

# 地元とのつながりを大切に 地域と食材の魅力を伝える

文●編集部 text by Healthist 写真●細田 忠 photographs by Tadashi Hosoda

農林水産省実施の第2回食育活動表彰でボランティア部門大学等の部において農林水産大臣賞を受賞した、高知県立大学の管理栄養士を目指す学生団体である「COME☆RISH」。主な活動は、高知県の中西部に位置する四万十川流域の自然豊かな里山、高岡郡中土佐町大野見地区でおおのみエコロジーファーマーズが育てている大野見エコ米の栽培とPR活動のお手伝い。地元とのつながりを大切にしながら、新たな食育活動にも取り組んでいる。

約70年の歴史がある高知県立大学には4学部4学科が設置されており、日本そして世界で通用する人材を育てたいという思いから、“地域に学び、地域に育つ”学生たちの教育プログラム“立志社中”を2013年7月にスタートさせる。“立志社中”は、高知県出身である坂本龍馬の“亀山社中”（後の海援隊）と板垣退助らの“立志社”をあわせた造語で、将来の目的を定めて、これを成し遂げようとする学生グループという意味が込められている。このプログラムは、1.地域の課題に高い関心を持った学生が、地域の方々と協働して取り組む。2.学生が地域の方々と一緒に活動することを通じて、学内だけでは学べないことを学ぶ。3.大学と地域が共同して、よりよい地域づくり・人づくりにつながるしくみをつくる。という3つの目標を設定。各学生団体が年間計画を大学に提出し、内容が認められると助成金をもらえる仕組みになっており、2018年度

は7チーム、約302名の学生が高知県内を中心に活動を行っている。このプログラムスタート当初から参画するのが、将来、管理栄養士を目指す健康栄養学部健康栄養学科の学生で結成されたCOME☆RISHだ。

COME☆RISHとは、米(RICE)への願い(WISH)という思いから名付けられ、前代表である3年生の古木麻優さんは、設立のきっかけを次のように語る。

「2013年に、中土佐町大野見地区の四万十川流域で農業を営む“おおのみエコロジーファーマーズ”の方々のもとで、田植えを手伝ったことがきっかけだったと聞いています。その参加者が継続して活動を行いたいと結成されたのがCOME☆RISHで、2018年で活動6年目を迎えました」

普段食べているコメだが、その栽培方法を実際に体験できるチャンスはあまりなく、大野見エコ米と呼ばれる環境に優しい栽培方法にも興味を持ったようだ。



中土佐町大野見地区でおおのみエコロジーファーマーズのお手伝いとして毎年6月に田植えを実際に体験する。（写真提供：COME☆RISH）



毎年10月に稲刈りを予定しているが、ここ2年は台風の影響で中止になっている。写真は2016年のもの。（写真提供：COME☆RISH）

田んぼなどで使用している水がどれくらいきれいかわを確認するため、7月には水生生物調査も行っている。(写真提供：COME☆RISH)



「おおのみエコロジーファーマーズは、四万十川上流で自然環境を大切にしながら美味しい米作りに取り組んでいる大野見地区の農家グループです。栽培では、ヨーグルト(乳酸菌)、ドライイースト(酵母菌)、納豆(納豆菌)を原材料にした環境浄化微生物(マイエンザ)の“よるずai”を活用しています。この環境に優しい手法からエコ米と呼ばれており、私たちは栽培の手伝いだけでなく、取り組みやコメの美味しさを知ってもらうためのPR活動も行っています」(古木さん)

### 学生主体で企画立案から活動までを実施

年間スケジュールは、5月に前年度の反省を踏まえて2年生が中心となり立てていく。そのため毎年の活動テーマは異なってくるが、6月の田植え、7月の水生生物調査、10月の稲刈りと大野見しんまいフェスタ、11月の学祭、12月の定食屋と官能試験は例年行われている。これに、各年ごとの独自内容が加わり、所属する学生はイベント班、食育班、定食屋班、学祭班、官能試験班と5つの班に分かれている。前代表の古木



大野見地区で育てられた食材を使用したお弁当をしんまいフェスタで販売するため、保健福祉センターで早朝から調理を開始。

しんまいフェスタの会場では、大野見エコ米のヒノヒカリとにこまるの食べ比べを実施。



さんのときは、原点に立ち返るということを大きなテーマにして、マンネリ化してきた内容をすべて見直したという。そして、コメに対する知識を高めるため、大野見地区の農業振興センターの方々を講師に迎えて勉強会を開催。

そして現在、代表を務めている2年生の大西渚さんは2018年度の年間計画について次のように語る。

「私たちの代では、COME☆RISHの成長というのを大きなテーマに、活動域の拡大、知名度アップ、学生間の協力体制の強化を掲げています。これまでの活動は、中土佐町が中心になっていたので、高知市内でも活動を行い、市内の人に「大野見」を知ってもらおうと考えています。その一環で、12月8日の1日のみなのですが市内で中土佐町の食材をふんだんに使った定食屋を開催し、50食限定で販売をします」

残念ながらスケジュールの関係で定食屋の取材はできなかったが、10月21日にJA四万十大野見支所周辺で開催された“大野見しんまいフェスタ”を訪れた。ここでCOME☆RISHは、弁当販売、大野見エコ米の



管理栄養士を目指す学生が考案したメニューのおかずやご飯は、流れ作業で手際よくお弁当箱に詰められていく。



限定50食販売された“しんまい彩り弁当” (500円)。ヒノヒカリ、にこまる、炊き込みご飯、ませご飯と4種類のご飯に、鶏シソチーズ、トマトのマリネ、もやしとハムの酢の物など。



食べ比べ、利き米チャレンジを実施。

### 地元食材の魅力を再認識してもらう

弁当作りは、会場近くの保健福祉センターで当日の早朝から行われていた。学生たちが田植えを手伝ったコメ、地元で取れた野菜などを使用した“しんまい彩り弁当”は、会場で50食を限定販売。販売開始から約1時間で完売と地元の人から人気で、とても美味しいと高評価を得ていた。“おおのみエコロジーファーマーズ”のブースでは、大野見エコ米の“ヒノヒカリ”と“にこまる”の比較試食を展開。“ヒノヒカリ”はコシヒカリより粒は小さいが、甘味が強くて粘りも良いのが特徴、“にこまる”は一粒一粒がしっかりしていて、やわらかな食感と甘味が特徴であることをアピール。そして、新たな食育プログラムとして実施した利き米チャレンジでは、小学生以下は3種類（ササニシキ、にこまる、インディカ米）、中学生以上はあきたこまちを加えた4種類のコメを食べ比べて、どれが大野見エコ米かを当てるといったもの。全問正解者は少数と、コメの特徴をしっかりと把握している人は少なく、各コメの見た目、味、食感などの特徴、美味しい炊き方を紹介。

代表の大西さんは、COME☆RISHの活動を通じて学んだこと、今後の目標について

普段食べているコメについて知ってもらうために開催した利き米チャレンジ。子どもから大人までが参加して盛り上がっていた。



次のように語る。

「活動を通して、田植えや稲刈りなどコメの生産現場に関わらせていただき、おのおのみエコロジーファーマーズや農業振興センターの方々からお話を伺うなど多くのことを学び、コメの大切さ、尊さを感じています。また、活動の中で、幅広い年代の方々に関わり合うことで、人としての成長も実感できています。他にも、レシピ開発や大量調理など大学での学びを実践できる貴重な場になっています。今後も、これまでの活動の中で生まれたつながりを大切にしながら、より多くの人に中土佐町、大野見エコ米や大野見地区の魅力を伝えていけるよう活動に力を注いでいきます」



高知県立大学のCOME☆RISHとおおのみエコロジーファーマーズの方々。（写真提供：COME☆RISH）