

平成22年度第1回 加工・業務用野菜産地と実需者との交流会 in 仙台

<マッチング促進セミナー>

開催日：平成22年8月31日

場 所：仙台卸商センター産業見本市会館サンフェスタ101展示場

講演者：日本野菜ソムリエ協会認定 野菜ソムリエ

みどりなやさい主宰 齋藤 緑 氏

題 名：『地産地消の取組み事例について』

○司会 「地産地消の取組み事例について」と題して、日本野菜ソムリエ協会認定野菜ソムリエ、みどりなやさい主宰齋藤緑様からご講演いただきます。

齋藤様は、大学卒業後、NHK仙台放送局、盛岡放送局にて、7年間、報道部門のキャスター、リポーターを務められました。取材での数々の出会いや食に関する番組のナレーションを担当されたことがきっかけとなり、生活の基本及び文化である食に興味を抱き、とりわけ野菜に惹かれるようになられました。2005年には、宮城県初のベジタブル&フルーツマイスター、現野菜ソムリエを取得され、野菜ソムリエとしてご活躍されております。

それでは、齋藤様、よろしくお願いいたします。

○齋藤 皆様、こんにちは。ただいまご紹介いただきました野菜ソムリエの齋藤緑でございます。本日は、お忙しいところこんなに大勢の皆様にお集まりいただくとあまり想像していなかったので、多少緊張しております。

私は、ただいまご紹介いただきましたとおり、野菜ソムリエとして活動しておりますけれども、先ほどのご紹介の文章の中にもありましたとおり、農業や食品あるいは飲食業、そういった方面から出てきた人間ではございませんので、私は自分のことを究極の素人だと思っております。今でも究極の素人であり、そして生活者であり、毎日3食食事はしますので究極の消費者でもあると思っております。本日はそういった観点から、究極の生活者・消費者の目を通しての野菜の魅力、特に私が感じる地産地消の魅力という点についてお話をしていけたらいいなと思っておりますので、どうぞよろしくお付き合いください。

初めにこちらの画面をご覧ください。「日常の中で当たり前に接している野菜と果物、でも意外にわからないこと、疑問などがたくさんありませんか」。これは、一般生活者に向けてふだんは投げかける質問ですので、本日おいでの皆様は野菜や果物のプロでいらっしゃる方が多いかと思しますので、もしかしたら「意外にわからないこと、疑問、いや、そんなのないよ」とおっしゃる方も多いかと存じます。

ただ、それを承知で次を続けますと、例えば、野菜の魅力というのはいろいろあるんです。種類、品種ですとか、旬、おいしい時期、保存方法、栄養価、そして食べ方のバリエーション、野菜と果物には私たちが想像する以上にたくさんの魅力が隠れています。でも、次が重要なんです、「野菜と果物は自らその魅力を語るできません」。当たり前です。野菜や果物が私みたいにおしゃべりだったら、ぺらぺら勝手に自分の魅力をしゃべり回ってくれればいいんですけども、重要なのは、野菜と果物は自らその魅力を人間に伝えるように語ることはできません。ですから、例えばこういった場で、私たちの作る野菜や果物はこんな特性があるよとか、我々が開発したこの品種はこんなものに合うよというのをきちんとPRして伝えないと、魅力というのはわかってもらえないんです。ここが非常に重要かと思えます。

その魅力を知ることができれば、今までよりももっと野菜と果物が身近になるかもしれない。そこに誕生したのが我々野菜ソムリエとされる人間、資格です。本日も、私はこの会場に来ましてから1周ぐるっと回ったんですけども、野菜ソムリエの仲間が何人かおまして、見知った顔を見てちょっとほっとしました。このブースにも、生産者としてであったり市場関係者として、あとは種苗メーカーさんの社員さんとして、さまざまな立場の人間がおりますので、でもみんな野菜ソムリエとして1つのつながりの中で、ああ今日も頑張っているねなんてあいさつをしたんですけども、そういった野菜ソムリエという資格を持つ人間がおります。

野菜ソムリエの役割は、「野菜と果物の魅力をさまざまな形でわかりやすく伝え、生活の中で野菜と果物をもっとおいしく、そしてもっと楽しんでもらい、豊かな食シーンの実現に貢献する」。それが野菜ソムリエの役割とされています。これは、私が勝手に言っているのではなくて協会がきちんと言っていることです

ので、みんな、そこを軸として目標に頑張っています。大事なのは、やっぱり野菜と果物をもっとおいしく、さらにもっと楽しんでもらうこと。野菜と果物は見て楽しむものではないですから、食べてなんぼのもの。おいしく、さらに素敵に食べてなんぼのものだと私は思っておりますので、それが豊かな食シーンの実現に貢献ということにつながっていきます。それが野菜ソムリエの役割です。

ですので、皆様にお渡しした資料の中で、「野菜ソムリエとは野菜と果物のおいしさや楽しさを理解し伝えることのできるスペシャリストです」と書きました。でも、スペシャリストだなんて、この場で私が自分のことを言うのはとてもおこがましくて、とてもとてもまだスペシャリストだとは私自身は思っておりません。野菜ソムリエとしてもう5年仕事をしていますが、毎日が勉強で、本当に修行の毎日だと思っておりますが、おいしさや楽しさを理解し、そして伝えよう、そういう気持ちだけはいつも持っていたいと思っております。そして、恐らくここにお集まりいただきました皆様も、そうした野菜や果物のおいしさですとか楽しさを理解されて、多くの生活者、消費者に伝えたい、そんな思いを持ってくださっているスペシャリストばかりかと想像しています。

野菜ソムリエというのはそういった人間ですけれども、比較的新しい資格です。2001年に日本野菜ソムリエ協会、以前まで日本ベジタブル&フルーツマイスター協会と言いました。今年の春に名前を変えました。どうやらベジタブル&フルーツマイスター協会、長過ぎて舌を噛みそうな名前と、野菜ソムリエという名称の方が通ってしまったのでこれはもう間違いのもとになると、協会があきらめたんだと思えますけれども、今年で10年目の協会です。

野菜ソムリエについて最初に少し説明をさせていただかないとこの後がよくわからなくなってしまうので、しばらくの間野菜ソムリエのPRみたいな形になりますけれども、2010年8月現在、全国でおよそ3万名に達したそうです。10年間で3万人が野菜ソムリエの資格をとりました。内訳は、一応野菜ソムリエにも3つの段階がありまして、入り口となるジュニア野菜ソムリエ、ここが大体2万9,000人、中級の野菜ソムリエ、ここが現在およそ1,000人、最上級のシニア野菜ソムリエ、およそ60人、全部合わせて全国で大体3万人いるということで、あとは海外にもいますね。タイ、バンコクでも野菜ソムリエの講座が行われましたし、韓国の方でもやるという話を聞いたような気がします。世界にも少しずつ広げる

つもりなのかなというところですが、全国各地で私のような野菜ソムリエがそれぞれの立場で頑張っているところです。

続いては、野菜ソムリエがもたらす価値。これは、私も含めて野菜ソムリエはどんな価値をもたらそうと思って活動しているか。ここも皆様のヒントにもなるかと思しますので、ご紹介をさせていただきます。

野菜ソムリエが生活者に対してもたらす価値。このポイントは、野菜ソムリエ協会は「消費者」という言葉を使わないんです。必ず「生活者」という言葉を使うんですが、生活者というのは、ある意味生産者も含めているんです。生産者も、そして流通に携わる方も、行政の方ももちろん、そういった携わっていらっしゃる方だって食べるでしょうと。ある意味お客さんの側面を持っていますよねということで、消費者、生産者と分けるのではなくて、すべての人たちを生活者というふうにあえて呼んでいます。その生活者に対してもたらす価値として、「『知らないで食べる』から『知って食べる』へ変わります」、この価値の大きな変換が起こるよということを言っています。

私もこの変化は大きかったです。私自身がもし野菜ソムリエになって一番よかったことは何ですかという質問を受けたとしたら、ただ食いしん坊で知らないでばくばく食べていたとき以上に、今、自分自身が知って食べるようになって、どんなにか食べるのがよりおいしくてより楽しくてより幸せになったかということを感じます。それは、食べ物をただ商品であるとかということ以上に、その価値まで、こういう生産者さんが頑張って作ったであるとか、産地の情報であるとか、あるいは品種であるならばその品種の開発に携わった方たち、その品種を生み出すまでの過程、そういったところのストーリーに感動したりとか、そういう食べ物の向こう側ですね、その食べ物の奥に広がる畑の様子だったり、その先の開発のストーリーとか、そういったところまで何となく想像が及ぶようになって、それから、さらにはこういう野菜を食べるとこんなふうに体にいいですよという別の側面もありますよね。こんなふうにきれいになりますよとか、そういう側面もありますから、知らないでただ食べていたときよりも、こうして知って情報も一緒に食べるようになって、自分がどんなに変わったか。これは一言で言ったら何て豊かで幸せなんだろうなということを感じます。

それから、実際問題よかった点としては、私は野菜ソムリエになって仕事をし

てから、5年間一度も病院に行っていません。風邪はちょっとぐらいひきます。ただ、病院にお世話になるほどひどく体調を崩すことはなくなりました。私は、野菜は薬だなんて、そこまで言うつもりはさらさらないですけども、野菜を知って食べると、本当にひどくなる前に治せてしまうこともあるんです。これは、あまり言い過ぎるとちょっとまた別の問題が出てきますから、あまり言い過ぎることはできませんけれども、自分の体をケアするという部分でも野菜や果物の力というのはものすごく大きいなという、本当にさまざまな面でたくさんの恩恵を受けました。という実感があるので、野菜や果物をおいしく楽しく、さらに素敵に食べるとこんなふうに生活が変わっていくよということを、私は実感として持っているので、それを普段お伝えするようにしています。

続いて、今日のお話はこちらになると思うんですけども、産業界に対してもたらず価値。生活者の反対はどちらかというとな産業界というふうに野菜ソムリエ協会は言葉を使います。産業界に対してもたらず価値。これはどういうふうに変わるかと言いますと、「『販売者』から『提案者』へ変身します」。

「販売者」というのは、誤解を恐れずに言うと、ただ並べて売るだけ。こういうのを作りました、はい買ってくださいと並べているだけ。でも、それだと、もしかしたら魅力が伝わらなかつたら、生活者は目をとめてくれないかもしれません。先ほど言いましたとおり、野菜や果物はそれ自体だけでは魅力を語る事ができませんので、ただ並べて売っているだけでは、今これだけ情報も物もあふれている時代には目をとめてもらうことが難しくなっています。

そこが「提案者」に変身します。これはもう皆さんまさに本日のこのブースでどんなふうにしたら魅力が伝わるだろう、どんなふうにしたらお客さん、バイヤーさんに目をとめてもらえるだろうかと、いろいろと考えていらっしゃると思うんですけども、ここの転換は大きいと思います。これは別に我々野菜ソムリエがもたらず価値だけではなくて、これからは皆さんがただ販売者、売る人、並べて売る人、作って売る人というところから一歩踏み出して、提案者、こんなふうですかねとならなければいけないと思うんです。時々生産者様のお勉強会などに呼んでいただいてお話しするときも、ここのところは私はあえて声を大にして言うんですけども、どうしても生産者様は、作ったら、私は作った、あとは売ってねと、例えば農協さんだとかにお願いをしていたことが今までは多いかと思

うんです。けれども、それだけではなくて、あえてもう一步踏み込んで、あるいは生産者さんだけではなくて農協さんもと一步踏み込んで、こんなのはどうですかと提案するという勇気のある一步を踏み出していただくことがすごく大事だと思います。

以上が野菜ソムリエがもたらす価値を協会が定義しているものなんですけれども、これは私たちだけではなくて、本当にここにいるすべての皆さんにそういった価値の変換という目線を持っていただくとすごく変わってくるのではないかと思いますので、今後への期待を含めてご紹介をさせていただきました。

続いて、私自身の地産地消の取り組み事例についてご紹介をさせていただきます。「地産地消の取り組み事例について」というお題をいただいて、何をご紹介しようかなと思って、宮城県内のいろいろな事例とかをご紹介しようかなということも少し考えたんですけども、やっぱり一番は、この究極の素人である私が、私自身地産地消を推進することを標榜している野菜ソムリエとして何をやっているかということをご紹介することから、皆様に生活者のニーズの一端をちょっとお知らせしたいかなと思っております。

私の主宰している講座は、「野菜ソムリエのベジフルレッスン」という名前を付けています。「ベジフル」はベジタブルとフルーツの合体語です。ベジタブルのタが抜けてしまっているわけではなくて、これはベジタブルとフルーツのレッスンで、2006年の4月から毎月1回開催しています。二、三日前に49回目の教室をやりまして、来月でちょうど50回目になります。毎月1回、今は同じクラスを3回、3クラスやっているんですけども、3クラス分を1回と数えて、毎月1回定期的に行っている教室です。

この中でどんなことをご紹介しているかといいますと、毎月1回、「その時期の仙台で」というのが私の場合は大きく付きますが、この時期の宮城県仙台市に住んでいる私たちにとって一番お薦めしたいテーマ野菜あるいは果物についてお話をしています。

この写真は去年の9月です。奥にあるのはカボチャのいろいろ。普通のカボチャだったり黄色いのだったり、そうめんカボチャも後ろの方に見えておりますね。カボチャのいろいろと、手前はブドウです。ブドウは宮城県産ではないですけども、宮城の場合はお隣に山形というすばらしい産地があるので、これは山形の

ものをそろえたと思いますが、宮城の9月、暑さが収まったころにおいしくなり、さらにそのころの体にいい効果を及ぼしてくれる、そういった働きを持つお野菜や果物について、テーマを決めてお伝えしています。

この写真はソラマメをテーマにしている教室なんですけれども、これは何月かというとな5月です。

私の場合は、講座を始めた当時、今から5年前と今とでは、この毎月のテーマを決めるときに明らかな変化が生まれました。それは何かといいますと、5年やっているうちにちゃんと宮城の旬がわかってきたといいますか、初め、資格をとってすぐに教室を始めたときには、やはり私もそれほど宮城の野菜や果物の季節の流れについてしっかりわかっているわけではなかったのので、東京の野菜ソムリエ協会が出している教科書に沿った旬のような感じで教室をやっていたんです。今、スーパーに行けば、東京とほとんど同じ季節で物は手に入りますから、それで間違いというわけではないんです。

初めに私がやったのは、4月の教室で、新ジャガと新タマネギと、あと春キャベツをやったんです。そういう選び方をすると、1個も宮城県産は入りません。宮城の4月にそんなものはとれないですよ、普通に育てていると。今は全く違うテーマの選び方をします。例えば、今はジャガイモは何月にやるかというとな7月の教室でやります。これはなぜかといいますと、宮城でジャガイモがとれるのは7月、梅雨明けしてからですよ。それに合わせてやるようになりました。タマネギについては、いつやるかというとな、今は6月にやります。宮城では6月ぐらいにタマネギがとれるからです。これは地域によって違うと思いますけれども、例えば2月3月に新タマネギで長崎県とかそういったところのものをやることもできるでしょう。9月になったら北海道産のものは宮城でももちろん手に入りますから、それをやっても全然間違いではありません。ただ、仙台でやっているベジフルレッスンなら、やっぱり宮城で今の時期何がとれるのか、直売所に行って買ってきたものを、よりおいしく食べるにはどうしたらいいかなという、そういう宮城ならではの野菜の四季の移り変わり、カレンダーを、皆さんにもお知らせしたいという意味で、だんだん変わってきたんです。

宮城県人にとってのソラマメは5月の末だと思います。今年は遅れたので6月にずれ込みましたけれどもね。ふだんの教室だと5月の末には宮城県産のソラマ

メが手に入るんですけれども今年も天候不順で2週間ほど遅れましたので、この写真のソラマメは茨城県産のものをそろえました。けれども、教室の中では「皆さん、あと2週間たったら宮城県産のソラマメが手に入りますから、ぜひそうになったら地元のものを楽しみましょうね」と。

何で地元のものをお薦めするかというと、特にソラマメにおいては、ソラマメはおいしいのは3日と言われますよね、とってから3日。それぐらい鮮度が落ちやすいとなった場合に、別にほかの産地の皆さんへの恨みは全然ありません。十分おいしいものを作っていると思うけれども、仙台市場に回ってきたときに、恐らく3日目ぐらいになってしまうでしょう。だから、そのものの本来のおいしさというよりも少し、1ランク2ランク落ちたものしか私たちは食べられない。それを先に楽しんでおいて、でも宮城の人は宮城のものが十分に手に入るときにしっかり食べましょう。そういう野菜の楽しみ方もあっていいのではないかとということで、私は、ソラマメは5月の教室でやるというふうにだんだん変わってきています。

続いては、これは秋です。10月か11月の教室です。ニンジン。これは葉付きのニンジンが手に入ったので置いていますが、後ろの方には柿があります。これはニンジンをちょっとソース状にして楽しんでみましょうという提案だったんですけれども、こうして季節に応じてこういった食べ方はどうですかと、今の宮城県だったら特にこういうものがおいしく食べられますよというようなご提案をしているわけなんです。

私の地産地消の考え方としては、大まかに言うところのこのように考えています。これは皆様の資料にもお渡しをいたしましたけれども、昔だったら、地産地消というのは恐らく四里四方のことを言ったんだと思います。四里四方だと16キロ角ぐらいですかね。昔の人はそれで済んだかもしれませんが、今、16キロ四方のもので食べ物を賄えと言われてもそれは無理ですよ。それで済むところはなかなかないかと思っています。それはちょっと無理なので、一番小さな単位では市町村で考えるところもあるでしょうと思います。ただ、仙台に住んでいる私としては、仙台市のもので全部というのもちょっとそれはむちゃだろうと思いますので、私は、宮城県仙台市に住む自分自身が一番わかりやすく取り入れやすい地産地消の単位は県だと思っています。宮城県。それで、県で手に入らないものはちょっと

東北六県ぐらいいまで手を伸ばして、宮城県の場合は残念ながら果物の産地がそれほどありませんので、たしか自給率は七、八%ぐらいでしたか、それぐらいなんですけれども、幸いなことにお隣の山形県や福島県や岩手や青森、そういった果物の大産地がすぐご近所にあるわけですから、果物とかに関してはちょっと広げて東北六県。野菜に関しても、品目によっては東北六県ぐらいいまで広げていいと思います。それも無理なときは国産。今日のテーマは国産野菜ということですが、でも外国産のものは食べてはいけないなんて私は思いません。これだけ豊かな世の中でいろいろ入ってくるんだから、それは食べてはいけないとは思わないので、時々楽しみましょう。ただ、ベースはなるべく宮城県あるいは東北六県、それが無理なら国産で楽しむというのが一番ありがたいあり方ではないかというふうに考えています。

聞いたお話ですと、生鮮のお野菜などに関してはほぼ国産だということなんですけれども、加工品、業務用の野菜に関してはやはり少し外国産に頼らざるを得ない部分もまだ大きいということです。、ここはひとつ、ご家庭で料理できる人ばかりではありませんので、そうした加工品の力をかりなければいけない大多数の生活者のためにも、ぜひ国産で賄えるところを賄っていただけると、生活者は選ぶ余地がたくさんできてありがたいのではないかというふうに思います。

例えば、私のやっている教室ではこんなこともしています。これはつい先週の教室なんですけれども、時々ゲストが来てくださいます。ひょっとしたらこの中にゲストでいらっしゃっている方がどなたかがわかってしまった方もいらっしゃるかと思いますが、この日は県の研究所の方に来ていただきまして特別レッスンをお願いいたしました。この中では、県で開発している試作品をうちの教室の皆さんに試食してもらいまして、消費者アンケートみたいなのに協力しているんです。普通の一般生活者の中でもこういう教室に来てくれるということはかなり感度の高い方たちですので、そういった方たちの意見を聞いて、半歩先行く開発をしていただく役に立てればなということで、こういったご協力をしながら我々は楽しんでいるんですけれども、そういったこともしています。

私のテーマは地産地消なんですけれども、それを田舎っぽく楽しむというのも1つのあり方だと思います。ただ、私のコンセプトはおしゃれに楽しむ。それは、私が仙台の住宅地に住んでいて、自分自身が実は農業とかそういったところから

は何の縁もないところからスタートしているので、全く別なアプローチをとろうと思ったんです。ですから、例えばおばあちゃんの味の代表格の切干大根だって、切干大根のあの煮つけとして食べるのはとってもおいしいです、大好きです。でも、それだけではやっぱり食べ方としては広がらない。デリみたいにして出せる可能性がある方がずっと使い方としては広がりますよね。そういったことを考えたときに、例えば「切干大根もこんなふうにはサラダっぽく食べてみるのはいかがでしょうか」というのは、これはおしゃれな見せ方だったり、おしゃれな新しい食べ方の提案だったり、こういったことにトライをしています。

この切干大根は、実は岩出山の道の駅で買ってくるものなんですけれども、この切干大根はちょっと幅広で白っぽくてきれいなんです。こんなふうにしたときにすごくきれいに仕上がるんです。ですから、そういった特性があるとこんなふうにおしゃれな食べ方ができます。ここのポイントは、さらに色合いをよくするためにパプリカを使っているんですけれども、このパプリカも、宮城県は今パプリカ工場がたくさんできていて、ある意味宮城県での新しい地産地消を担っていく野菜の一個だと思っているんですけれども、そういった県の特産になりそうなものも入れ込みながら、きれいな食べ方、楽しい食べ方というのをご提案するようにしています。

今、私はおしゃれな食べ方とか新しい食べ方にこだわっているというお話をしましたが、、そこは、これから大切になってくるのがこんなところがあるからではないかというふうに思っているからです。

先に地産地消についてのお話をしますけれども、宮城県だと地産地消の日というのをやっています、毎月第1金土日のにぼりが立って、これはもうあちこちのスーパーなどでぼりが立ちますので、かなり浸透してきたのではないかと私も思っているんですけれども、私自身は、毎月第1金土日なんてそんなけちなことを言わないで、毎日地産地消をしちやおうよというふうに思っています。地産地消というのは、地域で生産したものをその地域で消費するという考え方ですけれども、この地域というのは、その場合においてどれぐらいの地域でというのはケース・バイ・ケースで考えればいいと思います。私自身は、一応は県単位、でもそれは東北エリアだったり、ある意味国でもいいと思います。地産地消を楽しむことは、自分の健康ですとか、もちろん女子だとやっぱり美容のところでお話

をすることが多いですので美容に役立つというそういったところだけではなくて、実は周囲の健康、これは環境ですね、環境にもつながる消費行動でもある。だから、自分自身だけのためではなくて、もっと目線を広げたときにも地産地消をやっていくための意義というのはあるんだよというところもありますし、さらに、私はこれからの食が向かう方向としては、20世紀の食は胃袋が満たされればそれでよかったとは思うんです。戦後、ここまで日本が来るまでは、お腹をすかせている人が1人でもいなくなるようにたくさんみんなで頑張って豊かな日本を作りましたので、お腹が満たされればそれでよかったと思うんですけれども、今、基本的にみんなお腹は満たされているんですよ。これだけ景気が悪くても、餓死してしまうという方がそれほどはいらっしゃいませんので。今からはやっぱり心と体が満たされなければいけないと思うんです。むしろ心が満たされる食というのを考えたときに、私は地産地消というのは大きなポイントになってくると思います。

そのキーワードは、つながりだと思います。今日のこういった交流会での出会いも何かのつながりになるかと思えます。例えば今日バイヤーさんが素敵な産地を見つけたとか、こういった新しい品種にトライしてみようというそういったつながりができるかもしれませんし、それが行く行くは私たち生活者のもとに来たときにも「へえ、こういう産地があるんだ」と、例えば私だったら地元の宮城県にこんな素敵なものを作る人たちがいるんだとか、こういったすばらしい商品を出すところがあるんだとか、そういったものを使ってこんなにすばらしいお料理を出してくれるホテルやレストランがあるんだとか、ここにはすべて、心と体を満たすためには目には見えないけれどもつながりというのがあると思います。そこはやはり距離、心の距離だと思うんですけれども、地域的な距離も近ければ近いほどつながりも増すと思いますので、今後はちょっとこういったところにポイントを置いていただくと、私たち食べる側は、より幸せな気持ちになれるのではないかと思うんです。

今日はちょっと時間が限られていますので、すごくスピードアップしてお伝えしていきます。この「私流のヘルシーな食べ方」というのをいつもご紹介しております、これは一般の生活者の方に健康面でとか野菜をもっと食べましょうというお話をするときにお話をしている内容です。これだけで本当は1時間ぐらい

いってしまう内容なんですけれども、今日はピンポイントで、ポイントだけお話しします。これをわかっていると、本当は野菜を食べなければいけないとみんなもうわかってきているので売り方によってはもっと売れるということが、すごく皆さん実感としておわかりいただけだと思います。

1つは、緑黄色野菜と淡色野菜、その他の野菜、これはイモとかキノコなんですけれども、これをバランスよく食べましょう。今日、カギカッコで空けているところには、緑黄色野菜という言葉が入ります。これは1日350グラム、ベストなバランスは緑黄色1に対して淡色とその他が2という、これはどちらかというところ厚生労働省サイドな感じの健康面の方で言われる話なんですけれども、これはだれが言っているかというところ国が言っているのです、国がこんなに食べなさい、食べなさい、消費しましょう、消費しましょうと言っている食べ物というのは、あまりほかにはないのではありませんか。どちらかというところ産業として、比べていいのかわかりませんが、タバコとかだったらみんな今やめましょう、やめましょう、分煙しましょうという感じで言っているのと比べたら、野菜は食べましょう、食べましょう、消費しましょうなんだから、みんな食べなければいけないことはわかっていて、これは売り方によっては売れる可能性はたくさんあります。本当はマーケットというのはすごくあると思うんです。

それから、いろいろな色の野菜を彩りよく。おうちでのときは、いつもいつも素敵できれいに食べる必要もないかもしれませんが、特に加工用とか業務用のものだったら、やっぱり素敵できれいなもの、より食べたいでしょうね。これは、普通の主婦の方とかにお伝えしているときに、お弁当茶色いのはだめですよ。その理由はこれです。いろいろな色の野菜が彩りよく入っていないというのは、どこか栄養のバランスが悪いから。だから、1回に全部そろえろと思わなくてもいいから、せめて一日トータルで5色をそろえましょう。青というのは野菜の場合は緑と読み替えてください。緑、赤、黄色、白、黒、野菜にはこの中のすべてが入っています。1食の中にすべてでなくてもいいけれども、せめて1日の中でこの5色がちゃんと入っていれば、きちんとした栄養の知識がなくても、実は栄養のバランスは自然ととれてくる。この知識でも持っているのと全然違うよということをよくお話しします。

それから、毎食食べることの必要性のときは、やっぱりビタミンCは補給しな

ければいけないからというお話をするんですけども、今日一番強調したいのは、この「旬と季節感を意識する」という部分です。物によっては、1年じゅう同じものが手に入るというところに重きを持たれるところもあるというのは理解しています。加工用の場合はそれが大事な側面だったりするでしょう。この後、講演でお話しされる木村先生と先ほどお話ししたときに、やはりいかに産地のリレーというのが難しいかというお話を伺いました。それも加工用についてはすごく重要な部分であるということは私も理解しています。その中で、加工用であったり業務用のものであっても、やっぱり旬ですとか、旬という言葉がもし合わないのであれば季節感ですね。別に1年中同じものを食べ続ける必要はお客様の側にはないです。それは1年中こうでなくてはいけないと、多分産業界がむしろ思っていて、お客様の側は、季節感があったらそれはそれでも理解できるという風潮の方が最近強いのではないかなというのが私の肌温度です。だから、定番のものに季節感のあるものをプラスしていく、そういった意識を持っていただくと、我々としてはそれで選ぶ余地がもっと増えるので、生活者としてはすごくありがたいなというふうに思います。

この旬や季節感を意識するということには、その季節の体にはその旬の野菜や果物の持つ働きというのが本当に体にマッチするという理由もありますけれども、その季節感というのを家庭料理ではやりたくてもやれない方のために、ぜひ加工用のものでそういった季節感というところまで配慮された商品があったら、私たちにとっては選択の幅が広がって本当にありがたいなというふうに思います。

この辺はちょっと飛ばしていきますけれども、このデータを見ていただくとわかるように、これは野菜摂取量のデータなんですけれども、20代、30代、40代、全然足りていないんです。食べなければいけないし、一番必要のある方たちほど、家庭料理ができないというのが本当に今の日本の実情なので、ぜひこのすき間を埋めていただくためにも、もっと加工用・業務用のお野菜を作ってくださいという方、そして実需者の皆様に頑張っていただければ、もっと売れて、そして日本のみんなが元気に健康になっていく、そういう可能性はすごくあるのではないかなというふうに思っているんです。

最後に、これは野菜ソムリエ協会の理念なんですけれども、これはやっぱり素敵だなと私も思っているので、最後にご紹介させていただきます。

1番は、生活者の方々が野菜・果物に関する楽しさ、新たな発見、感動などを見出せる環境を創造します。私は、本当に自分自身が変わった変化を皆さんにお伝えするという事でこの1番をやっているんですが、今日特に強調したいのは2番です。

農業・青果物流通業を含む、すべての食品・外食・流通産業に従事されている方々、ここにお集まりの皆さんが、国民の健康の維持増進に寄与しているというプライドを持って働ける環境を創造します。これはすごく大事だと私は思っているんです。食品は、商品である以前にやはり食べ物で、健康にダイレクトに寄与しますから、皆さんはそういう国民の健康をしょって立っているんだというぐらいのプライドを持って、ぜひそういったものに役立つ食べ物、商品を創造していただけたら、もっと幸せだなと思います。

そして、今日のような交流会を通してもあると思います。3番目は、生産者の方々と生活者の方々の間の距離、これは実際の距離だけでなく情報の距離です。情報の距離あるいは心の距離を情報の相互流通を通じて縮める活動をします。これは、私たちだけではなくて、こういった場がそういった場にもつながっていくと思うんですけれども、ぜひ心の距離を埋める、つながりを持てる商品、お野菜や果物がもっと市場に出回れば、私たちはもっと元気になっていけるのではないかなと思うんです。

「ニッポンの元気は国産野菜から」。私も、国産野菜のおかげで5年間病院にもかからず元気に過ごしていると、本当に感謝しています。これからも、より多くの生活者に私も国産野菜の魅力をお伝えしていきたいと思っておりますので、どうか本日ここにお集まりの皆さんも、皆様方が従事されているお仕事を通して、地産地消、国産野菜の元気を実需者、生活者、お客さんに届けるということ、ぜひ「つながり」というキーワードを通してもっともっと進めていただけたら、こんなに幸せなことはありません。

今日は、こんな高い席からの究極のど素人のお話に耳を傾けていただきまして、心より御礼を申し上げます。本日はご清聴まことにありがとうございました。