

★漬けたピクルスが美味しくなったので、タルタルソースに刻んで入れました。タルタルソースには、卵、マヨネーズ、パセリ、玉ねぎ、ピクルスですが、ピクルスを漬ける時にたくさんのハーブが入っています。今日はこれをスモークサーモンにかけて…といっても、安い切り落としですが。もう一つは鳥レバーのパテ。バジルと玉ねぎが入っています。★前回とは異なるソース。自家製ピクルスのみじん切りにオリーブオイル、オレガノ、セージ、バジル。これをサーモンと一緒にレタスに巻くと、さわやかなおつまみに！（谷口）



★怠慢して、いなばの百円缶詰めで予約炊飯カレーピラフができました!! 手抜きのお詫びに(株)ざおうハーブのバジルの粉末ふりかけました(笑) (並河)



★ハーブを、頂きありがとうございました。家族が、とてもいい香りだと言っていました。ハーブを使った料理、楽しみにしています。
★蔵王ハーブの方から説明のあったハーブティ、ミント試したら大好評でした。

ハーブまちづくり事務局の活動

- 2018 10中旬 ハーブ里親(挿し木の苗を育ててくれる方)募集開始
11.03 八木山フェスタのイベントとして「八木山つどいの家」でハーブを使った牛乳パック紙づくり体験コーナーを実施
11.09 ハーブまちづくりプロジェクト会議
サポセン機関紙「ばれっと」の取材
11.11 仙台市まちづくりフォーラムで活動紹介
12.01 ハーブ講習会: 東北工業大学八木山キャンパス
12.08 仙台八木山防災連絡会の「平成30年防災功労者内閣総理大臣表彰」の祝賀会で八木山ハーブまちづくり活動を紹介
12.19 協働まちづくり「情報交換&よろず相談会」にて
仙台市協働まちづくり推進助成事業 中間報告を実施

その他 事務局打ち合わせ

【地域の協力町内会・事業所】

- ・青山二丁目/青山恵町内会
- ・緑花町内会
- ・桜木町町内会
- ・恵和町好日庵
- ・青山第一町内会
- ・八木山つどいの家
- ・グループホーム「やぎあん」
- ・小規模多機能こささいむら青山
- ・八木山ディサービスセンター
- ・グループホーム「長寿の郷 青山」



ハーブの挿し木苗(なえ) 里親募集!

ラベンダーの挿し木した苗を預かって、根付かせ、育ててくれる方を募集しています!

育てられた苗は、町内会や個人宅に贈られ、広場や庭に植えられます。八木山のどこかで爽やかな香りを放ち、皆に楽しまれることでしょう。

※ 里親募集チラシの一部です!

【八木山まちづくりプロジェクト 事務局】

〒982-8588 宮城県仙台市太白区二ツ沢6番 東北工業大学
FAX : 022-304-5591 TEL : 022-304-5594 (伊藤 ※つながりにくい場合があります)
e-mail : info@herb.yagiyama.jp ホームページ : <https://herb.yagiyama.jp/>

※ 本事業は、「仙台市協働まちづくり推進助成事業」の採択を受け、活動を実施しています。

だれもが
住みたくなる“まち”へ

2018
No.3

2019年1月発行

八木山 ハーブまちづくり通信



ハーブ講習会(東北工業大学八木山キャンパス)

Topics

- ◆ ハーブ講習会
12月1日(土)東北工業大学八木山キャンパスにて
- ◆ 事業所の活動: 八木山つどいの家
ハーブを使った牛乳パック紙づくり体験コーナー
- ◆ ハーブのシフォンケーキ作り方



ハーブ講習会

12月1日、東北工業大学 八木山キャンパス10号館1階のtohtech FORUMを会場に、「ハーブ講習会」“皆でハーブを語り、ティータイムを楽しみましょう!!”を開催しました。

講師としてお招きした平間拓也氏((株)ざおうハーブ代表取締役)には、今年度の八木山ハーブまちづくり活動の始まりから、講習会やハーブ苗の提供など御協力をいただいています。

平間氏からハーブの栽培方法として、ハーブの種類(多年草、一年草、樹木など)による剪定や冬越しの仕方など、実際に剪定、株分け、植え替え、肥料などを見せていただきながら説明していただきました。

途中、ハーブのシフォンケーキとハーブティーを楽しみながら、個人宅や集会所などでのハーブの栽培を振り返り、ハーブの育て方や活用の仕方を質問したり感想を話したりしました。

また、メンバーの方が育ててくれた「おみやげハーブ」をめぐってじゃんけん大会も盛り上がりしました。

これまでの講習会やハーブ栽培の活動から顔見知りも増え、共通する話題に各テーブルの会話もはずみ、会場は和やかな雰囲気になっていました。

【第4回講習会】 12月1日(土)10:00～11:30 東北工業大学 八木山キャンパス

40名の方が参加、内10名の方が新しくメンバーにご登録いただきました。

© 2018年12月31日現在の登録メンバーは150名です。



数種類のハーブティーも準備万端



「おみやげハーブ」は誰の手に？



シフォンケーキは八木山地域包括支援センター手作り



剪定の仕方わかりやすく！



質問にも丁寧に答えていただきました

活動紹介

事業所の活動

★八木山つどいの家(11月3日・八木山フェスタ)
『ハーブを使った牛乳パック紙づくり体験コーナー』

「八木山つどいの家」からのお声掛けをいただき、八木山フェスタでの体験コーナーに「ハーブ」を使っていただくことになりました。牛乳パックで作るハガキ大の紙の中に、ちぎったハーブを入れる試みです！

ハーブはレモンラスや各種ミントを準備しました。
この会でも同じような講習会を開けそうです。お楽しみに!!



お子様たちもチャレンジ！ いい香り！



しっかり水気を切って



アイロンは大学生にお任せ

ハーブの活用法

八木山ハーブまちづくり実行委員会では、様々なハーブの活用法を検討しております。

今回はその中でも簡単おやつ、シフォンケーキへの活用をご紹介します。

これまで講習会や事業所でのイベントなどで、八木山地域包括支援センターの松永氏を中心に提供してきました。その際、ミントやローズマリーなど様々なハーブと柑橘系の組み合わせを試作し、皆さんからご意見をいただきました。

是非、育てたハーブを使って作ってみませんか!?

《ローズマリー＆レモンのシフォンケーキの作り方》

【材料】

卵白 4個
砂糖 40グラム
レモン汁 小さじ 2分の1
レモンの皮すりおろし 2分の1個分

卵黄 4個分
砂糖 20グラム
牛乳 60グラム
米油 30g
ローズマリーの葉 切り刻み 小さじ11
薄力粉 80グラム



※今回は17センチのシフォン型の場合で紹介しています！

【作り方】

- ① 卵白にレモン汁、砂糖を2回に分けて入れハンドミキサーで泡立てる。
- ② 逆さにしても落ちないくらいに難く泡立てる。
- ③ 卵黄に砂糖を加えハンドミキサーで混ぜる。
- ④ 牛乳を入れて混ぜオイルを少しづつ加えハンドミキサーで混ぜる。
ローズマリー、レモンの皮を加える。
- ⑤ ふるった小麦粉を加え混ぜる。(ハンドミキサーを使ってもよい)
- ⑥ メレンゲと⑤を2回から3回に分けてよく混ぜる。
- ⑦ 型に流しいれる。
- ⑧ 170度40分焼く。
- ⑨ オーブンから取り出したらさかさまにして冷やす。

