています(CIIMIRestaurantのともさんに相談にのってもらっています。いつもありがとうございます！)。現在のメニューは、人参のスープと白菜と八朔のサラダ。スープはOrononoの人参をたっぷり使っています。昨年神山に伺った際、畑を見学させていただいたのですが、松本さんの野菜作りに対する熱い思いをお聞きし、ぜひ使いたいなと思っておりました。人参をスープに使うのは初めてでしたが、泥臭さもなく、ぱっと明るいオレンジ色で美味しいです。寒さが厳しいとそ

いつも美味しい野菜をありがとうございます

人参。東京のお客さんにも、たくさん食べてもらいたいです。白菜は里山の会さんのものを使っています。葉がやわらかく、芯はしっかりシャキシャキとした歯触りが楽しい、甘みがあります。里山の会さんからは毎週様々なお野菜や加工品が届くのですが、お

まかせなので毎回ポールを開けるのが楽しみです。また手作りの梅干しや栗の渋皮煮、ハリハリ漬けなどを送ってくださる時もあり、嬉しい気持ちでいただいています。サラダのトッピングに使っている菊芋も里山さんのもので、一つひとつが大きめで下処理がしやすいです。チップスにしているのですが、スライスして揚げるだけでも美味しい。私は菊芋を食べる習慣がなかったのですが、今では何にでもかけたいくらいです。



つなぐ農園のお野菜は、水菜や小松菜・わさび菜といった葉物をよく使っています。ランチを始めて気づいたのですが、つなぐ農園の葉物は持ちがとて面白い。葉っぱも柔

給食だより



神山町給食センター: 小谷 香里

神山町給食センターで働き約3年になります。以前は石井町給食センターで約2、500食を作っていました

が、今は約250食なので10分の1です。大人数ではできない野菜の手切りをされていて、食材・メニューによって切り方を変えたりしています。手作りメニューも多く、一人ひとりにお好み焼き・グラタン・魚のホイル焼きなども作っています。給食を作るには大変さと楽しさの両方があります。〈大変さ〉1 準備の手間・材料の仕入れや下ごしらえ、調理器具の準備など、給食を作るためには多くの準備が必要です。2 時間の制約・決まった時間に提供するため、時間管理が重要。限られた時間内に多くの食事を伴うことは、プレッシャーを伴います。3 栄養管理・子どもたちに必要な栄養を考慮しながらメニューを作る必要があります。4 アレルギー対応・食物アレルギーを持つ子どもへの配慮が必

給食づくりは大変。だけど、楽しい！

要で、個別の対応が求められることもあります。5 大量調理・大人数分の食事を一度に作るため、調理方法や設備の管理が難しくなることがあります。〈楽しい〉1 創造性・メニューを考える際に、季節の食材や地域の特産品を使ったり、子どもたちが喜ぶような工夫をすることで創造的な楽しさがあります。2 子どもたちの反応・作った給食を子どもたちが美味しく食べている姿を見ることは、大きな喜びです。みんなの笑顔がやりがいにつながります。3 コミュニケーション・食事を通じて子どもたちとコミュニケーションを取り、彼ら

の成長を見守ることが出来ます。4 チームワーク・他のスタッフと協力して給食を作ることができ達成感が得られます。5 教育的要素・食事を通じて栄養や食文化について教えることができるため、教育的な側面も



定期的研修を行い、知識や技術の向上を図ることが大切です。またスタッフ間のコミュニケーションを強化し、情報共有を行うことで、より良い給食提供につながります。給食センターでの業務を円滑に進めることは、子どもたちにとって安全で美味しい給食を提供することにつながります。これからも神山の子どもたちの笑顔を見るために、スタッフ一同衛生面に気をつけながら給食を提供していきます。



鶏の香草パン粉焼き



かま屋料理長：清水 愛



かま屋のランチでも人気の「鶏の香草パン粉焼き」。「作り方を教えてほしい」と言われることが多く、冷めても美味しいのでお弁当にもピッタリ！

【材料】3人分】鶏もも肉 400g
500g / デイジョンマスタートード 30g / パン粉 40g / パセリや好きなハーブ 5g / 10g / にんにく 小さじ1 / オリーブ油 60g / 70g 程度 / 今回は付け合わせに菜の花、カットレモン

【作り方】①鶏肉の筋や軟骨が気になる場合、下処理を。大きさは一口サイズでも、大きめにカットしても。鶏肉の両面に塩をして下味をつける。約30分寝か

せるだけでも味わいが違います。前日に塩をしておくのと焼き上がりが柔らかいです(水分が出るのでキッチンペーパーを敷く)。

②ボールにハーブ・にんにくを刻んで、パン粉・オリーブ油を入れ混ぜ合わせる。パン粉にオリーブ油がしっかりと馴染むくらいが良い(入れ過ぎると?と思っても大丈夫。オーブンで焼くと、香ばしく仕上がります)。

③ハーブパン粉ができたら、クッキングシートに鶏肉を並べて皮面全体にマスタートードを塗り、マスタートードの上にハーブパン粉を乗せる。

④オーブンで200度・15分焼き上げる。

かまパンのパンの話

そのままの気持ちで



パン製造補助：塩田 ルカ

最近出会った言葉で、ドイツの詩人・自然科学者でもあるゲーテの「涙とともにパンを食べたことのある者でなければ、人生の本当の味はわからない」(原文では、天の力を知らない)という一節があり、いろいろと考えさせられました。



パンを食べる=命の糧を得る。普段「このパンは美味しい、美しい。あのパンは美味しくない。」などと、つい味

や見た目を中心に捉えてしまいがちですが、本来その土地

果であって評価されるものではないのでは?と思う自分もいます。

たどえ全く同じパンであっても、食べる環境や気持ちによって味の捉え方は変化すること、本当に大切なことがたくさん見えてくるのかも知れません。

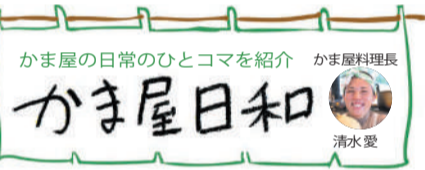
かまパンを通じて焼けたパンを涙や喜びも含め、そのままの気持ちで食べていただければ嬉しく思います。



今月のつくり手

高村武志牧場さん

熊本県阿蘇郡南小国町でジャージー牛乳の生産をされている高村さん。牛達の健康を第一に考え、10ha広さにもなる畑で自ら栽培した牧草をたっぷり食べさせています。牧場から出た堆肥は畑に戻し耕し、土を豊かな状態に。「真面目に草を育てることが、きちんと牛を飼うということとおっしゃいます。絞ったミルクは、旨みや風味を生かす為65℃で低温殺菌、ノンホモジナイズドで出荷。高村さんの穏やかな人柄を表す優しくて懐かしい味わいです。パンにも、ソフトクリームにも使用しています。(鈴木秀明)



メンバーが購入したパンを食べたいです。食べている時間に近況報告や作物の状況など、さまざまな話をします。疑問や質問があっても聞きやすい環境。例えばキウイの追熟に失敗した時、アドバイスをもらいながら理解できた時には嬉しかったですし、より深く知ることができました。時にはお客様にメンバーを紹介したりします!

かま屋 4月の営業

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
	かま屋・かまパン 臨時営業日	【今津自然農園】 【つなぐ農園】 【Oronono】 野菜入荷 【木次乳業】 牛乳・チーズ入荷	【かまパン野菜セット】 入荷日(要予約) 【かま屋】 ランチメニュー更新 【BAKE SHOP FOOD】 お菓子入荷	【下分のお母さん】 よもぎ団子 ※12時頃入荷	【モリグチャウダー】 お菓子入荷	
7	8	9	10	11	12	13
休	休	【今津自然農園】 【つなぐ農園】 【Oronono】 野菜入荷 【木次乳業】 牛乳・チーズ入荷	【かまパン野菜セット】 入荷日(要予約) 【かま屋】 ランチメニュー更新	【下分のお母さん】 よもぎ団子 ※12時頃入荷	【モリグチャウダー】 お菓子入荷 【チーズの灯】 【共働学会】 【北海道のナチュラルチーズ入荷】 かま屋 朝粥 モーニング(要予約)	かま屋 朝粥モーニング (要予約)
14	15	16	17	18	19	20
休	休	【今津自然農園】 【つなぐ農園】 【Oronono】 野菜入荷 【木次乳業】 牛乳・チーズ入荷	【かまパン野菜セット】 入荷日(要予約) 【かま屋】 ランチメニュー更新	【下分のお母さん】 よもぎ団子 ※12時頃入荷	【モリグチャウダー】 お菓子入荷 かま屋 朝粥 モーニング(要予約)	かま屋 朝粥モーニング (要予約)
21	22	23	24	25	26	27
休	休	【今津自然農園】 【つなぐ農園】 【Oronono】 野菜入荷 【木次乳業】 牛乳・チーズ入荷	【かまパン野菜セット】 入荷日(要予約) 【かま屋】 ランチメニュー更新	【下分のお母さん】 よもぎ団子 ※12時頃入荷	【モリグチャウダー】 お菓子入荷 【共働学会】 北海道のナチュラル チーズ入荷 かま屋 朝粥 モーニング(要予約)	かまパン&ストア 『とくしまマルシェ』 出店予定 かま屋 朝粥モーニング (要予約)
28	29	30				
休	かま屋・かまパン 祝日営業日	【今津自然農園】 【つなぐ農園】 【Oronono】 野菜入荷 【木次乳業】 牛乳・チーズ入荷				

《お知らせ》
▶よもぎぼたパウンドに続き、人気の【よもぎロール】や【よもぎあんぱん】も登場! 春の神山の味をご賞味ください

かま屋
営業時間:
【モーニング】
土・日 9:00/9:30の2部制
(5.6日はお休み)
※前日までの予約限定
【ランチ】
水～日 11:00～16:00
(L.O.15:00)
(9:00～16:00 喫茶のご利用可)
定休日:月・火
※祝日営業、翌水曜振休
電話:070-8428-2005
Food Hub Project
http://foodhub.co.jp/

かまパン & ストア
営業時間: 9:00～18:00
定休日: 月・火 ※祝日営業
電話: 088-676-1077
アクセス:
徳島県名西郡神山町
神領字北 190-1
(城西高校 神山校そば)
発行元:株式会社フードハブ・プロジェクト
発行日:2025年4月1日(火)