

マスコバド糖で梅ジュースは如何?



毎年梅の季節に日本で梅干しや梅酒を作るように、韓国のほとんどの家庭では梅ジュースを仕込みます。韓国の生活協同組合ドゥレコープの組合員さんは、梅ジュースを仕込む際、風味があつて、健康にもよいマスコバド糖を好んで使うそうです。お勧めのレシピをご紹介します。

- 用意するもの…青梅 1kg、マスコバド糖 1.2kg、果実酒用 4ℓビン
 - 作り方
 - ① 梅をきれいに洗い、ヘタやくぼみの汚れを竹串などを使ってきれいに取り除きます。
 - ② お湯で殺菌したガラス瓶に、マスコバド糖ときれいに洗って水気を完全に除いた梅を交互に入れます。瓶を揺すって梅と梅の間にマスコバド糖が行き渡るようにします。最後に、梅が見えないようにマスコバド糖で覆います。
 - ③ 直射日光の当たらない涼しいところで保存してください。マスコバド糖がだんだん溶けてきます。発酵してガスが出ますので、ガス抜きをお忘れなく。
 - ④ 約3か月後、梅の実を取り除いてできあがり。
- 冷水やお湯で割って飲みます。胃腸の調子が悪いときにも、消化を助けるドリンクとしてよいそうです。お菓子のシロップやドレッシングとしても使えます。今年は韓国伝統の梅ジュースを、マスコバド糖でぜひお試しください。



小林和夫(こばやし・かずお/ATJ)

ドゥレコープでは梅シロップの商品化もされ、売れ筋の人気商品となっている。



特定非営利活動法人 APLA (Alternative People's Linkage in Asia)
フィリピン・ネグロス島での30年以上の経験を活かし、「農を軸にした地域づくりのためのネットワークの構築を目指して、出会いや交流の場の創造を進めています。【HP】<http://www.apla.jp>



株式会社オルター・トレード・ジャパン(ATJ)
パランゴンバナナやエコシユリンなどの食べ物の交易で、生産者と消費者を顔と顔の見える関係でつなぎ、人と人、自然が共生できる社会づくりを目指しています。【HP】<http://altertrade.jp/>

過去のニュースはこちらからご覧いただけます。
<http://www.apla.jp/archives/publications-cat/ptop>

P to P NEWS

人から人へ

2017.5 vol.14

特定非営利活動法人 APLA/あぶら(株)オルター・トレード・ジャパン(ATJ)
〒169-0072東京都新宿区大久保 2-4-15 サンライズ新宿3F
TEL:03-5273-8160 FAX:03-5273-8667 E-mail:info@apla.jp



コーヒー生産者の家で通訳をするタオさん

普段は、オルター・トレード・ジャパン(ATJ)が販売するコーヒーを生産しているジャイ・コーヒー生産者協同組合(JCFC)とのコミュニケーションの際に通訳をしてくれます。

気遣い上手で、外国人がいると気さくに声をかけてくれます。

彼自身、今はコーヒーの「生産者」ではありませんが、メコン圏ではコーヒーの一大産地であるラオスのボラベン高原・パクソンという地域で生まれ育ちました。もちろん実家もコーヒー農家、もともとコーヒーには精通していました。

高校を卒業した後、ラオス南部のパクセという町で英語を学んだ彼は、旅行会社に働いていたこともありましたが、今はそのスキルを生かして様々な場面で通訳として活躍しています。

現在は米国人の社会企業家が経営しているパクソンのカフェで、焙煎、抽出の技術も学び、日本のバリスタも顔負けの手際の良さで、彼自身が焙煎した焼きたてのコーヒーを、ふらっとカフェに来る地元の子たちやバイクでやって来るバックパッカー、そしてコーヒー生産者たちに振る舞います。先日、彼の働いているカフェに足を運ぶと、丁寧に時間を測って抽出したハンドドリップのコーヒーを紹介してくれました。

「このコーヒーはカプー村のカンプーさんの豆だよ。去年は虫食い豆が多かったけど、今年の豆はクリーンで、ウォーターメロンみたいな風味がする。最近のお気に入りだから、試してみて」。彼はこのエリアの誰が、どんな畑でコーヒーを育てていて、なおかつそれがどんな味か、積み重ねられた経験によって認知しています。彼はまさに、産地から生まれたコーヒーのプロです。

先日はバンコクで行われたスペシャルティコーヒーのイベント、タイランド・コーヒーフェスティバルに参加してきたとのこと。タイ国内のコーヒーが多く出展している中で、ラオスのコーヒーは多くの人の興味を惹いたそう。「パクソンでのコーヒーのレベルは年々少しずつ上がってきている」と話すタオさん。一方でパクソンのコーヒー生産者の多くは、バイヤーに自分のコーヒーを販売するだけで、それがどのように加工されて、どのように地域の外で人びとに楽しまれているのかわかりません。そんな中、彼は産地の生産者と私たちを含めた外の人をつなげる存在です。

後藤翠(ごとう・みどり/ATJ)

タオ・トンパチャンさん
(ラオス/JCFC)

● 民衆交易を陰で支える現地の方々をご紹介します。



母親に力を!子どもたちに健康を!

～ママズ・アクロス・アメリカ ゼン・ハニーカットさんとの交流～

「ママズ・アクロス・アメリカ (MAA)」は、全米で遺伝子組み換え食品から子どもを守る運動を展開している市民団体です。ATJ/APLAスタッフは、2017年3月8日、国際女性デーにグリーンコープの招聘で来日した創立者のゼン・ハニーカットさんからMAAの活動について話を聞き、交流する機会を得ました。

きっかけは子どものアレルギー

ゼンさんのお話は、なぜこういう運動を始めたか、から始まりました。ゼンさんは3人の男の子の母親です。長男がアレルギー反応で生死をさまよったり、次男が突然、自閉症の症状を発症したり、という辛い経験から自身で調査を始めました。そこでわかったのが、米国では子どもの6人に1人が学習障害、12人に1人が食物アレルギー、68人に1人が自閉症という事実でした。さらに、加工食品の85%に遺伝子組み換え原料が使われ、遺伝子組み換え作物に使用される農薬も摂取していることです。その遺伝子組み換え作物の80%は、除草剤耐性のものが占めます。栽培時に一緒に使われるのは、グリホサートを主成分とする除草剤です。グリホサートは有益な腸内細菌を破壊し、病原菌を促進したり、DNA突然変異を引き起こすおそれが指摘されています。また、世界保健機関 (WHO) は、グリホサートを発がん性物質に指定しているそうです。

食べものの安全性の問題に眼覚めたゼンさんは、お母さんたちを組織し、2013年7月4日、米国の独立記念日に全米172か所で遺伝子組み換えの食品表示を求めるデモを実現します。そして、遺伝子組み換え食品を食べないようにした結果、ゼンさんの息子のアレルギーは大きく改善しました。

尿からグリホサートが検出

しかし、遺伝子組み換え推進派は科学的根拠がないと主張します。そこで、ゼンさんたちは信頼できる医師の協力を得て、全米規模で飲料水、尿、母乳のグリホサートの残留検査を実施します。尿からも非常に高い (ヨーロッパの環境保護団体による調査の最大値の4倍) グリホサートが検出されました。

有機食品に切り替えると、多くの子どもたちにアレルギーや自閉症の症状の改善が見られることがわかってきました。そういった体験がSNSなどを通じて母親から母親に伝えられていきまし



ゼンさんの話に聞き入るネグロスの母親たち



熱心に語るゼンさん

た。さらに、母乳からグリホサートが検出されると米国環境保護庁 (EPA) にグリホサートの使用禁止を求めます。こうしたデータを集め、共有し、行動へという動きは今、世界に広がりつつあります。

ネグロスの母親との対話

ゼンさんはスカイプを通してバランゴンバナナやマスコバド糖の輸出事業を主に担ってきたオルタートレード・フィリピン社 (ATPI)*の職員を中心とするネグロスの母親とも対話しました。今後、ネグロスでも生産者と消費者が連携して健康を守る「リアル・フード (本物の食)」運動を進めていこうとしています。その背景には、米国、日本と同じように食の安全性に対する不安、子どもの健康問題があります。元ATC職員のアルジェレンさんの長男は、4歳の時に自閉症と診断されてから、安全な食べものだけを食べさせようと決心し、小学校5年生の今、もはや自閉症ではないと医師から言われました。同様にアレルギーで苦しんだ子どもを持つ母親であるゼンさんが、その経験を強いモチベーションにして遺伝子組み換え食品の危険性を広く伝えている熱意と行動力に心を動かされたと話します。ゼンさんとの交流で刺激を受けたATPIの母親たちは、早速ママズ・アクロス・フィリピンを結成しました。

MAAの合言葉は「母親に力を、子どもたちに健康を」です。食品を買っているのは主に母親たち。「情報を共有し合おう。母親が力をつけて、有機食品が入手できる社会に変えよう。自分の子どもを守ることは社会の子どもを守ること。人びとは子どもをもっとも愛しているのは母親だと知っています。社会の中で母親の力を大きくすることが必須です」。ゼンさんは、母親たちが安全な食べ物を選択して消費するという行動によって、遺伝子組み換え食品のない社会を実現できると訴えました。

小林和夫 (こばやし・かずお/ATJ)

ママズ・アクロス・アメリカ Facebook (英語)
<http://www.momsacrossamerica.com/>