

あふ
aff

agriculture forestry fisheries

2019

9

SEPTEMBER

特集1

もしもの
災害に備える

特集2

保存食今昔

農林水産省

目次

- 02 **連載** 私を支えた「食」
高橋尚子さん(マラソン金メダリスト)

特集1

もしもの災害に備える

- 05 災害を想定した備えが大切
10 備蓄食品の技術に迫る！
13 災害が起きたら
18 避難所と支援物資
21 農業における事前の備え

特集2

保存食今昔

- 23 乾物
29 フリーズドライ食品

- 33 **連載** ギネス世界記録™ 挑戦者たち vol.4
世界最大の木造コンサートホール

- 36 **読者の声**
読者の声(19年7月号分)

「aff」の
Webサイトは
こちら ▶▶▶▶▶



本誌に掲載した論文などで、
意見にわたる部分は、それぞれの筆者の
個人的見解であることをお断りします。



私を支えた「食」

高橋尚子さん(マラソン金メダリスト)



東京2020オリンピック・パラリンピック大会開催に向け、
トップアスリートなどの地元食材を生かした思い出深い「和食」を紹介します。



写真提供／月刊陸上競技

❖ 「朴葉(ほおば)の味噌焼き」は ❖ 家族が揃う朝の定番料理

大学に入るまでは郷里の岐阜で、母の作る和食中心の食生活を送っていました。春になると、近くの山で採れたわらびやゼンマイ、せり、たんぽぽの葉など、山菜を使った総菜もよく食卓に並んでいましたね。

中でも思い出深いのは「朴葉の味噌焼き」。母の出身地・飛騨高山の郷土料理です。父と近所の山の中で集めてきた朴の木(ほおのき)の葉を洗濯ばさみで吊るし、一夜干しにします。その朴葉の上に、合わせ味噌とねぎを混ぜたものをたっぷりのせ、炙り焼きに。プツプツプツ……と味噌が煮立ち、香りが立ち上ってくると「早く食べたいなあ」とワクワクしました。これをご飯の上にのせて食べるのがとてもおいしいんです。我が家では、日曜日の朝の定番料理でした。

他にもよく食べていたのは「あぶらえ(エゴマ)」。飛騨高山の名産品で、血行を良くする α -リノレン酸が多く含まれ、栄養価がとても高いんです。この「あぶらえ」をフライパンで炒ってからすり鉢ですり、味噌などの調味料と合わせていただきます。名物の五平餅に付けて食べるのもおいしいですよ。

大学進学後は、マラソン選手としての身体づくりを第一に考えていました。カロリー計算に基づいたバランスのよい食事と、エネルギーとなるたんぱく質や鉄分をしっかり取ることを、今まで以上に意識していましたね。長距離を走り抜く持久力を維持するためには、体脂肪を減らし、心肺機能を高めなければなりません。マラソン選手は貧血になりやすいので、私は鶏レバー、ひじき、納豆をよく食べていました。

また、試合に向けてベストな身体にするために、練習内容に合わせて食事を変えていましたね。例えば、猛暑の中でのトレーニングでは、そうめんやうどんなど喉越しがよい炭水化物を選び、エネルギーを補給していました。練習メニューによっては食欲が湧かないときもありますが、しっかり食べないと数日疲れが残ってしまいます。私は「しっかり食べて、しっかり走る」ことを大切にしていました。

トレーニングのため、米国に長期滞在したときも和食中心で過ごしました。現地の食事ではカロリー過多になってしまいますが、和食ならたくさん食べても安心。自分の身体をコントロールする上でも和食が支えになったと思います。



1972年岐阜県生まれ。県立岐阜商業高校、大阪学院大学を経て実業団へ。1998年の名古屋国際女子マラソン初優勝以来マラソン6連勝。2000年シドニー五輪で金メダルを獲得、同年国民栄誉賞受賞。2001年ベルリンマラソンでは女性として初めて2時間20分を切る世界記録(当時)を樹立し、2008年10月現役を引退。現在、(公財)日本陸上競技連盟理事、(公財)日本オリンピック委員会理事、(公財)東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会アスリート委員会委員長ほか、多方面で活躍中。
ヘアメイク／小森真樹(337inc.)



モクレン科の朴の木の葉。火に強い性質で殺菌作用があるとされ、岐阜県では朴葉の味噌焼き、朴葉寿司といった郷土料理に用いられている。



朴葉の味噌焼きは、保存が効く、飛騨高山の郷土料理。家庭によって使用する味噌や具材が違いため、それぞれ異なる風味が楽しめる。芳香性がある朴葉と味噌の香ばしさは素朴で懐かしい味わい。

沿道で選手のスピードを 体感してほしい

東京2020のマラソンコースは東京の中心地がメインです。日本の選手にとってはなじみがある場所で、応援も多い。自国開催をぜひ、自分のアドバンテージにして思い切り戦ってほしいですね。

初めてマラソンを観戦するなら、沿道がおすすめ。きっと選手のスピードに驚くと思います。マラソン競技は、各選手がどうやって自分のレースに引き込んでいくのかを注目してみましょう。

選手の位置取りもポイントです。例えば、常に集団の端にいる選手は給水ポイントで素早く水分補給することを意識しています。道路の傾き方も視野に入れたバランス重視の選手は、道路の中央側を走ることが多い。また、足が当たるのを防ぐため同じような走りやリズムの選手がかたまる場合もよくあります。各選手が集団の中で、なぜそのポジションを取っているのかを考え、30キロメートルを過ぎてからのラストスパートではどんな仕掛けをしてくるのかを予想しながら観戦すると楽しめると思います。

沿道からの声援は必ず選手に届きます。エールの他にも「前の選手との差は〇秒」など具体的な秒数を言ってもらうのも状況がわかるので実はうれしいんです。観客の皆さんも監督やコーチになったつもりで応援をお願いしたいです。試合当日は炎天下が予想されるため、ボランティアの方も沿道で応援する方もしっかり熱中症対策をしてくださいね。



引退後も、各種イベントに参加し、マラソンの普及に貢献。写真は、2008年名古屋国際女子マラソンでのラストラン。

写真提供／月刊陸上競技



陸上競技のルールとメダルへの道

東京2020オリンピックの陸上競技(マラソン)は、オリンピックスタジアム(新国立競技場)をスタートしてフィニッシュ。浅草雷門、東京タワー、皇居外苑、歌舞伎座など東京の名所を回る42.195キロメートルのコース。開催は2020年8月2日(女子)、9日(男子)で両日とも午前6時スタート(2019年4月時点)。給水ポイントはスタートとフィニッシュ地点、コース上5キ

ロメートル間隔での設置が定められている(給水ポイント以外での飲食は禁止)。選手は自分でペース配分しながら、仕掛けるタイミングを見極めなければならない。選手同士の駆け引きは熾烈を極め、仕掛けられたときでも自分のペースを維持するか、相手についていかなど勝負をかける走りのポイントに注目したい。



出典／内閣府「南海トラフ巨大地震編 シミュレーション編」(http://www.cao.go.jp/lib_012/nankai_02.html) から作成

特集
1

もしもの 災害に備える

今年6月に発生した山形県沖を震源とする地震でも最大震度6強を観測するなど、いつ、どこで起きるか分からない災害に対して、私たちが唯一できることが「備え」です。例えば、日常備蓄（ローリングストック）など日常生活の中でできる備えもあります。大げさに考えず、家族のスタイルに合わせて、できることからはじめてみましょう。

災害を想定した備えが大切

まずは命を守ろう

平成30年7月豪雨では、西日本を中心に生活を支えるインフラにも大きな被害が発生し、断水は最大で約26万戸、停電も最大で約8万戸にも及びました。この被害を教訓に、内閣府(防災担当)では、今年3月、災害発生危険度の高まりに応じて、住民などが取るべき行動を5段階に整理しました。

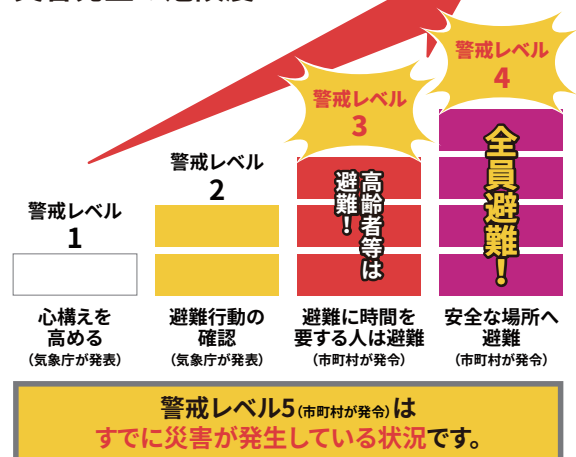
警戒レベル3で高齢者などは避難、警戒レベル4で全員避難とするなど、避難のタイミングを明確化することで人命を守ることを最優先とした行動を促しています。

2018年度に発生した主な自然災害

2018年6月	大阪府北部地震	最大震度6弱 ・停電：約17万戸 ・都市ガス供給支障：約11万戸
7月	平成30年7月豪雨	・停電：約8万戸 ・都市ガス供給支障：約290戸
8月	台風20号	・停電：約17万戸
9月	台風21号	・停電：約240万戸
9月	北海道胆振東部地震	最大震度7 ・停電：約295万戸 ・熱供給支障：約3,100戸
9月	台風24号	・停電：約180万戸

出典／経済産業省「平成30年度に発生した災害とその対応」(2019年)

災害発生危険度



出典／政府広報オンライン

もしもの備えは何をどれだけ？

家庭の防災をテーマとする、「備え」に関する専門家である防災アドバイザーの高荷智也さんに話を伺いました。



高荷智也さん
防災アドバイザー、BCP策定アドバイザー。ソナエルワークス代表。命を守ることを第一に考えた防災対策を、自身が運営するWebサイトやセミナーなどを通じて発信している。



▶ 備える.jp

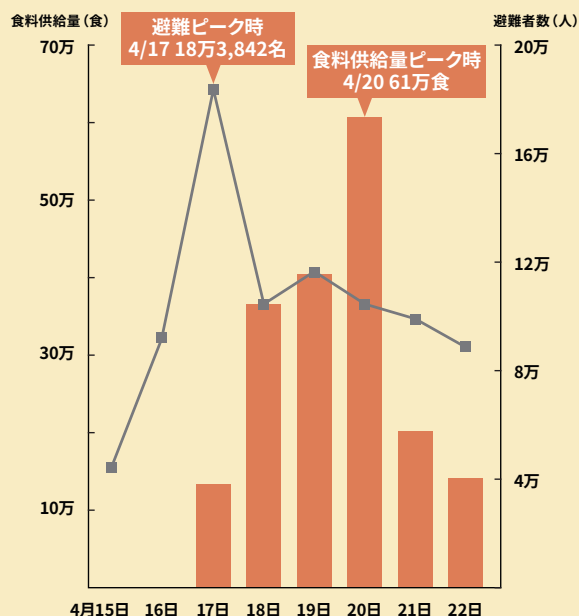
発災後3日までは備蓄がカギ

大規模災害時、避難所などへの支援が本格化するの、3日後くらいと考えておきましょう。例えば、2016年4月に発生した熊本地震では、発災後3日目に避難者数がピーク（約18万4,000人）を迎えた一方で、同日の食料供給量は約13万食と大きく不足していました。このことから、この期間は備蓄品などを活用して生活することを想定しておく必要があります。

さらに、道路が寸断されやすい山間部、津波などの大規模災害が想定される沿岸部、被災者が膨大となる大都市圏などでは、十分な支援が開始されるまでに1週間程度かかることもあります。

最低3日分、できれば7日分が、防災備蓄の目安です。

熊本県の避難者数と食料供給量（1日当たり）の推移



出典／内閣府「熊本地震を踏まえた応急対策・生活支援の在り方について（報告書）」（2017年）

用意しておきたい備蓄の例 （人数分用意しましょう）



飲料水
3日分（1人1日3リットルが目安）



非常食
3日分の食料として、ご飯（アルファ米など）、レトルト食品、乾パンなど



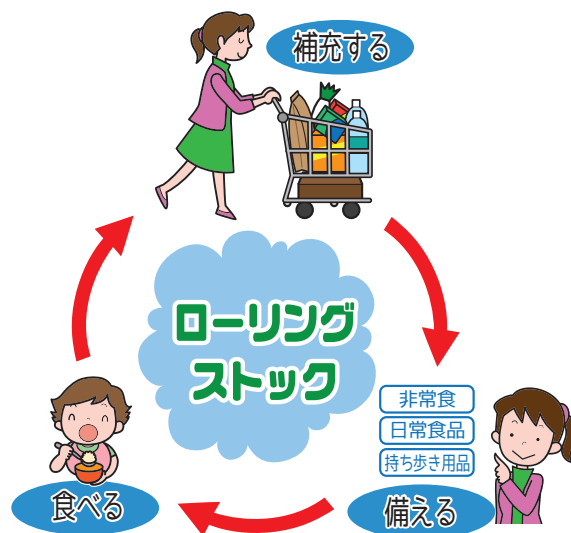
日用品
非常用トイレ（1日5回から7回が目安）、ウェットティッシュ、カセットコンロ、鍋、ラップなど

日常生活の中で備える

最低3日分の備蓄の必要性をお話ししました。さて、皆さんは何を準備しますか。

備蓄食品には、大きく分けて「非常食」と「日常食品」の2種類があります。「非常食」とは、災害時の備えとして用意し、主に災害時に使用するもの。一方、「日常食品」とは、日常から使用し、かつ災害時にも使用するもの。そして、日常食品を補充する、備える、食べるというサイクルを「日常備蓄(ローリングストック)」といいます。言い換えれば、日ごろから食べているものの中で、少し賞味期限が長いものを多めに買って置き、消費しながら補充するという手軽な方法です。費用・手間・賞味期限管理、いずれも軽減されるので、備蓄をライフスタイル化する方法として適しています。

また、大規模災害時には電気やガス、水道といったインフラが寸断されることも十分に考えられます。懐中電灯やカセットコンロの他、非常用トイレ、さらに情報の入手に欠かせない携帯ラジオや携帯充電器なども準備しておくといでしょう。



避難に備える

自宅が地震による津波、大雨による浸水や土砂災害など、「その場にとどまると危険」な災害の発生地域にある場合は、命を守るための避難の準備が不可欠です。安全な避難場所と避難ルートを確認し、自宅を素早く飛び出すための「非常用持ち出し袋」を用意しましょう。このリュックを作る目的は素早く安全に移動することなので、「背負って走れる重さ」にとどめることが重要です。



「非常用持ち出し袋」(約5キログラム)の一例。食品は調理不要でそのまま食べられる携帯食が良い。他に防災用ヘルメットも用意しておこう。
写真提供／高荷智也

備えは家庭の事情に合わせて

災害時に支援物資として配布される食品は、アルファ米のご飯やパンの缶詰など、炭水化物を中心とした主食品が主となります。

外部からの支援が本格化されるまでは量も限られるため、乳幼児・高齢者など食事に配慮が必要な家族がいる場合は、個別の準備が必要になります。乳幼児であれば液体ミルク、子どもがいる場合は好きなおやつ、高齢者であれば柔らかいご飯など。また、水分補給と栄養補給を兼ねることができ、子どもや高齢者も食べやすいゼリー飲料もおすすめです。

こうした備蓄品を、日常備蓄で準備することが重要です。この他、アレルギー対応の非常食も多いので、配慮が必要な場合はこうした備蓄品を準備します。さらに、ペットを飼っている場合は、ペットフードも避難所では入手できないため準備しておきましょう。



乳幼児がいる家庭の「非常用持ち出し品」の一例。避難所などで支給されないものも多いので、数日分用意する必要がある。

写真提供／高荷智也

家庭備蓄のことが
詳しく分かるポータルサイト

食品の家庭備蓄の一層の普及を図るために、家庭備蓄に関するさまざまな情報を集約したポータルサイトです。備蓄に適した食品の選び方、ローリングストック法などによる日頃の活用方法、収納テクニックや災害時に役立つ簡単レシピなどの実践的な内容を取りまとめた「災害時に備えた食品ストックガイド」も公開しています。また、備蓄の必要性、実際に備蓄する際のポイント、家庭備蓄を継続するコツなどが分かりやすく説明された動画を制作しましたので参考にしてください。

知ってる？
日本の食料事情

知る

- 食料安全保障について
- 食料自給率、食料自給力について
- パンフレット・動画
- よくあるご質問

調べる

- クッキング自給率
料理自給率計算ソフト
- 食料需給表
- 海外食料需給情報フォーメーション

行動する

家庭備蓄ポータル

お家で楽しく食品ストック

家庭備蓄ポータル

更新情報（最新3件）

- 食料ストックガイドの概要版を更新しました（令和元年7月30日） New
- いまだき！家庭備蓄に今月の特集を掲載しました（令和元年7月18日）
- 「紹介します！わが家の食料備蓄2019」投稿キャンペーンを新設しました（令和元年7月16日）



▶ 家庭備蓄ポータル
(農林水産省)

備蓄食品の技術に迫る！



飲料・食品ともに、多種多様な備蓄食品が手に入る昨今。
研究・開発が進み、長期保存が可能な商品も増えています。
ここでは、生活に欠くことのできない飲み水(サントリー食品インターナショナル株式会社)、
乳幼児の成長に大切なミルク(江崎グリコ株式会社)、
常温で長期保存可能な豆腐(森永乳業株式会社)について、
3社の保存技術への取り組みを紹介します。

賞味期限63ヵ月

「サントリー南アルプスの天然水 2Lペット防災備蓄用」

サントリー食品インターナショナル株式会社

長期保存型の飲料水の開発も進み、一般的な飲料水が約2年の賞味期限に対し、長いものでは、5年から10年というものも発売されています。「サントリー南アルプスの天然水 2L(リットル)ペット防災備蓄用」もそのひとつです。

「東日本大震災後、自然災害に備えた防災意識や備蓄需要の高まりに応えるべく、社会に貢献していきたいという思いで開発しました。通常の商品と異なる改良を加えた容器を使用することで長期保存に耐えられる設計に成功し、賞味期限は63ヵ月です」(サントリー食品インターナショナル／横堀陽子さん)

最大の特徴は、安全安心な状態でお客さまに届けるために、汲み上げた水をいっさい外気に触れさせることなく、クリーンな環境でボトルリングしていること。また、「使用する水は月1回の頻度でサンプリングし、放射性物質分析を継続的に実施することで品質保持に加え、自然本来のおいしさを生かした“安全”な水にこだわっています」



ラベル上部に賞味期限が表示されている。



6本入りの箱にも賞味期限が大きく印字されている。

目指したのは母乳と同じ成分

「アイクレオ 赤ちゃんミルク」

江崎グリコ株式会社

今年3月、長年培ってきた乳飲料と粉ミルクのノウハウを生かし、日本初の乳児用液体ミルクとして誕生した「アイクレオ 赤ちゃんミルク」。

「赤ちゃんにとっては、母乳が最良の栄養源であるという考えのもと、母乳と同程度にミネラル含有量、ナトリウム量を調整しています。もちろん、栄養素や味、乳幼児が好んで飲む色にこだわっており、赤ちゃんの繊細な体にも優しいミルクです。また、殺菌処理後、無菌のまま充填



さまざまな願いを込めて、東日本大震災から8年目の2019年3月11日に全国発売された。

する無菌パック製法で作られていることから、微生物が増殖せず、常温保存で6カ月という長期保存が可能となっています」(江崎グリコ／前田就喬さん)

また、紙パックには、海外の液体ミルクでは主流となっている6層構造を採用。

「中身の成分をしっかりと守る他、軽くて持ち歩きやすく、飲み終えた後の捨てやすさも考慮した製品としました。常温での長期保存を実現した本品は、災害時に乳幼児の命を守ることや、日常使いも可能なため、育児負担の軽減や利便性の向上へとつながります」



赤ちゃんに飲ませる際、簡単にほ乳瓶に移し替えることができる。

日本初の常温保存可能な豆腐

「森永とうふ」シリーズ

森永乳業株式会社

「災害時の非常食として活用したい」という声により、日本初の常温で保存可能な「森永とうふ」シリーズが、東日本大震災後、4年半の歳月を費やして生まれました。

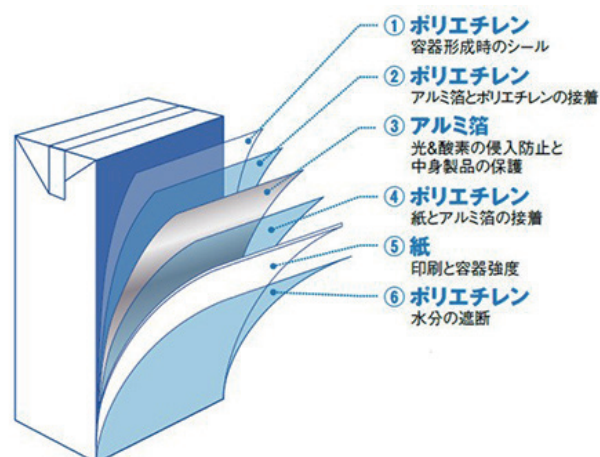
「原材料には、遺伝子組み換えでない厳選した丸大豆とにがりだけを使用。また、無菌充填包装により、保存料はいっさい使用していないにもかかわらず、常温で長期保存が可能です」(森永乳業／佐藤恵梨華さん)

さらに、独自の品質マネジメントシステムを構築・運用し、「安全安心の観点から、ほんのわずかな異変でも、ただちに製造ラインをストップし、原因究明を行っています」

牛乳でも使われる無菌充填包装技術を応用した「ロングライフ技術」に加え、バリア性の高い紙パックを使用。紙とポリエチレンの間にアルミ箔を入れ、光や酸素を通しにくくすることで、保存性を高めています。そんな製造方法や容器の工夫もあって、賞味期限は製造から7.2カ月(216日)です。



豊かな大豆の香りと食感もなめらかな「森永絹ごしとうふ」(左)と、水切り不要で加熱調理でも煮崩れしにくい「お料理向き 森永とうふ」。



6層構造の紙パック

災害が起きたら

災害発生時、何よりも重要なのは自分や家族の大切な命を守ること。取るべき行動は、状況によっても異なります。いざというときに備えて、スマートフォンのアプリケーションなども上手に活用し、避難場所や避難ルートを確認しておきましょう。

地震のときに取りるべき行動と注意すべきこと

「楽しく学び、賢く備え、自分で考え行動できる」防災を提唱する、NPO法人「ママプラグ」理事の富川万美さんに話を伺いました。



▶ ママプラグ

富川万美さん
被災母子支援などを展開するNPO法人「ママプラグ」理事。また、同団体が提唱する、被災体験に学び、自ら考え、自ら行動する防災術「アクティブ防災™」事業の代表も務める。



落下物・転倒物に注意して手近なもので頭を守る



クッションやバッグなど、手近にあるもので頭部を覆って守ることが重要。移動が可能なら、テーブルの下など空洞となる場所に逃げ込みましょう。強い揺れを感じたら、とにかく素早く動くことが大切です。

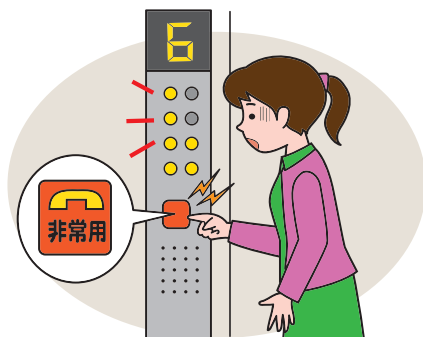


コンロやストーブの火は、揺れが収まってから落ちて止めるようにしましょう。最近では、揺れを感知すると自動的に火が止まる仕組みも普及しています。



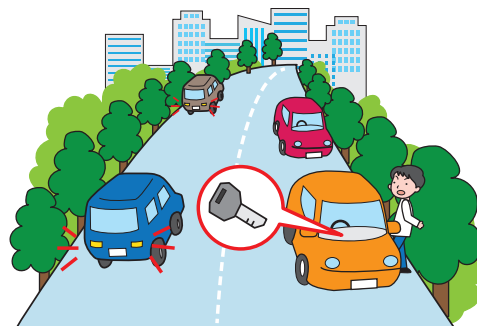
状況に応じて落ち着いた行動を

エレベーターの場合



全部の階のボタンを押して、いちばん早く止まった階で脱出します。万が一、閉じ込められた場合には、非常用のインターホンなどを使い、外部と連絡を取りましょう。

運転中(一般道)の場合



急ブレーキ、急ハンドルは危険です。ハザードランプを点灯して徐々にスピードを落とし、道路の左側に停車して揺れが収まるのを待ちます。車から離れる際は、緊急車両の通行の妨げにならないよう鍵をつけたままにしましょう。

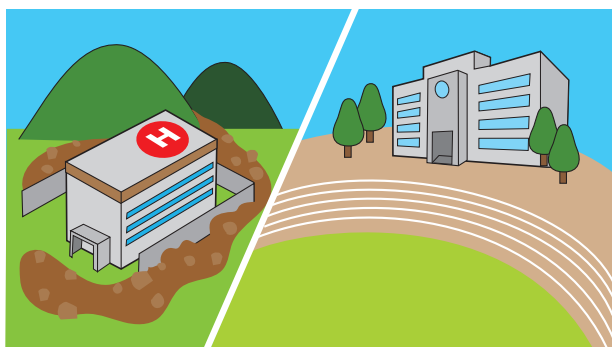
避難場所や避難ルートを確認

「指定緊急避難場所」と「指定避難所」

東日本大震災を教訓に災害対策基本法が改正され、発災した際にまず避難する「指定緊急避難場所」と、避難所生活を送る「指定避難所」を指定することが定められました。

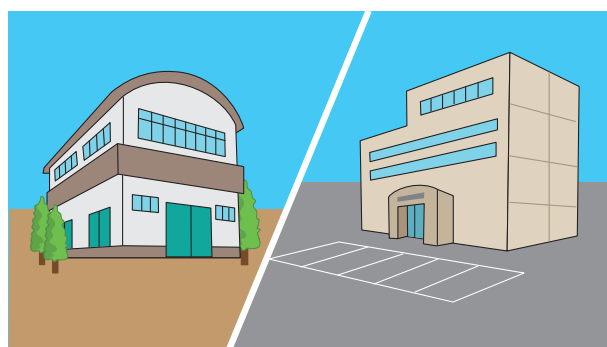
災害が起きてからでは遅いのです。自分の住む地域の避難場所や避難経路、避難所をあらかじめ家族で確認しておきましょう。

指定緊急避難場所



災害の危険から命を守るために緊急的に避難をする場所。災害の種別ごとに指定され、土砂災害においては頑丈な建築物、地震などでは学校のグラウンドや駐車場など。

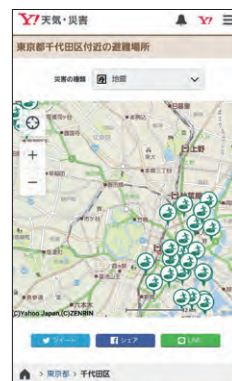
指定避難所



避難した住民などが災害の危険がなくなるまで、必要な期間滞在、または災害により自宅へ帰れなくなった住民などが一時的に滞在することを想定した施設のこと。学校や体育館、公民館などの公共施設。

▶避難場所マップ(ヤフー)

地震、津波、洪水、土砂災害(崖崩れ、土石流、地滑り)、内水氾濫、高潮、火災、火山噴火といった災害が発生したときに災害ごとに自治体が指定した避難場所を検索することができる。検索方法も、災害の種類を選択し、市区町村名を入力するだけと手順も簡単。



スマートフォンなどを活用して防災情報をチェックする

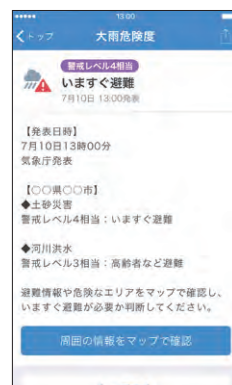
▶NHKニュース・防災

災害に関する情報、河川ライブカメラの画像などを掲載。プッシュ通知機能でいち早く情報を知らせてくれる他、自治体が公開している避難に関する情報も提供しており、現在地や登録地域に応じて表示することも可能。テレビのニュースをリアルタイムで見ることができる。また、マップ上で雨雲や台風、河川情報も確認できる。



▶防災速報(ヤフー)

緊急地震速報の他に、豪雨予測、土砂災害などさまざまな防災気象情報を網羅しており、現在地と設定3地域分の災害に関する情報をまとめて入手することができる。避難情報、警報・注意報を、プッシュ通知でリアルタイムに受け取ることも可能。



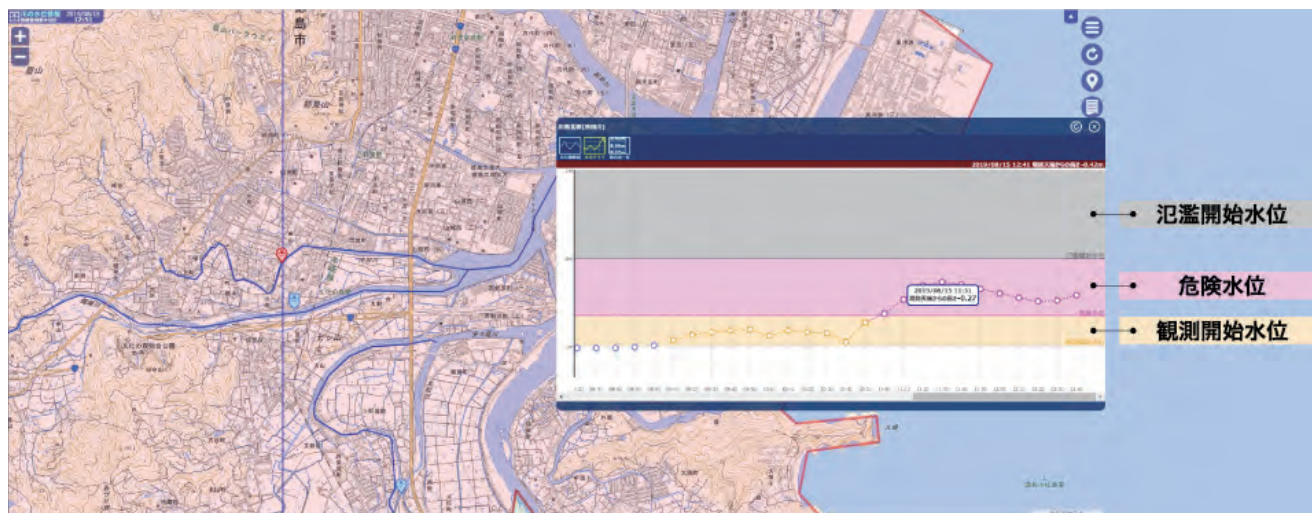
▶河川水位情報(ヤフー)

今いる場所に近い河川の「注意」「警戒」などの情報や、10分、1時間ごとの観測所の水位の変化を危険度に応じて色分けし、地図上やグラフで分かりやすく表示。ゲリラ豪雨などが発生した際、自主避難を早期に判断するのに役立つ。



▶ 川の防災情報(国土交通省)

雨の状況や、川の水位と危険性、川の予警報などをリアルタイムで知らせてくれるWebサイト。特に、川の水位に応じた予警報は、1時間から3時間後の水位予測が見られるなど詳細な情報が得られる。また、地域によってはカメラ映像でも確認ができるので、的確な避難行動に役立つ。同サイトはスマートフォンからでも閲覧可能。



平成30年7月豪雨を踏まえた「ため池」に関する対策

防災重点ため池の再選定

「防災重点ため池」とは、決壊した場合の浸水区域に家屋や公共施設などが存在し、人的被害を与えるおそれのあるため池のこと。平成30年7月豪雨では、多くのため池が決壊し、防災重点ため池ではない小規模なため池で甚大な被害が生じたことから選定基準を見直しました。その結果、全国の農業用ため池総数16万6,638カ所のうち、6万3,722カ所が新たな選定基準に基づく防災重点ため池として再選定されました。

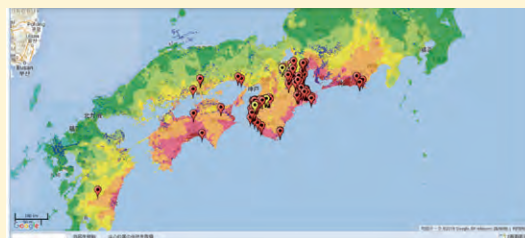
今後は、ため池の名称や位置情報などを記した「ため池マップ」や浸水想定区域を記したハザードマップの作成・公表を通じて、地域住民の方への情報提供などを行います。



ため池防災支援システム

国や自治体が活用する「ため池防災支援システム」は、農研機構と民間会社が共同で開発しました。このシステムは、地震時には地震情報を受信してから30分以内、豪雨時には現在時刻から15時間後までのため池の決壊危険度を予測し、インターネットで予測結果を地図に表示。自治体は、この情報をもとにして緊急点検を実施し、ため池周辺の住民の避難対策や、決壊防止のための応急的な対策を行うことが可能です。

さらに、被災したため池の状況を全国の防災関係者に情報共有することも可能で、迅速な災害支援にも役立てられます（現在、試行的に運用中）。



南海トラフ地震を想定した「ため池」の決壊危険予測。地図に塗られている色は、地震の震度（暖色ほど大きい震度）を表している。

避難所と支援物資

住宅への危険が予想される場合や住宅が損壊した場合など、生活の場が失われた際に一時的に身を寄せる避難所。多くの人が同じスペースで一緒に過ごす避難所では、何よりもお互いへの配慮が欠かせません。国や自治体からの支援物資も、すぐには届きません。スペースはもちろん、水や食料品なども限られているので、助け合いや譲り合いの気持ちが大切です。

避難所における生活

NPO 法人「ママプラグ」理事の富川万美さんに話を伺いました。

避難所で支給される主な物資

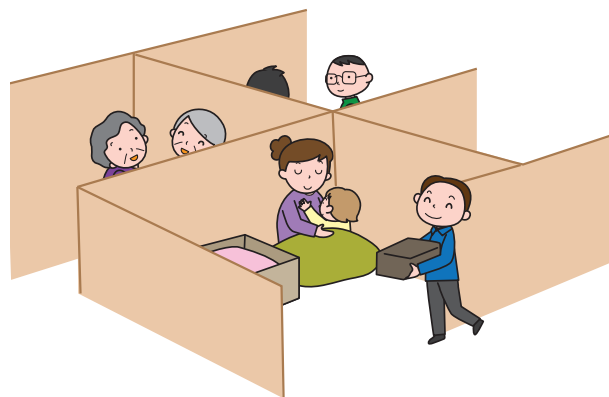
災害の規模にもよるものの、国や自治体による支援が機能し始めるのは、発災からおおむね4日目以降。それまでは、各自治体による備蓄に頼ることになります。例えば、乾パンやインスタント麺、米、缶詰、飲料水など。ただし、インスタント麺や米はライフラインが遮断されていた場合、当然食べることはできません。特に、アレルギーや持病がある場合、個々のニーズに対応した支援が受けられるとは限りません。



避難所生活における注意点

普段とはすべての面で異なる避難所での生活。その中でも、トイレは最初に直面する問題のひとつですが、我慢すると重篤な病気の引き金にもなるので、絶対に我慢しないようにしましょう。また、トイレに行きたくないからと、水分補給をしないのも危険です。

さらに、多くの人が生活を共にする避難所では、さまざまな方が身を寄せていることを前提に行動することが重要です。例えば、体が不自由な方、宗教による食物禁忌がある方、妊産婦などが挙げられます。お互いを思いやりながら生活することが大切です。



プッシュ型支援

発災当初は、被災自治体において正確な情報把握に時間を要すること、また民間供給能力が低下することなどから、被災自治体のみで必要な物資量を迅速に調達することは困難となります。「プッシュ型支援」は、こうした際に国が被災自治体からの具体的な要請を待たずに、避難所や避難者への支援を中心に必要不可欠と見込まれる物資を調達し、被災地に物資を緊急輸送する仕組みのことをいいます。

東日本大震災の教訓を糧に、2016年に発生した熊本地震の際に初めて実施されました。2018年9月6日に発生した北海道胆振東部地震の際は、9月8日から13日の間に合計26万点以上の飲食料品を提供。道指定の一次集積拠点などを経由して、避難所などに届けられました。



北海道胆振東部地震のときの様子。

平成30年7月豪雨におけるプッシュ型支援の事例

日清食品株式会社

(一社)日本即席食品工業協会を通じて、農林水産省からの支援依頼を受け、日清食品では支援を実施。最終納品指示から約22時間後に、岡山・愛媛の両県に合わせて約2万1,000食の即席麺と割り箸を供給しました。

こうした迅速な支援を可能にしているのが、災害などの緊急事態が発生した際に、企業が損害を最小限に抑え、事業の継続や復旧を図るためのBCP(事業継続計画)です。日清食品グループでは、災害時に需要が高まる即席麺の供給を維持するため、従業員の安否や工場などの拠点の被害情報を一元管理するシステムを構築。製品供給の継続に必要な対応を迅速かつ適切に行える体制を整えています。

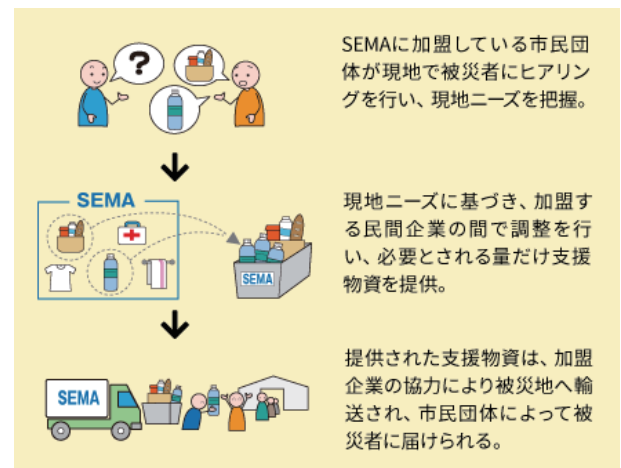


物流拠点に集められた日清食品の支援物資。

プル型支援

「プル型支援」とは、被災地にヒアリングした上で、要請があった支援物資を被災地に送ることです。

平成30年7月豪雨の際には、大規模自然災害発生時に物資やサービスなどの支援をワンストップで提供する、日本発の民間主導による緊急災害対応アライアンス「SEMA（シーマ）」が初めて稼働しました。これは国内の民間企業45社とNPO6団体が連携し、平時から加盟企業や団体が持つ物資・サービスなどをリストとして集約。各社が提供できる物資を、迅速に被災地に届けられるようにしています。



農業における事前の備え

近年、頻発する豪雨や台風などの自然災害により、農業用ハウスなどへの大きな被害が発生しています。事前に農業者自身ができる対策を確認しておくことが重要です。また、災害発生時は、安易に見回りに行かないようにしましょう。

農業用ハウスの強化

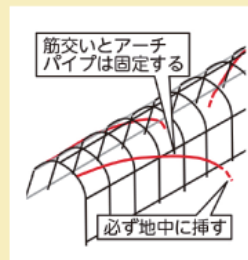
災害による倒壊や損傷を防ぐ

台風などの災害による農業用ハウスの被害には、農業者自身ができる補強対策で避けられるものも多くあります。日ごろからの点検・保守管理も大切ですが、災害に備えて「筋交い(すじかい)」などの補強を行うことも重要です。使用するハウスの形状や地域によって補強方法は多種考えられるので、市区町村やJAに相談してみましょう。

農業用ハウスの補強対策例

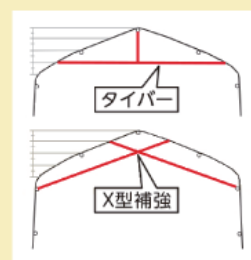
筋交い

妻面の奥行き方向への倒壊を防止



タイバー・X字補強

アーチパイプのM字陥没を防止



出典／「災害に強い施設園芸産地づくり」防災プログラム

助成金などの有効活用

昨今の自然災害の多発を踏まえ、都道府県において農業用ハウスの被害防止計画を策定。これに基づき、ハウスの保守管理の強化に向けた講習会、ハウスの補強や防風ネットの設置などの取り組みを支援しています。

また、強風や積雪に耐えられる低コストハウスの導入や、農業者団体などが主体となってハウスを整備し、被災した生産者へ貸し付ける取り組みも支援しています。事業に関するお問い合わせは各自治体の担当窓口までご相談ください。



低コスト耐候性ハウス

リスクに備えて農業保険に加入

農業者は、自らの経営安定を図るため、発生し得る自然災害などのリスクに対して、農業保険（農業共済・収入保険）に加入し、備えておくことが重要です。

農業共済のうち、「園芸施設共済」では、本年6月から、地域の農業者が集団で加入した場合、共済掛金を最大で3割以下に減額できるパッケージを導入し、加入を促しています。

「収入保険」は、原則すべての農産物を対象に、自然災害による収量減少や価格低下をはじめ、農業者の経営努力では避けられない収入減少を広く補償。掛金率は1パーセント程度で、基準収入の8割以上の収入を補償します。

また、「園芸施設共済」と「収入保険」をセットで加入することもできます。詳しくは、お近くの農業共済組合へお問い合わせください。

収入保険の対象となるリスク例



自然災害や鳥獣害などで収量が下がった



市場価格が下がった



災害で作付不能になった



倉庫が浸水して売り物にならない

災害に関するサイトを開設

農林水産省Webサイトのトップページには、被災農業者にとって欲しい情報が即座に入手できるように災害のポータルサイトを立ち上げました。あわせて、農林水産省以外の情報も幅広く入手できるように官邸や他省庁のバナーもサイト内に配置しています。

また、農業者自らが自然災害などのリスクに備えることで、被害を可能な限り防ぎ、災害に備えるため、Webサイトに加えて、FacebookなどのSNSでも情報を発信しています。



▶ 災害に関する情報
（農林水産省）

災害に関する情報

[支援情報](#)
[天気・地震情報](#)
[施策情報](#)
[相談窓口](#)
[逆引き事典](#)

水害・土砂災害の防災情報の伝え方が変わります～警戒レベル4で全員避難!!～逃げ遅れゼロへ! (PDF: 7,262KB、外部リンク)

最近発生した災害の情報

風水害	6月下旬からの大雨に係る被害情報 (令和元年7月25日更新)
地震	山形県沖を震源とする地震に関する情報 (令和元年7月12日更新)
風水害	平成30年台風第24号に関する情報 (平成31年1月9日更新)
地震	平成30年北海道胆振東部地震に関する情報 (平成30年12月4日更新)
風水害	平成30年台風第21号に関する情報 (平成30年12月7日更新)
風水害	平成30年7月豪雨等に関する情報 (令和元年6月24日更新)

これまでの災害情報はこちら



特集
2

保存食今昔

保存食とは、その名の通り、長期保存ができるよう加工・処理された食料のこと。
 数カ月以上にわたって保管することができるので、
 非常時の食料や、料理に取り入れる常備食としても最適です。
 保存食にはさまざまなものがありますが、その中から、古くから親しまれている乾物と、
 製造技術の進歩によって生まれたフリーズドライ食品を紹介します。

乾物

乾物とは

昔から保存食として日本各地で作られてきた“乾物”とはどういうもので、どうして長く保存できるのでしょうか。

Q1 乾物とはどんな食品？

野菜や海藻類、魚介類などの食材を乾燥させて、水分をカラカラになるまで抜き、常温で数カ月以上の長期保存をできるようにした食品のことです。

Q2 常温で保存できるのはなぜ？

食材に含まれる水分は、ものを腐らせる細菌やカビなどの微生物を増やしてしまいます。しかし、乾物は水分が抜けているので、微生物の繁殖が抑えられるため、常温でも腐らずに保存できるのです。

Q3 どうやって作られるの？

生の食材を天日干ししたり、煮る・ゆでるなどの加工をしてから乾燥させたり、凍らせてから干したりと、さまざまな製法で作られています。

Q4 どんなものがあるの？

乾物の種類はとて多く、ポピュラーなものとしては昆布、寒天、ひじき、干しいたけ、切干し大根、高野豆腐などがあります。これらの他にも、豆類や麩(ふ)、麺類、のり、ワカメ、煮干し、桜エビなどがあります。

Q5 どうやって食べるの？

乾物を食べるときは、一般的には水やお湯などに浸して柔らかくさせる「戻す」ことを行うのが基本です。戻してから調理に使用します。

Q6 干物も乾物？

アジなどの魚を干して作る干物も保存食の一種ではありますが、乾物ほど水分を抜いているわけではありません。柔らかさを保ち、おいしく食べられる程度には水分が残っています。冷蔵庫での保存が必要になります。

Q7 乾物の保存方法は？

高温になりやすいところ、直射日光があたりやすいところ、湿気の多いところを避けて保存。密閉保存する際は、口をしっかり閉めましょう。

おいしい乾物のレシピ

乾物の魅力とおいしい調理方法について、乾物の普及活動を行っている(一社)DRYandPEACEのサカイ優佳子さんと田平恵美さんに伺いました。

「乾物は、生の食材と比べてうま味が凝縮されていることが魅力です。また、必要なぶんだけ戻し、残りは長期保存できるので、食品ロスを削減できるのも利点です。戻すだけで、包丁を使わずに調理できるものも多く、料理の時短になります」

乾物は水やお湯で戻すだけでなく、オレンジジュースやトマトジュース、ヨーグルトでも戻すことができます。では、主な乾物の特徴と、簡単に食べられるレシピを見てみましょう。

参考／サカイ優佳子+田平恵美(DRYandPEACE)著『乾物マジックレシピ』(山と溪谷社)



(一社)DRYandPEACE・サカイ優佳子さん(左)、田平恵美さん(右)。現代のライフスタイルにあった乾物の活用法を研究発信している。書籍やWebなどで乾物レシピを発表し、講座を各地で開催。商品開発も行っている。



▶ DRYandPEACE

(注)明記のない材料はすべて2人分。小さじ1は5ミリリットル。

生より栄養豊富！

切干し大根

大根を千切りにして干したものだ。市販品のほとんどは30時間ほど天日干しして作られています。生の大根に比べ、カルシウムや鉄分などが豊富。



RECIPE

切干し大根のナムル

水で戻して和えるだけ。ピリ辛味でお酒のおつまみにも向いています。



材料

切干し大根…20グラム、(A)＜砂糖…小さじ2、酢…小さじ2、白すりごま…小さじ2分の1、塩…小さじ4分の1、粉トウガラシ…適量＞

作り方

- (1) 切干し大根は水に約20分浸して戻す。
- (2) 戻した切干し大根の水気を絞って、(A)で和える。

加熱なしで食べられる！

棒寒天、干しにんじん

てんぐさや、おごのりといった海藻が原料の棒寒天は、水溶性食物繊維が豊富。干しにんじんは、干すことで甘みがグッと増して、にんじんが苦手な人でも思わず食べてしまうかも。



RECIPE

干しにんじんと 棒寒天のサラダ

オレンジジュースで戻すことで、爽やかな味わいに。



材料

棒寒天…2分の1本、干しにんじん…20グラム、オレンジジュース(果汁100パーセント)…90ミリリットル

作り方

- (1) 棒寒天はさっと洗い水気をよく絞ったら、細かくちぎる。
- (2) (1)を干しにんじん、オレンジジュースと合わせ混ぜ、15分から20分ほど、干しにんじんが柔らかくなるまでおく。

植物性たんぱく質が手軽にとれる！

高野豆腐(凍り豆腐、しみ豆腐)

凍らせた豆腐を氷点下で熟成し、さらに乾燥させて作ります。植物性のたんぱく質が豊富です。現在多く売られている高野豆腐は、従来より柔らかく早く戻るように「膨軟(ぼうなん)加工」が施されています。



RECIPE

高野豆腐のチーズ焼き

直接トマトジュースで戻すことで濃厚なおいしさに。冷蔵庫で8時間ほどかけてじっくり戻します。2日から3日は保存可能です。



材料

高野豆腐…2枚、無塩トマトジュース(味が濃いもの)…200ミリリットル、細切りチーズ…40グラム、油…適量、好みのミックスハーブ…少々

作り方

- (1) 高野豆腐をトマトジュースに浸して冷蔵庫に約8時間入れておく。
- (2) (1)を7ミリメートル程度の厚さに切り、油を薄くひいた耐熱皿に並べたら、細切りチーズをのせる。
- (3) 180度のオーブンで15分ほど、焼き色がつくまで焼く。
- (4) 仕上げにミックスハーブを散らす。

うま味たっぷり！

干しいたけ

干しいたけは、他の食材のうま味をより強く感じさせる働きがあるグアニル酸を多く含みます。しいたけは天日干しすることでカルシウムの吸収を助けるビタミンDが増します。



RECIPE

牛肉干しいたけ丼

あらかじめ軸を折っておくと早く戻ります。また、ヨーグルトを使って戻すことで、コクが深まります。戻す時間は冷蔵庫で約8時間ですが、2日から3日なら浸したままおいても大丈夫です。



材料

(A)＜干しいたけ…6枚(軸をのぞいて15グラム程度)、プレーンヨーグルト…90グラム＞、(B)＜しょう油・みりん・酒・水…各50ミリリットル＞、牛細切れ肉…150グラム、たまねぎ(薄切り)…60グラム、ごはん…2杯分、紅しょうが…適量

作り方

- (1) (A)をファスナー付き保存袋に入れてよく混ぜ、冷蔵庫に入れて約8時間おいて戻す。
- (2) (1)は大きければ食べやすい大きさに切る。
- (3) 鍋に(B)を入れて火にかけ、煮立ったら(2)、牛肉、たまねぎを加える。再度煮立ったら弱火にして5分ほど火を通す。
- (4) 器にご飯を盛り、(3)のをせて紅しょうがを添える。

食物繊維が豊富！

ひじき

乾燥ひじきは、乾物にする過程でゆでる、蒸すなどの加工が施されています。食物繊維が豊富で、ヨウ素やカルシウムなどが多く含まれています。



RECIPE

ひじきと納豆の和え物

納豆が苦手な人でも食べやすい、ひじきの風味が楽しめる一品。



材料

乾燥ひじき…4グラム、納豆…40グラム、青ねぎ(小口切り)…1本分、しょう油…小さじ1、酢…小さじ2分の1、ラー油…少々

(注)1人から2人分

作り方

- (1) ひじきは水に30分ほど浸けてから流水で洗い、水気を絞る。
- (2) 納豆をよく混ぜ、(1)と青ねぎを加えたら、しょう油、酢、ラー油で調味する。

そのまま食べられる ドライフルーツ

果物の種類が豊富な欧米で、保存食として親しまれてきたドライフルーツ。果物の水分を抜いたもので、天日干しや機械乾燥、砂糖に漬けて乾燥させる、といった製法に加え、フリーズドライで作られるものもあります。一般的に3カ月から6カ月の保存が可能。水で戻す必要もなく、そのまま食べられます。日本にも、干し柿などの伝統的なドライフルーツがあり、近年では、国産の梅やレモン、キウイをドライフルーツにしたものも販売されています。



和歌山県産の南高梅をひとくちサイズのドライフルーツに。柔らかな食感で、甘い香りと心地よい酸味も楽しめる。賞味期限は製造日から4カ月。ドライフルーツ南高梅／JA紀南



▶ JA 紀南

フリーズドライ食品

水やお湯を加えただけで、簡単に食べられる保存食“フリーズドライ食品”。

どうやって作られているの？ 水やお湯ですぐ戻るのはどうして？ といったさまざまな疑問について、アサヒグループ食品の広報・CSRグループの八尋 玲さんに伺いました。

Q1 フリーズドライ食品とは、何ですか？

フリーズドライ食品とは、食品を凍らせ、真空凍結乾燥機と呼ばれる機械で、真空に近い状態にして乾燥させたものです。

Q2 お湯や水で戻るのはなぜですか？

フリーズドライ食品の作り方に理由があります。もとの食品を1食分ずつ型枠に入れて、まず凍結庫で凍らせます。食品を凍らせると、含まれている水分は細かな氷の粒になります。次に、真空凍結乾燥機で乾燥させます。このとき、氷からそのまま水蒸気にする昇華を行い、乾燥させるのです。こうすると、氷の粒があったところは、隙間ができてスポンジ状になります。この隙間にお湯や水が入ることで、食品を復元できるのです。

Q3 栄養やおいしさはそのままなのでしょうか？

フリーズドライは乾燥工程で、食品に高い温度をかけません。熱による大きな影響を受けないので、食材の色や香り、風味、食感などが復元されやすい上に、ビタミンなどの栄養価が損なわれにくいのです。また、常温で長期間の保存ができるので、保存料も使用していません。

Q4 どのような商品が人気ですか？

アマノフーズでは、味噌汁などのスープ類や、一品料理などを販売しています。中でも味噌汁が人気です。手作りする場合、だしを取って具材を入れ、味噌を溶かしますが、この作り方は意外と手間のかかるもの。フリーズドライの味噌汁なら、1人分でもすぐにできあがる便利さが人気の理由です。また、アマノフーズでは具材に合わせてだしと味噌を使い分けていて、特に味噌は全国の約30種から適したものをブレンド。そのおいしさも支持されています。



賞味期限は1年。「いつものおみそ汁 なす」／アサヒグループ食品

アマノフーズのフリーズドライ(味噌汁)の製造工程を拝見！



まず、ニーダーという巨大な鍋で、丁寧に味噌汁を作る。大きなニーダーでは一度に4万食分の味噌汁ができる。



できあがった味噌汁は、1食分ずつ自動でトレイに入る。



約マイナス30度の凍結庫に入れ、8時間以上かけてしっかり凍らせる。



新幹線の車両1両分とほぼ同じ、長さ24メートルの真空凍結乾燥機に入れ、24時間以上乾燥させる。一度に8万8,000食を作ることができる世界最大級の機械。



ブロック状の味噌汁が完成。

おいしいフリーズドライ食品

世の中にあるさまざまなフリーズドライ食品の中から、自分で作るにはちょっと手間がかかる一品料理を選んで紹介します。毎日の食事はもちろん、アウトドアでの携行食にもおすすめです。

(注)賞味期限は、特別記載がない限り1年。



クリームソースに3種類のチーズパウダーを合わせた濃厚な味わい。ぶなしめじ、まいたけ、ベーコンなども入っている。「アマノフーズ 三ツ星キッチン 3種のチーズのクリームパスタ」／アサヒグループ食品



豊かな香りが楽しめる本格的なビーフシチュー。厳選した赤ワインを使用することでコクの深い味に仕上げている。「アマノフーズ ビーフシチュー」／アサヒグループ食品



尾付きのエビ、ほうれん草、きくらげなどの具材入り。深い味わいのあるとろみスープで仕上げた、彩りのいい中華丼の素。「アマノフーズ 小さめどんぶり 中華丼の素」／アサヒグループ食品



直火であぶったカニのほぐし身も入った海鮮雑炊。国産米を魚介や野菜のだしでじっくりと炊き上げ、沖縄の塩「シママース」で味付け。「アマノフーズ 炙りかに雑炊」／アサヒグループ食品



国産鶏のカツを和風だしの効いた卵でとじ、甘みのあるたまねぎも加えた数量限定品。ご飯に合う甘辛い味わいに仕上げている。賞味期限は6カ月。「アマノフーズ チキンカツの玉子とじ(通販・数量限定)」／アサヒグループ食品



手作りしたような柔らかい鶏つくねと高野豆腐に、ぶなしめじ、いんげん豆、にんじんといった彩り具材を合わせた、食べ切りサイズの総菜。「わがやづくし 鶏つくねと高野豆腐の煮物」／アスザックフーズ



柔らかくてジューシーな揚げなすのうま味が味わえる煮びたし。とろみ餡にはカツオだしを使用。トッピングに千切りしょうがも入っている。「わがやづくし 揚げ茄子の煮びたし」／アスザックフーズ



バランスのよい辛味と酸味のトムヤムスープ。具材には、爽やかな香りのパクチーの他、トマト、ふくろだけ、たまねぎなどが入っている。「スープ生活 パクチー香るトムヤムスープ」／アスザックフーズ

エアードライという製法を使った商品も

食品の長期保存を可能にする乾燥方法には、さまざまなものがあります。そのひとつがエアードライ。熱風を当てて水分を蒸発させるエアードライは、硬く縮んだ状態になるので戻す時間は長めですが、体積が少なくなり、備蓄や携行食に向いているともいえます。5年程度の長期保存ができるのも特徴です。



原料米は国産うるち米100パーセント。エビと赤ピーマンの香りが魚介のうま味に合う洋食メニュー。注ぐお湯の量を増やして雑炊にもできる。賞味期限は5年。マジックライス 保存食「パエリア風ご飯」／サタケ

詳しい商品情報はこちら



▶ アサヒグループ
食品



▶ アスザック
フーズ



▶ サタケ

ギネス
世界記録™

挑戦者たち

vol.4

世界最大の木造コンサートホール
南陽市文化会館／山形県南陽市

2015年12月に、「世界最大の木造コンサートホール」としてギネス世界記録に認定された、南陽市文化会館の大ホール。
写真提供／BAUHAUSNEO

はじめての木造大型施設建設

2015年に開館した「南陽市文化会館」は、コンサートなどに利用される大ホールや、講演会や式典などに使われる小ホールなどを有する多目的ホールです。こちらの大ホールが「世界最大の木造コンサートホール」として、2015年にギネス世界記録に認定されました。

山形県南部を占める置賜(おきたま)盆地の北部に位置する南陽市は、面積の6割が森林です。そのうち伐採時期を迎える50年生以上の人工林が27.8パーセントを占める中、森林の手入れ不足という現状がありました。そこで、2008年度から企業の力を借りながら森林整備に取り組む「企業の森」事業をスタートし、森林資源の利活用についても検討していたところでした。



コンサートホールのエントランス。
写真提供／BAUHAUSNEO

「旧市民会館が築45年を迎え、市民の皆様からの要望や、東日本大震災の被災などもあって建て替えることになりました。そのときに地元の資源である杉材を活用しようということに。とはいえ、大型木造耐火施設はそれまで国内にありませんでした。そこで、そもそも実現できるのかどうか検討するところからはじまりました」(建設当時の市役所担当者・長島透さん)

木造での可能性を、当時県内で唯一大断面集成材を扱っていた地元の会社、(株)シェルターに相談し、木造で進めることになりました。

「専門家委員会を設置し、音楽や舞台芸術などの分野から第一人者をお招きしました。音楽家の坂本龍一さんからは、『(弦楽器の)ストラディバリウスの中にいるような音響空間を目指そうよ』と、木造を推進する意見をいただきました」(市役所興行担当者・佐藤秀之さん)

最先端の耐火木造技術

木造でつくるにあたって最重要事項だった耐火構造についても、シェルターに依頼しました。

「シェルターでは、木質耐火部材『COOL WOOD(クールウッド)』を開発していました。これは、核となる木材を耐火石膏ボードで囲み、さらに外側を木材で覆った集成材。これを使った木質耐火構造技術は特許を取得しています」(シェルター広報室・菊池彩春さん)

国土交通大臣認定の耐火性能試験にもパスしたシェルターの木質耐火構造技術を使って、南陽市文化会館の建築が進められることになりました。



コンサートホールへ続く階段。
写真提供／BAUHAUSNEO



木材を石膏ボードで囲み、さらに外側を木材で覆う。



柱ユニットを組み立てる様子。

最高の音響効果を持つホール

耐火技術を確保できたことで建設できるようになった木造の南陽市文化会館。「日本初の建物なので、世界でも初めてかもしれないと、ギネスワールドレコーズ社に問い合わせました。すると、柱や梁といった構造が完全な木造であることや、音楽公演が月に4回以上開催されていること、そして木造のコンサートホールとして席数1,403席は世界最大であったため認定に至りました」(菊池さん)

木造のホールは、音の反響の仕方に特徴があります。高音を適度に吸収してから跳ね返すため、低音と高音のバランスが良くなり、響きが柔らかくなります。また、大ホールの室容積が約1万2,000立方メートルと大きいため、音の残響時間が短く、音がクリアに届き、聴きやすくなります。クラシック音楽などに最適です。

こうした美しい響きが、演奏者から愛され、観客の評判も呼んでいます。

「おかげさまでチケットの完売率は98パーセントです。イベント開催時は赤湯温泉の宿泊施設もいっぱいになるなど、地元経済の活性化にも役立ち、年間10億円の経済効果だといわれています。とはいえ、コンサートがあるのは年間50日程度で、300日は空いています。今後は市民の皆様にも気軽に活用していただけるような施設を目指しています」(佐藤さん)



大ホールの内観。年数を経るごとに音の響きがよくなっているのだとか。



お話を伺った皆さん。左から(株)シェルターの菊池彩春さん、伊藤憲昭さん、館長の板垣俊一さん、南陽市の松井久さん、佐藤秀之さん、長島透さん。

読者の声

読者の皆さまから寄せられた
『aff(あふ)』7月号へのご意見・ご感想を紹介します。

やはり自然の恵みの中で、大人も子どもも伸び伸びと暮らしてもらいたいですね。移住地でさまざまな取り組みをされている方々を尊敬します。移住者に優しい農業が確立されたらいいと思います。(60代以上・男性)

移住された方々の、お仕事ぶりや農業にかける熱意、そして楽しそうに趣味を満喫されているお姿を拝見しました。自分の仕事への姿勢を考え直すとともに勇気づけられました。(50代・女性)

特集2の「田畑は作物を育てるだけじゃない」とは、どういうことかと思いましたが、いろいろ大切な役割があるんですね。自宅の近くも田んぼや畑が住宅地になったところが多いです。地球温暖化もそんな影響が少なからずあるんでしょうね…。(50代・女性)

田畑とその周りには、いろいろな生き物が住んでいることは知っていました。しかし、アマガエルに毒があることや、シマヘビの歯が鋭いことまでは知らなかったなので、勉強になりました。(50代・男性)

Web版になっても、しっかり勉強させてもらっています。今月号の「私を支えた食」は、特筆すべき企画で感慨深いものがあります。東京2020に向けて、ぜひアスリート食を継続してください。皆さんとともに盛り上げていきましょう。(男性)



広報誌 aff(あふ)の感想をお聞かせください



▶ 特集1



▶ 特集2



▶ 私を支えた「食」



▶ ギネス世界記録™
挑戦者たち

編集・発行

農林水産省
大臣官房広報評価課広報室

〒100-8950 東京都千代田区霞が関1-2-1
TEL:03-3502-8111(代表)
FAX:03-3502-8766

編集協力

株式会社
角川アスキー総合研究所

〒113-0024 東京都文京区西片1-17-8
TEL:03-5216-8082(RI事業部)

編集：西上範生

アートディレクション：石割亜沙子

Web サイト：井口真莉奈

取材・文：(株) エスジェイピー、Office 彩蔵、
高橋奈巳、長谷川美緒

撮影：島 誠、長谷川朗

イラスト：中山ゆかり