

## 開催報告

野菜博士 ミスターM からの挑戦状  
～クイズと簡単クッキングで東京の農業の謎を解け！～

「あぐりフレンズ・東京」は、JAと生協が協同することで消費者と生産現場の架け橋となり、東京の農業の活性化につながるため、農業や野菜について広く知ってもらう取り組みを進めています。

今年度2回目となる「あぐりフレンズ・東京」は、JA東京中央会からオンラインでつなぎ、親子クッキング企画として、11月23日(土・祝)に開催し、大人14人、子ども3人の参加がありました。

前半に野菜博士の「ミスターM」こと水口均さんから、東京の農業や野菜についてのお話とクッキングで使用する食材についてのクイズが出題されました。そして後半は野菜料理研究家の松嶋あおいさんに調理のポイントなどについて教えていただきながら親子でクッキングにチャレンジし、楽しく野菜や農業について学びました。

## 東京の野菜についてのお話

野菜博士ミスターMこと江戸東京野菜コンシェルジュの水口均さんから、東京の農業や畜産についての現状など、たくさんの特徴を丁寧にお話していただきました。

東京にはいろいろな農業があります



東京にもワサビ農家があります

田んぼもあるし、畜産農家もあります



農業従事者が高齢化、農地面積や農家数が減少しています

## 野菜のクイズに挑戦！

「サトイモの原産地と名前の由来」

「カブ(スズナ)の名前の由来」「卵と玉子の違い」など質疑応答を交えて、野菜博士からのクイズに挑戦し、学びの多いなぞ解きができました。

江戸東京野菜コンシェルジュ  
水口均さん



野菜料理研究家・食育講師  
松嶋あおいさん

## クッキングタイム

カブ・里芋を使ったオンラインで簡単クッキングにチャレンジしました。カブをすりおろしたり、電子レンジで温めて簡単に里芋の皮をむいてマッシュする、など小さなお子さんでも簡単に作れるレシピで、参加されたお子さんはとても熱心に説明を聞き、一生懸命料理を完成させていました。試食の感想をうかがったところ「おいしい！」と元気な声が届き、大人の参加者からは「里芋とツナは新しい組み合わせでレパートリーが増えました」と画面を通じた調理や交流で野菜への意識を深めました。



【カブのミルク茶碗蒸し】



【里芋とツナのチーズマッシュ】

## 《参加者の感想抜粋》

- 野菜の特徴を知って適した使い方を覚えようと思いました。
- 東京で野菜や花など、量は少ないもののたくさんの種類を栽培していることがわかりました。
- 近隣で消費されるため、鮮度がよいこと、食育や防災に農地が役立てられていることなどがよくわかりました。
- 東京でもまだ野菜、果物、米等、畜産を作っている農家がいるのに驚きました。
- カブが茎であることがわかった。



カブ(スズナ)