

# N なか Y よこ タイム

http://palsystem-kanagawayume.lekumo.biz/yume05/ ブログ「なかよこ」で検索

## vol.145

2017年9月25日  
発行：横浜中エリア経営会議  
問い合わせ：エリア活動推進課  
TEL：045-470-6863

2017年度活動テーマ  
ひろげようおいしい<sup>わ</sup>、  
繋げよう人の<sup>輪</sup>

## 自然を守りつつ、人間が生活する

### ～JAみどりの夏の交流に参加して～



生産者のみなさん 360度見渡せる加護坊山の頂上にて

7/8(土)・9(日)でJAみどりの(宮城県)の夏の交流「生きもの観察と初夏の体験」に参加しました。コア・フードの田んぼでの生きもの観察や草取り、どろんこレース、蕪栗沼の魚とのふれあい、真っ暗ななかでのホタルの鑑賞、加護坊山でのバーベキュー、盛りだくさんの1泊2日でした。(詳しくはブログをチェック！)

人間の作った田んぼの中でたくさんの生きものが仲良くくらしていました。農業に頼らない栽培方法だからこそ、実現できています。豊かな自然を人間も生きものも分かち合っている。この田んぼのお米を選んで食べることが、自然を守ることにつながると確かめられました。生産者のみなさんの笑顔、いきいきとくらす生きものたち、ずっと残していきたい大事な交流です。(の)



## センター紹介コーナー 横浜中センター-長小田原 靖倫

4月より業務担当として横浜中センターの一員となりました棚橋職員を紹介します。すでに電話口でお話した組合員の方もいるかもしれません。供給担当、営業担当を経て、センター内で組合員のみなさんの対応をする業務担当となりました。まだまだ不慣れではありますが、よろしくお願いたします。



【棚橋職員よりひと言】

棚橋章(たなはし あきら)と申します。組合員のみなさんのお役にたてるよう、一生懸命がんばりますのでよろしくお願いいたします。

### ＜7月の回収状況＞横浜中センター 83.3%でした！

リユースびん。目印はこのマーク。 使い終わったらよく洗い、乾かしてから通い箱に入れてパルスシステムに戻してください。

自治体の資源回収に出してしまうと、破碎され原料に戻すことに…。20～30回繰り返し使うことによって、環境負荷がおさえられます。ご協力をお願いします！



\*ふた、注ぎ口、ラベルは各自治体の分別ルールに従って処分してください。

## 簡単タイ料理パート5

7/6(木)横浜中センターにて、横浜中地区くらぶ パクチ主催、夏恒例のタイ料理教室を開催しました。今回はタイ料理に欠かせないナンプラーを使った超簡単なお料理を紹介しました。メニューはガイヤーン(鶏もも肉のあぶり焼き)と、ソムタム(青パパイヤのサラダ)をアレンジしたにんじんサラダ。そしてデザートは、冷凍パイナップルを入れたココナツミルクです。どれも簡単なので、多くの参加者より家でも作りたいとの声をいただきました。(k.s)



### ガイヤーン(鶏もも肉のあぶり焼き)の超簡単レシピ

鶏もも肉をひたるぐらいのナンプラーに約15分漬けこみます。そのあと、魚焼きグリルで両面焼きます。皮から先に焼いてください。

### 編集後記

暑さも少しやわらいだでしょうか？

もうすぐ食欲の秋が到来！おいしいものには、ついつい手が伸びてしまいますよね。からだが実りの秋にならないように気をつけたいものです。(k.s)