

札幌のサステナブルな人・モノ・コト 谷口めぐみ農園



2. シーズン会員の一回に届けられる野菜の一例。年間約50種類もの作物を育て、珍しい野菜やハーブもある。
4. 3.11のとき東京で被災したことをきっかけに食の安全性に興味を持ち、実家である農家を継いだという谷口さん。
1. ハーブを中心に、様々な作物が植えられたシェアファーム。自ら育て、食べる喜びを体験できる。
3. 7月中旬～10月に無人の直売所がオープン。極力プラスチックの包装を使わずに野菜を陳列。エコバッグ持参で訪れて。

札幌中心部から車で約20分、豊かな緑に包まれた小別沢にあるシティーファーム・谷口めぐみ農園。谷口さんは、この土地で代々続く農家の4代目。無農薬を目指して野菜を育てながら、作り手と食べ手がよりフェアでサステナブルな関係になる、新しい農家の在り方を模索している。

自然の気まぐれさに左右されやすい農業。「安心・安全で、美味しい野菜を作りたい」という志があっても、経営のリスクが多ければ野菜作りに専念できない。そこで、'20年から「CSA」※をベースにしたシーズン会員の取り組みをスタート。欧米で普及する「CSA」は、作物の代金を先払いすることで農家を支援するシステム。谷口さんはシーズン会員の野菜を一年を通して育て、不作のときも豊作のときも等分にシェア。採れたての野菜はその日に発送され、会員は甘みの凝縮した越冬小松菜や、生でも食べられるみずみずしいアスパラなど、季節ごとの野菜を受け取れる。谷口さんの想いに共感した人が集まり、初年度に続き、'21年1月に募集した100人の定員も早々に達成。2年目を迎えた。

笑顔が素敵な谷口さん。食べるのが好きで、普段の農作業のほか、野菜の保存法、美味しい調理法をSNSなどを通じて発信。直売所やシェアファームにも取り組み、今後、会員限定の収穫イベントも行なう予定だそう。「畑を中心に人が集まって、身近に農を感じ、作物を育てることの楽しみや大変さも共感できる場所になったら」。作り手と食べ手の垣根を越えた、新しいコミュニティの形だ。

谷口めぐみ農園 札幌市西区小別沢105 <https://taniguchimegumi-farm.com/> | ※Community Supported Agriculture

THEME

食べること

生活に欠かせない「食」からSDGsを考えてみよう。

みんなが心地よく暮らせる札幌へ
小さな行動チェックリスト

私たちの日々のなにげない行動が、実はSDGsにつながっています。一人ひとりが気軽に実践できる行動リストから、できることをやってみよう。

Point

✓ 食べ残しをゼロに

【自宅】

- ・食べられる分だけ作る
- ・ちょうどいい量を盛る
- ・作りすぎた料理はリメイクして食べる

【外食・テイクアウトのとき】

- ・食べられる分だけ注文する
- ・ごはんの量など、多い場合は事前に減らしてもらう
- ・どうしても食べきれない場合は、お店と相談してお持ち帰りをする



Point

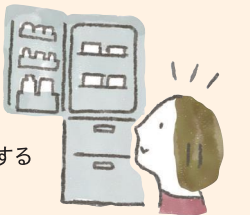
✓ 食材を使いきろう

【買い物のとき】

- ・事前に冷蔵庫の中身をチェック
- ・使う分、食べられる量だけ購入
- ・賞味期限の近い手前の商品から取るようにする

【調理するとき】

- ・保存方法を工夫して、食材を長持ちさせる
- ・残っている食材から使う
- ・野菜の皮や葉など、食べられる部分を上手に使う



Point

✓ 食品を必要な人のもとへ

- ・余ってしまった食品をフードバンクに寄付する

家庭で余った食品を持ち寄って寄付することをフードドライブといい、札幌市内では「NPO法人フードバンクイコロさっぽろ」で定期的開催されています。

寄付可能な食品や方法についてはホームページをチェック。

<https://foodbank-ikorsapporo.themedia.jp>

- ・フードシェアリングを利用して、飲食店で廃棄になりそうな食品をレスキュー！

サイトでのマッチングで、飲食店で廃棄になりそうな食品をユーザーが受け取ることができるサービス。札幌市では、2020年1月に「プラスフード」がサービスをスタート。

<https://plus-food.jp>

「食品ロス」を減らして、
たくさんの「もったいない」を無くそう

「食品ロス」とは、本来食べられるにもかかわらず廃棄されている食品のこと。札幌市の家庭ごみで、燃やせるごみのうち「食品ロス」が占める割合は7.5%。年間約2万トン、4人家族に換算すると年間約40kg、2万3,000円分の「食品ロス」が発生しています。

「食品ロス」は食べものが「もったいない」だけじゃなく、ごみを処理するための燃料、余分な食材を買ってしまった家計費、食品の製造・保管・配送・販売までにかけられたすべてのエネルギーが「もったいない」ことに……。ごみを減らせられれば、地球温暖化の原因の一つとなるCO2の排出も削減できます。

Point

✓ 食品の背景を知る

- ・サステナブルな国際認証のついた商品を買う
- ・食品ロス削減に取り組んでいる企業の商品を買う
- ・障がい者の支援になる商品を買う



Point

✓ 地産地消

- ・地元産の食品を買う
- ・規格外の野菜を買う
- ・ファーマーズマーケットに行く



地産地消は、食品の運搬によって発生するCO2の削減や、地域経済の活性化につながります。運搬に時間がかからない分、新鮮で栄養価が高いのもうれしい！ 市場に乗らない規格外品を購入したり、ファーマーズマーケットで生産者の方と交流するのも地域を元気にする一歩になるはず。

環境・社会的配慮がなされた食品は価格が高いものもありますが、発展途上国の生産者の生活の確保や、海の環境保全など、その値段になるだけの理由があります。逆に安い商品は、誰かの「搾取」が隠れているかもしれません。食品の背景を一人ひとりが考えてみるのが大切です。

【サステナブルな国際認証の例】

