

女性部

## 五平餅作りのご紹介



たれは女性部で  
毎年仕込んでいる  
手づくりみそを使用して  
一から作ります。



管内でとれた米で  
餅をつくり、  
型に入れてていきます。



女性部では地域の伝統食の伝承  
と地産地消の推進を目的として様々な  
支部で五平餅作りを開催しています。  
(未開催の地域もあります)

手づくりみそで作る  
たれの味は絶品!  
たれを作れるのは  
女性部活動の魅力です♪

毎年11月に各地域で開催している  
農業まつりでも五平餅を販売して  
おり、行列ができるほどの人気です!

女性部の活動について詳しく知りたい  
方はお気軽にご連絡ください。

※新型コロナウイルスの影響により人数制限を行って  
いるため、ご参加いただけない場合もございます。

お問い合わせ先

生活相談課 ☎0561-75-0710  
(平日9:00~17:00)



今回は、東郷町でモロヘイヤの栽培をしている近藤みち子さんの  
圃場に出向きました。



南部宮農センター東郷事務所  
上田 萌

モロヘイヤは高温と水分を好む作物で、土壤水分が不足すると展開葉が小さく固くなってしまうので、堆肥などの有機質が十分施された保水性の高い土壤で栽培することが望ましいです。

そのため、近藤さんは土づくりとして牛ふんとわらを使用し、肥料には化成肥料だけでなく有機肥料の菜種かすも使用しています。



7月頃に、新芽が40cm~50cm伸びると収穫開始です。新芽の先から20cmほどのやわらかい所を収穫します。やわらかく美味しいモロヘイヤを育てるため、毎日の水やりは欠かせません。

モロヘイヤは花が咲き始めたら注意が必要です。種や鞘には毒があり、また収穫を逃して固くなった枝や葉には身体に有害な物質が含まれているため、出荷の際には混入することが無いよう指導しています。

近藤さんは7月~9月の間、グリーンセンター、給食センター、イトーヨーカドーに出荷しています。

古代エジプトで王様の難病がモロヘイヤを食べて治った伝説から「王様のための野菜」と呼ばれている栄養価の高いモロヘイヤ、ぜひお近くのグリーンセンターでお買い求めください。