

# Ichioishi

## 京都・第30回女性の船3班 発行 女性のイチオシカフェ通信

2010.12.10発行 54

女性のイチオシカフェ通信は、京都府内で地域を元気にしたい！そんな思いで明るく元気に活躍されている方々の、こだわりのもの・活動・イベントなど、女性のイチオシ情報を紹介しています。  
ホッと一息、カフェタイムにほっこりと読んでいただけたら嬉しいな



今回のイチオシ！

### 地産地消「食」と「感性」～未来へのリレー～

#### 第22回KYOのあけぼのフェスティバル2010 ワークショップ

#### 女性の船3班 顔の見える“つながり”レストラン

## 京都府内産の特産物と、 そして、3班メンバーとつながろう！

12月18日(土)13時～15時  
京都テルサ東館2階  
ミーティングルーム  
参加協力金 500円



冬の果物・野菜



(京都市&亀岡産) / 手づくりこんにゃく(福知山産) / 秋・冬のジャム(舞鶴産) / 京の和のハーブティー(京丹後&

宇治田原&亀岡産)



万願寺とうがらしの醤油漬(舞鶴産) / 野菜のブラマンジェ(亀岡産) / 米粉ドーナツ小松菜(亀岡産)

京都府女性の船でつながった仲間たちが、それぞれの地域での食に関わる活動や特産品を紹介して、地産地消や「食」の大切さを未来に伝えるワークショップを開催します。ぜひご参加ください！  
地元のこだわりの品を試食しながら、師走のひとときをほっこりしていただけます。

このイチオシ内容に関するお問い合わせ

第30回京都府女性の船

3班「食生活」 班長 田中 智子

〒611-0021 宇治市宇治妙楽 155-5

宇治橋通り商店街「つむぎ」内 TEL 080-1511-6818



イチオシ・レポーター  
松嶋 良子



女性のイチオシカフェ

問い合わせ先 京都府府民生活部府民力推進課地域力再生担当 電話 075-414-4460 FAX 075-414-4230

# ～ワークショップ 4つのこだわりブース～

<p><b>新鮮な冬の果物&amp;野菜</b></p> <p>京都・上鳥羽「春代さん農園」          亀岡「地産地消～かめおか四季菜～」          ・温州みかん          ・だいこん          ・白菜など、冬野菜</p>	<p><b>こだわりスイーツ&amp;ジャム</b></p> <p>亀岡「地産地消～かめおか四季菜～」          ・野菜と果物のプラマンジェ          (紫ずきん、かぼちゃ、小松菜、柚子、柿)          ・米粉ドーナツ(小松菜)          舞鶴「あけぼのフェニックス」          ・季節のジャム(柚子、キウイ、いちじく)          ・野菜ジャム(にんじん、万願寺甘とう)</p>
<p><b>ほっこりティー</b></p> <p>宇治「アロマ ストック」          ・京の和のハーブティー          舞鶴「あけぼのフェニックス」          ・柚子茶</p>	<p><b>昔ながらの手づくりの味</b></p> <p>舞鶴「あけぼのフェニックス」          ・減塩みそ ・万願寺とうがらしの醤油漬          ・手づくりこんにゃく(福知山産)</p>

必見！ 2つのデモンストレーション！  
 管理栄養士 切明友子による簡単クッキング(宇治市) pm1:00～  
 辻公子による「手づくりこんにゃくの講演」(福知山市) pm2:00～



## 命を生かす「食」と「感性」～未来へのリレー～ 「食」の大切さを未来に伝えたい

### ～第30回京都府女性の船北海道in3班「食生活」～

私達は、2010年第30回京都府女性の船の3班に集った20代～70代の仲間15名です。野菜の生産者、加工者、地場レストランの調理者、管理栄養士、食に関心のある者が、テーマ「食生活」の研修を、3泊4日寝食を共にし、交流を深めました。それぞれの地域で地産地消をめざし、地域の特産品などを活かした商品開発や顔の見える関係が持てるカフェやレストランづくりと、心とからだの元気づくりや癒しを実現するために、今後も交流と活動を続けていきます。



京都府山田知事と3班の仲間たち  
 (北海道に向かうフェリー上で記念撮影)

#### 『3班つながりレストラン』(替え歌)「365歩のマーチ」で

京都府は 自慢の素材 いろんな地域にあるんだよ  
 いろいろ食べて おいしさ感じ 命の恵みにありがとう  
 それぞれの こだわり生かし 地産地消を 大切に  
 顔の見える関係を 手つなぎ合って 築きましょう  
 手をつなぎ 笑いあい 感性！ 共有！ 想い集め形に  
 それ 3班レストラン！ 農家レストラン！

3泊4日の北海道研修の総まとめとして、「3班つながりレストラン」という題で、替え歌を作りました。私達のテーマソングです。