

オホーツク
総合振興局

オホーツク・ピーンズセミナーを開催

「オホーツク農畜産物の魅力」

北海道オホーツク総合振興局が主催する『第4回オホーツク・ピーンズセミナー（Withミルク）』が10月26日、網走市のオホーツク・文化交流センター（エコーセンター2000）で開催され、およそ50名の参加者はオホーツクの農業や大自然が生み出す農畜産物の魅力について学びを深めた。

「日本の食を支える」

講演の第1部は北海道農業協同組合中央会北見支所の米地竜基氏による『オホーツクの農業について』。秋田県さらにはジャマイカ国とほぼ同じ広さだという大自然豊かなオホーツクは、道内では十勝地方に次ぐ農業王国。畑作、酪農そして肉牛まで、実に多くの農畜産物が日々この地域で生産されているとのことだ。道内全体の生産量に占める割合は玉ねぎが実に55%と過半数を超え、甜菜（ピート）39%、馬鈴薯35%、近年は増加傾向にあるという小麦が23%と、オホーツク農業の圧倒的存在感が実数で見取れる。かつては気温の低さが故に生産量が少なかったという豆類については「近年は気温の上昇に加えて営農技術にも進化が見られ豆類の生産が増えてきた」と米地講師は説明する。時代や環境の変化と共に、



「美味しいものを美味しく食べよう」と話す阿部氏

オホーツクの農業はバリエーションを上げその魅力を増しているのだ。「魅力溢れるオホーツクの農畜産物が北海道さらには日本の食文化を支えている」米地氏はそう強調する。

大豆は「スーパーフード」

「美味しいものを美味しく食べよう」そう話すのは調剤薬局を運営する街マスト代表取締役の阿部忍氏。第2部『オホーツクの自然が生み出す栄養について』では、食物栄養学を学んだ阿部氏が栄養の基本とされる五大栄養素（炭水化物、タンパク質、脂質、ビタミン、ミネラル）の特徴をわかりやすく伝え、それぞれの必要性や効果的な摂取方法を解説。特に若い世代が不足しがちなミネラルについては「豆類を食べることで改善される」と強調する。身近な豆である『大豆』は「スーパーフード」の異名を持ち、良質なタンパク質に加えてアミノ酸が十分に摂れ、食物繊維や鉄分も豊富に含まれているという。「栄養価の高い良質な土壌から育つオホーツク産大豆は、ここ10年で生産量が2倍に増えた」と現況に触れ「不足しがちな栄養はオホーツクの大地から産み出される農畜産物で補給しよう。とにかく美味しいものを美味しく食べるのが一番大切だ」と流れるような展開で講演を締めくくった。

豊富な知識でオホーツク農畜産物の魅力を語った米地氏、巧みな話術で参加者の心をグッと引き寄せた阿部氏。両名による講演は正直、話に聞き入りすぎてメモを取り忘れた場面も多々あったような：というわけで、ここで紹介できたのはほんの一部。非常に学びの多いセミナー、ぜひ何かの機会に二人のお話を直接聞くことをおススメします。