



# はまきた夢通信 2月

2019.2発行

横浜北エリア

問合せ:エリア活動課

☎045-470-6863

✉yume-annai@pal.or.jp

## 青い空&富士山のもと、生産者の方々とおいしい野菜との出会い

12月14日に三浦半島EM研究会を訪ねる大人のバスツアー『三浦の冬野菜を収穫しに行こう!』を開催しました。当日は寒いながらも晴天に恵まれ、きもちのよい小旅行に。

目的地に到着後、まずは大根の圃場でEMジャパンの方にEM菌についての説明をうけて現物(液体)を見て、においをかいだりしてみました。

その後大根の生産者の方からの説明&大根スティックを試食させていただき、いよいよ収穫。じっくり自分で選んだ大根をひっぱって抜きました。

続いては街の中にあるキャベツの圃場を見学し、EM菌を使った土づくりから収穫までの作業についてや、これまでの歴史や苦労話をお話いただきました。

その後、潮風アリーナへ移動して、EM研究会の野菜などを使ったお弁当を特別にご用意いただき、ランチ交流会。

食後はじゃんけん大会で参加者の方からの感想などを発表して楽しい交流のひとつになりました。生産者の方々と

お話しをしてみて、改めて「パルシステムをやっていて

よかった～」と感じました。直接応援できることがとても嬉しいです!

みなさんも『いいね!かながわ』チラシに掲載している三浦の野菜をぜひ味わってみてくださいね。



nato

## 私たちと一緒に活動しませんか?

私たち横浜北エリアメンバーは、一緒に活動してくれる仲間を募集しています。

月に1回、**横浜北センター**(地下鉄グリーンライン「川和町駅」下車徒歩5分)に集まっての定例会と、様々な企画を年に数回行っています。

自分たちの“好きなもの”“知りたいこと”“やりたいこと”を主に行い、楽しく和気あいあいとした雰囲気で行っています♪保育付きなので、小さなお子様連れでも安心ですよ。

「ちょっと気になるな〜」「少し子どもと離れて何かしたいな!」と感じた方!ぜひ一度遊びに来てくださいね。

(上記「エリア活動課」までお問い合わせください♪)



## 我が家のむし鶏レシピ♪

超簡単  
おつまみ!

### 〜むし鶏とアボカドのわさびじょうゆ〜

材料(2人分)

○までっこ鶏むし鶏 100g (1パック)

○アボカド 1/2個

○おしょうゆ 適量

○わさび 適量

1. 解凍した「までっこ鶏むし鶏」をほぐす。
2. アボカドは半分に切り、薄くスライスする。
3. 「1」と「2」を交互に並べる。
4. わさびじょうゆを付けて召し上がれ♪



冷凍庫に常備しておく  
とっても便利♪