



小清水町



茎の赤い「ルバーブ」の株

「わが村は美しくー北海道」運動第9回コンクール応募団体

小清水町ルバーブ生産グループ

【小清水町】

美容と健康に効果的！「ルバーブ」の魅力が地域をつなぐ

はじめは？

代表のご主人が40年前にニュージーランドに留学した折、種を持ち帰り栽培したのが始まりだそうです。代表が嫁入りした頃には既に代表の家にルバーブがありました。

「自分でジャムを作りたい」と思ったのは、30年前、家族でニュージーランドに行き、ご主人のかつてのホームステイ先でふるまってもらった「ルバーブ」料理を食べたから。「ルバーブのおいしさを広めたい」という思いから、最初にジャムの販売を考えたのは平成18年で、株分けした近所の女性達でグループを結成。地域のお祭りなどでジャムを販売してきましたが、知名度も上がったことで、今では道の駅でも通年で販売をしています。

おもな活動

「ルバーブ」はシベリア原産の植物であることから、春は一番早く芽を出す植物で、10月霜が降りる前まで収穫が出来ます。ジャム作成は年5回程度。1回で一瓶150g入りを120個作成し、年間600個程度作成し、道の駅や町のイベントでは対面販売もしています。

その他、学校給食にルバーブデザートを提供したり、高校生には6次産業化の講演も行っています。



ルバーブジャム（左）と ルバーブ入りスイートポテト（右）

ここが自慢

【爽やかな酸味、おいしくアンチエイジング効果】

使い方は色々で、ジャムの外にお肉のソースやサラダ、ジュースなど、スイーツの材料として利用されています。飲食店ではカレーの隠し味にも使用しているとか。また、「ルバーブ」には豊富な栄養素があり、爽やかな酸味の中に、美容と健康にうれしい効能が詰まっています。英国王室伝統のデザートにも使われています。



ソフトクリーム（写真）とルバーブの効能

=ルバーブの効能=

- ①ベクチン(食物繊維が豊富)
- ②カリウム(高血圧の予防・改善)
- ③ビタミンC(肌の老化を防ぐ)
- ④カルシウム
- ⑤アントシアニン
(アンチエイジング効果)
- ⑥タンニン(ダイエット効果)

連絡先

代表者名：馬淵泰子さん／設立：2006年／会員：4名

住所：－

電話番号：－

F A X：－

E-mail：－

U R L：－