

- 2 **特集** 毎日エゴマで健康長寿
- 4 **特集** 田村市長に白石氏再選
- 6 **特集** 入園・入学おめでとう
- 7 **特集** 田村市さくらウォーク
- 8 危険業務従事者 叙勲
新たなキッチンカーが出陣
- 9 たむらほっとニュース
- 28 各施設の催し
- 30 ほけんだより

市の募集・申請に関する 各記事の共通事項

問 問い合わせ **申** 申し込み
先
市への申込・書類提出について明記してい
ないものは、期間中の土・日・祝日を除く
午前8時30分から午後5時15分まで

エゴマ 特集

毎日エゴマで 健康長寿



フリーアナ
鏡田さんを
エゴマサポーター
に委嘱

市 は2月5日、フリーアナウンサーの鏡田辰也さんを市農林水産物振興サポーター（エゴマサポーター・通称エゴマ大使）に委嘱しました。福島市のラジオ福島本社スタジオにおいて、鏡田さんのラジオ番組の中で、市長から鏡田さんに委嘱状を交付し、その後、2人で「たむらのエゴマ油」の特徴や効能などをPRしました。今回は、その様子を紹介します。



鏡田 本日、61歳になりました。そうした中、特別ゲストをお呼びしています。田村市の白石市長です。今日はこういった理由で、ラジオ福島に来られたんですか？

市長 今日が鏡田さんのお誕生日とお聞きして、田村市からやって参りました。

鏡田 たむらのエゴマ油は素晴らしい、毎日飲んでいます。

市長 鏡田さんが毎日飲んでいると伺っています。その縁から、ぜひエゴマ大使になってください。

鏡田 アナウンサー歴38年になりましたが、大使を拝命するのは初めてです。

鏡田 （委嘱状を受け取り）ありがとうございます。エゴマと出会って2年。これからもエゴマの魅力を発信していきます。



市長 もう一つ、サプライズプレゼントです。エゴマ油を持ってきました。引き続きご愛飲ください。

鏡田 たむらのエゴマ油は、G-登録されているんですね。

市長 そうです。たむらのエゴマ油は、品質も保証されています。それともう一つ、エゴマ大使の名刺です。

鏡田 名刺には、エゴマ油が描かれています。改めてG-マークとは、どんなマークか、お聞かせください。

市長 （G-制度とは）農林水産省が農産物など地域の知的財産を保護する制度で、ブランド価値を守るものです。たむらのエゴマ油の場合、きちつとした品質管理とともに、契約農家が市エゴマ振興協議会の定める栽培基準を守り、丁寧に作っていることが評価されました。



鏡田 元々、田村市にはどのようなエゴマの歴史があったのでしょうか？

市長 市が合併する前の船引町時代に、エゴマを栽培し、日本で初めて食用のエゴマ油を作った農家がいきました。現在もその技術を継承して、丁寧に作っています。

鏡田 私がエゴマに触れたのが、緑小の閉校記念イベントでした。そこで食事をした際に、エゴマ油を紹介いただきましたね。

市長 同席した市議会議長から「奥さんからエゴマ油の効能を聞いて毎日、ヨーグルトに入れて食べている」という話でした。議長は、※半年ぐらいで血圧が下がり、（血圧を下させる）薬の服用をやめた」とのことでした。

鏡田 そんな素晴らしい効能があると聞いて、私と市長の交流が始まったんですね。最初は、スプーン一杯を毎日飲んでいましたが、飽きないようにヨーグルトにかけて食べています。そうした食べ方でもいいですか？

市長 ばつちりです。

鏡田 いろんな食べ方があるんですね。

市長 その通りです。エゴマ油に含まれているα-リノレン酸は熱に弱いので、納豆やヨーグルト、サラダにかけるなどが望ましいですね。

鏡田 クセがないため、味の邪魔をしないのが魅力的ですね。たむらのエゴマ油には、どんな特徴やこだわりがありますか？

市長 全て手作業にこだわっているのも特徴の一つです。エゴマを手作業で刈り取り、選別し、丁寧に搾油する。このことが、今回のG-登録にもつながりました。

鏡田 α-リノレン酸は、体にどのような効能がありますか？

市長 田村市産のエゴマには、搾油した油全体から60%以上のα-リノレン酸が検出されることが、日本食品分析センターの試験結果で分かっています。α-リノレン酸は、体内で代謝され、EPAやDHAに変換されます。

鏡田 サプリとかでよく聞くものですね。

市長 EPAやDHAは、血液の粘度を下げ、赤血球の変形能を高めるため、脳梗塞や心筋梗塞を防ぐなど、さまざまな効果があるとされています。



鏡田 私自身もエゴマ油で血圧が下がりましたが、飲み続けることが大事ですか？

市長 エゴマ油をご愛飲していただいている方からお話を聞くと、「3、4カ月でいい効果が生まれてきた」と聞いています。皆さんにお試しいただいて、たむらのエゴマ油の良さをお感じいただき、周りに勧めてもらいたいと思います。「中性脂肪が下がった」「冷え性が治った」「お通じが良くなった」などのたくさんの喜びの声が届いています。たむらのエゴマ油を通して、皆さんが健康で笑顔になっていたければ、素敵だなと思っています。



ご愛飲者の声

「たむらのエゴマ油」のご愛飲者から、うれしい声が続々と届いています。

坪井ひろ子さん
愛用歴約2年
クセがなく食べやすく毎朝、サラダにかけて夫婦で食べています。食べ始めてから体調がよく、風邪にかかりにくくなりました。

石井恵美子さん
愛用歴約8年
毎日、納豆に焙煎搾りをかけて食べています。食べ始めてから花粉症の症状が和らぎ、血圧の数値が下がりました。

佐藤利男さん
愛用歴約5年
夫婦で毎朝、食パンにしょうゆ、生搾りエゴマ油、板のりの順でかけて食べています。飽きずに続けられ、体の調子もよく健康を維持できています。

※個人の感想です。
効果には個人差があります。



取扱店舗

- 農産物直売所ふあせるたむら（電話82-4800）
- ヨーグベニマルメガステージ田村店（電話81-1311）
- 農産物直売所愛情館（電話024-991-9080）
- しんみせ（電話82-0017）
- 福島県観光物産館（電話024-525-4031）

問・申 田村市エゴマ振興協議会 ☎81-2511 市公式オンラインショップはこちら▶

