

協会50周年  
企画

## 龍馬とフズノ カリフォルニア・レーズンの故郷 と「レーズンと私」



太平洋のかなたを見つめ続ける龍馬と、2010年8月、第19回フズノ研修旅行のメンバー達

カリフォルニア・レーズン協会は1949年、米国産レーズンの生産量や品質管理などを目的に、連邦政府の支援のもと、メンバー企業により設立されました。日本での活動は1961年からスタートし、来年はちょうど50周年にあたります。これを機にこれまでの日本人々とレーズンとの交流にスポットライトをあててみました。



レーズンと人生のエッセイ「レーズンと私」表彰式 (2006年5月)

●今年大きなブームとなった幕末の志士“坂本龍馬”の故郷は高知市です。その高知市がカリフォルニア・レーズンの故郷であるフズノ市と姉妹都市になったのは1965年。しかもそのきっかけはカリフォルニア・レーズンの対日輸出に関わった高知市にゆかりの人だったとのことです。「もし龍馬がもう少し生きていたら、新たな日本のため世界貿易を夢見た彼自身が、その役割をになっていたかもしれない…」とはすこし想像が過ぎるでしょうか。

●時代は変わりますが、協会では1992年の「第1回カリフォルニア・レーズン新製品開発コンテスト」以来、毎年、入賞者を“フズノ”研修旅行にご招待し、これまでの総数は200人近くに及び、幅広い分野で多くの才能が活躍中です。来年は20回の節目を迎えます。ぜひ現代の龍馬をめざす皆様のご参加をお願い申し上げます。

●協会では5年前の事務所設立45周年を記念して「カリフォルニア・レーズンデー」を制定し、記念行事として“レーズンと私”と題したエッセイを募集しました。全国から幅広い層のご応募を多数いただき、いずれの作品にも人生とレーズンの思い出が切々と語られていました。日本人々に愛され続けてきたカリフォルニア・レーズンの存在が改めて明らかになり、貴重な記念碑にもなりました。優秀作品は協会HPでもご覧いただけますが、50周年の記念として紙面でもその幾つかを紹介します。

●毎号のアンケートでも「日本で最初のレーズンパンは？」などの質問をいただいています。編集部でも調査中ですが、身近な情報がありましたらぜひお知らせください。

### ●母の手作りレーズンパンには不思議な力が…受験生活を支えてくれた母への感謝の気持ち●

#### 「5月1日はカリフォルニア・レーズンデー」制定記念エッセイ レーズンと私 (再録1)

「レーズンを食べたら元気になれるんだよ。」母はいつも私にそう言って、レーズンを食べることを勧める。「鉄分とか、栄養もたくさん含まれてるんだから。ほら、食べなよ。おいしいよ?」と、口癖のように言う。母は元々レーズン好きだったが、私はどちらかという、少し苦手な方だった。だから私は、「ええ〜、いらない。」と言って、レーズンを滅多に口にしなかった。

一年ほど前、食わず嫌いで、栄養の偏った食事ばかりしている私のために、母はレーズンパンを作ってくれた。「せっかく作ったんだから食べてみてよ。」母はそう言って、私にバターつきの手作りレーズンパンを一切れくれた。初めて母の手作りレーズンパンを食べたとき、「おいしい!」私は思わず叫んでしまった。「でしょう?これから毎日作ってあげるね。」優しく母が言ってくれた。それからは、毎朝の食卓に並ぶ、フルーツ、ミルク、そして母の手作りレーズンパンが、私の家族の朝食となった。

私は昨年『受験生』だった。中学校3年生で体験した、初めての『受験』は、私にとって少しつらいものだった。生徒会長を務めていた私は、毎日、毎日、朝から学校へ行き、6時間の授業を受け、放課後は生徒会室で最終下校が過ぎるまで活動を行っていた。学校から帰るとすぐに塾へ向い、夜の10時半まで塾で勉強。11時過ぎに家に帰ってからも、学校や塾から出された課題のために、夜中まで机に向かう日々

が続いた。正直、つらかった。しんどかった。特に、課題が終わらずに深夜まで机に向かっているときは、何度も「早く受験という圧迫から逃れたい・・・」と思った。刻一刻と迫ってくる『受験』という圧力で、なかなか眠れない夜もあった。

しかし、どんなに焦りや不安を抱きながら眠った夜であっても、翌朝目を覚まし、朝食を食べると、私は元気に1日を過ごすことができた。母の手作りレーズンパンには不思議な力が秘められていて、食べるとなんだか元気が湧いてくる。レーズン本来の力に加え、母の優しい愛がたっぷり入っているからなのだろう。受験当日の朝にも、母の手作りレーズンパンを食べた。レーズンと愛の力で、5教科全てのテストに自分の精一杯の力を出し切ることができたと思う。そして、無事に第一志望の高校に合格することができた。

こうして受験を乗り越えられたのは、レーズンと、毎朝レーズンパンを作ってくれた母のおかげだと思う。本当に、心から感謝したい。春からの高校生活も、レーズンと共にがんばっていききたい。レーズン、そして、私を支えてくれたママ、本当に、本当にありがとう。(一箭 水絵さん・奈良県)



アンケートのご質問・ご要望にお答えします。スペシャル!

# カリフォルニア・レーズン天国

京都・山崎「ブーランジュリーアルチザナルエトルタ」古田朋広氏

## Q うちの店にもぜひ取材に来てください

**A** ★アンケートの回答に2回続けてご要望いただきました。レーズンパンの種類も細かく記され、カリフォルニア・レーズンに対する熱い思いが伝わりました。これは動くしかない、京都・JR山崎駅前、赤い格子で囲まれたテラスを持つ小さなお店を訪ねました。合戦の地「天王山」を背景に、歴史の面影を色濃く感じさせるそのたたずまいの中にも、フレスノの輝きを見つけました。

—アンケートの回答ありがとうございます。挨拶もそこそこに略歴をうかがうと、すぐに1冊のレシピブックがでてきました。古田さんが第7回ベーカリーコンテストで審査員特別賞を受賞された時のもので、すでに10年以上前の印刷物とは思えないほどきれいなまま、いつも大切にされていることがわかりました。

—お店のこだわりは“手作り”と“フランス”で、店名にも使われる“アルチザナル”がフランス語で“手作り”を意味すること、“エトルタ”がフランス・ノルマンディー地方にある海岸線の美しい観光地だと教えていただきました。

—2007年に開業し、営業時間は朝7時から夜9時ですが、実際の作業は夜11時近くまでになることが多いとのこと。スタッフ1人との共同作業としても“手作り”ゆえのハードな仕事ぶりですが、顧客にとってはなによりのサービスではないでしょうか。

—毎日作られるパンの種類は約100種類で「お客さんの要望に応えるどうしてもそれくらいの数になる…」とのこと。1回に焼かれる数は限られているとはいえ、こんな言葉にも、お店の基本姿勢と順調な経営ぶりが伺えました。

—そのうちの最低10種類がレーズンパンで、定番売れ筋商品は、ポストツク、ペーガル、パウンドケーキの順。この目の目替わりの1つは抹茶入りレーズンパンで、仕込みの真っ最中でした。

—レーズンの下処理についてうかがうと、ブランデーにホワイトラムを加えた液に漬け込んだレーズンを見せていただきました。いろいろ試した中で、レーズンの甘みを最高に引き出すこの組合せに至ったとのこと。今では、全て同様の下処理をしたレーズンを使い、酒感も残らずお得意さんの保育園でも好評と伺いました。

—今後のパン作りについては「同じものでも完成度を高めることを目指したい」、「むろんレーズンの下処理、活かし方についてはさらに次の手もあるはず…」と、探求の目々は続きそうです。

—再びコンテストについてうかがうと、「コンテストから得たものは何よりも人間関係です」と即座にお答えいただきました。フレスノ仲間とはいまでも頻繁な交流があり、そこでは次のコンテストにチャレンジするかどうかから始まって、トレンドの研究、レーズンの使い方のアイデアなど様々なことが話題になるそうです。

—来年の20回記念コンテストにはぜひ再挑戦してみたいとうかがいました。

—ぜひ、ご健闘を…。



エトルタの風景写真と古田氏。開業以来のスタッフの伊藤さんは、焼きがメインの古田さんを二人三脚で店を支えている。「販売担当としては、お客さんの声を商品作りに生かすことも重要です。」このあたりが商売繁盛の秘訣かも知れません。

住所：京都府乙訓郡大山崎町大山崎西谷 4-5  
TEL：075-951-7078  
営業時間：7:00～21:00 定休日：月曜日

## Q レーズン種の作り方について教えてください。

**A** ★協会ではこれまで数回にわたりレーズン種の作り方について講習会を開催してきました。その内容をもとに協会HP(レシピ→プロフェッショナル向けパンレシピ→レーズン種)では、様々なレーズン元種の作り方と、それを利用したレモン種、ヨーグルト種、酒種、ビール種などの作り方を紹介しています。★お店にあったレーズン種の作り方をぜひいただき、お客様に喜ばれる商品開発にお役立てください。



仕込み当日と4、5日目

## Q 季節にあったレーズンを使った製品のアイデアやヒントになる使い方を教えてください。

**A** ★協会では季節のイベントにあわせた製品提案に力を入れています。クリスマスには欠かせないシュトーレンやパネトーネは、ドイツ人ベッカーマイスターのオリジナルレシピ等10種類以上を協会HPで紹介しています。★春先のバレンタインやホワイトデーにはこれまでのセミナー「バレンタイン&ホワイトデー製品テクニカルセミナー」で紹介されている16作品をぜひご参考ください。大賞を含むコンテスト入賞者4名によるオリジナルレシピには、レーズンの下処理だけでも、焼酎や各種リキュールの使い方や、蒸す、刻むなど様々なアイデアが使われています。

## Q カフェやレストランなど飲食店でのレーズンの導入事例について教えてください。

**A** ★協会はこれまで、和食、スペイン料理、カフェなど飲食店のスタイルに合わせたセミナーを開催してきました。協会HPでは、そこで紹介したいいずれも各界有名シェフのレシピを紹介しています。すぐにご導入いただければそうなレシピも多数含まれており、ぜひご利用のほどをお願いします。★今年はB級グルメが大人気となり、各地の関連イベントがマスコミでも大きく取り上げられました。本誌でも、ぜひ、カリフォルニア・レーズンを使ったB級グルメに限らず、A級グルメ、C級グルメの話題も積極的に取り上げたいと思います。皆様からの情報もお待ちします。



サンタクロススウィンハイ レザン・エ・ショコラ レーズンのククロフ



ブルーチーズの白和え 天使の髪の毛 レーズンとアボガドのラップサンド

〈2〉 読者アンケートにご協力頂ける方はこちらから

# カリフォルニア・レーズンとの出会い。多くの芸能人ランナーとの出会い。



## 「24時間マラソン」でもおなじみのランニングプロデューサー、坂本雄次氏インタビュー

<プロフィール>1947年 神奈川県茅ヶ崎市生まれ。ランニングプロデューサー。健康(ダイエット)のため1976年から独自でランニングをはじめ。在籍していた東京電力の陸上部で監督を15年間務め、素人集団の中からフルマラソンを2時間30分台で走るランナーを数多く育てる。1993年7月、「100km ウルトラマラソン」などのランニング大会を企画・運営する(株)ランナーズ・ウェルネスを設立。日本テレビ「24時間マラソン」には1992年の立ち上げから携わっている。2007年3月には神奈川県初となるフルマラソン「湘南国際マラソン」を立ち上げる。また「間寛平さんの地球一周アースマラソン」のサポート活動も2008年スタート時から行っている。

### ●カリフォルニア・レーズンとの出会い

15年ほど前、講演の依頼を受けたのがきっかけとなり協会とお付き合いが始まりました。カリフォルニア・レーズンとその運動効果については以前から認識していましたが、それ以来一人のランナー、また、ランニングプロデューサーとしても、マラソン時におけるレーズン効果を強く意識するとともに、多くのランナーにその素晴らしさを知ってもらうよう活動してきました。

### ●市民ランナー、マラソン大会の増加

この数年、市民スポーツとしてのマラソンランナーが急激に増加しています。2007年スタートの東京マラソンが一つの大きなきっかけとなり、全国のマラソン大会の数も増えています。来年、再来年にかけても1万人を超える規模の新たなマラソン大会が予定されています。

### ●女性ランナー、シニアランナーの増加とその意識

最近では、女性ランナー、シニアランナーの存在が目立ちます。その多くの方はしっかりした目的意識をもって取り組まれており、ランニングが市民生活の中にしっかり根付いてきていると感じます。また、私は、運動時には、体を鍛えると同時に睡眠、栄養など体のケアも大切にすることが重要だと伝えています。その点でも、最近の多くの皆さんは大変バランスの良い取り組みをされているようです。

### ●スポーツ時の栄養補給源としてのレーズンの有効性

市民マラソンでは多くの方がゆっくりと時間をかけて走ります。途中でランナーは、なんとなく自分の体が空になった感じになります。その時必要なのは水分でありエネルギーですが、それと同時に栄養補給も重要です。レーズンはすばやいエネルギー補給とともにバランスよくミネラルなどの栄養成分を含み、食べやすく持ち運びの良さなどの利便性もあり、いろいろな大会のエイドステーションでカリフォルニア・レーズンを活用しています。

### ●間寛平さん他、多くの芸能人ランナーとの出会い

寛平さんとの出会いは個人的にも、ランニングプロデューサーとしても

大きな出来事でした。現在進行中の「間寛平アースマラソン」にも協力しています。日本テレビ「24時間マラソン」では多くのタレントの皆さんのランニングをサポートしてきました。限られた期間で、24時間走りきる体を作るため大変苦労されます。それでも、なんとかやりきろう、走りきろうとするエネルギーとプロ意識にはいつも感心させられます。

### ●我が家のレーズン活用術

レーズンの食材としての素晴らしさもお伝えしたいと思います。我が家ではいつもペースト状にしたレーズンを用意し、いつでも冷蔵庫から取り出して使えるようにしています。どんなジャムにも引けをとりません。パンにぬったりヨーグルトのトッピングにも最適で家族にも大変好評です。ぜひ皆さんにもお勧めします。

### ●乳幼児の離乳食にレーズンの活用を

協会も力を入れておられますが、離乳期におけるレーズンの活用も提唱したいと思います。乳幼児期のお乳を飲む、音を聞く、温度を感じる、広いえば愛情体験が一生を通じて大きな影響を及ぼすことが専門家からも指摘されています。食体験も同様で、レーズンのような天然で機能性の高い食材を常食とするためにも、乳幼児期から良い食体験をさせることが重要ではないでしょうか。

### ●これからの取り組み

より多くの皆様が参加しやすい大会運営を目指す中で、これまで同様、多くの方にカリフォルニア・レーズンの効果を知り、活用していただけるよう頑張ります。



協会では12月初旬、都営地下鉄3線(三田、新宿、大江戸)の社内広告を通して、「太陽の恵みを赤ちゃんに!」を妊産婦さんにアピールします。

## ●出産を間近にひかえた不安な日々、離乳食を始めた頃…「こんなときにはレーズン!」●

### 「5月1日はカリフォルニア・レーズンデー」制定記念エッセイ レーズンと私(再録2)

私は1歳2ヶ月の男の子をもつ母親です。もともと貧血気味でしたが、妊娠中にはさらに貧血がひどくなり、産科の先生に怒られたこともしばしば。出産を控えた身、鉄分の多いものをとらなければ、とは思っているものの、レバーやほうれん草は苦手、プルーンもおなかをくだしがちになるので食べられず、どうしたものかと途方に迷いました。そんなとき、レーズンが鉄分補給によいと知人から聞き、毎日食べるようにしたら、貧血がかなり治まったのです。ただでさえ初めての出産で不安なことが多かったので、本当にうれしかったです。

出産後は、まさに体力勝負の毎日。忙しさにまかされてろくに食事もせずに育児に明け暮れた結果、寝不足もたまって、めまいを感じることも多くなりました。「こんなときにはレーズン!」、妊娠中にそのパワーを身をもって感じていたので、またしてもレーズンにお世話になるようになりました。なんとと言っても気軽にいつでも食べられるのが本当に有り難かったです。面倒な料理などしている暇があったら眠りたい、というのが当時の心境でしたので。

そして、息子が5ヶ月になった頃、離乳食を開始したものの、野菜もお芋もパンも食べない! 頑として口を開かない! 色々工夫してみたけれど、相変わらず食べない! おかゆを気まぐれに食べる程度で、「うちの子、こんなに少食でいいのかな」と随分悩みました。そんなとき、

ふと「レーズンなら甘くて美味しいかな」と思い、レーズンを細かくちぎってお湯でふやかし、半ば強引に息子の口に入れてみたら、「えっ?」という表情をした後、とても美味しそうに食べたのです。「食べることイコール楽しいこと」だと感じた瞬間だったろうと思います。



それからは、レーズンと薩摩芋を煮たり、食パンとレーズンを一緒にあげたり、レーズンとトマトとほうれん草という不思議な組み合わせのサラダを作ったりと、バリエーションをつけていったら、色々な食材を食べられるようになりました。今でも食欲があまりない日にはレーズンをつり入れたメニューにしています。そうするとたくさん食べるので…「困ったときのレーズン頼みだね」と、夫と笑いあっています。

妊娠前にはほとんど食べなかったレーズンが、今では私にとっても、息子にとっても大切なパートナーとして、いつも傍にいます。小さな指で上手にレーズンをつまんで食べる姿に、息子の成長を感じたりもします。ささやかなことですが、本当に幸せです。(今田 珠香さん・埼玉県)



## 2010/2011年度、対日マーケティング活動を発表

協会は、10月13日、都内ホテルにて記者会見を行い、ジェフリー マクニール駐日代表が2010年度のぶどうの収穫状況や在庫状況等についてご報告するとともに2010-2011年度(2010年7月～2011年6月)の対日マーケティング活動計画を発表いたしました。また、ゲストスピーカーとして日本テレビ「24時間マラソン」でもおなじみのランニング・プロデューサー/坂本雄次氏をお迎えし、ランニング時のエネルギー補給とともに栄養補給としても有効なカリフォルニア・レーズンについて、ランナーとしての経験も交えてお話しいただきました(3P参照)。

### 2010年度のぶどうの収穫、カリフォルニア・レーズンの在庫、輸出量の推移

8月下旬では通年より気温が少し低く収穫が少し遅れていましたが、10月はじめの協会本部の公式発表では266,052トンとほぼ横ばいの収穫見通しになりました。一方、レーズンの在庫量は年々減っており2009年度の最終在庫量は75,566トンと、ここ30年の中で一番低い数量を記録しました。一番の要因は、世界全体のレーズン生産量の減少にとともに、ここ数年間、カリフォルニア・レーズンの各国への輸出量が伸びてきたことが挙げられます(2007年92,533トンから2009年137,892トンとほぼ50%増の伸びを記録)。

### 主なプロモーション内容と実施スケジュール

2010年の多くのカレンダーに明記されている5月1日「カリフォルニア・レーズンデー」には一般消費者向け記念行事を検討中です。ベーカリーコンテストは今年度で20回を迎え記念大会を予定。ベーカリー技術セミナーはすぐに応用可能な内容でお届けします。消費者対象プレゼントキャンペーンは袋入りレーズン製品とパンなど対面販売製品を分けて実施します。スポーツ関連では横浜F.マリノスとのタイアップ活動や各種スポーツイベントでのサンプリングやリーフレット配布などに継続して取り組みます。ジャパンパラリンピック大会にも公式サポーターとして引き続き協力します。また、昨年好評の産院での妊産婦向けリーフレット配布も継続実施し、妊産婦、乳幼児に有益なカリフォルニア・レーズンの栄養価を訴求します。



「選んでナットク!カリフォルニア・レーズン」を背に、坂本雄次氏/関ランナース・ウェルネス代表取締役社長(右)をゲストに迎えて、ジェフリー マクニール協会駐日代表(左)。

★「選んでナットク!カリフォルニア・レーズン」、「5月1日はカリフォルニア・レーズンデー」の啓蒙	
★業界向け技術セミナー/コンテスト、サポート活動	
第19回ベーカリー新製品開発コンテスト入賞者によるアメリカ研修旅行	2010年8月下旬
第20回ベーカリー新製品開発コンテスト/記念大会でさらに注目のコンテスト	2011年3月～8月
ベーカリー技術セミナー/ご要望にお応えしお店ですぐに役立つ製品を紹介	2010年1月～5月予定
レーズン製品開発、外食企業プロモーション支援/各種ポップ・印刷物補助等	通年
各協会、学校等の団体への協賛/今年度も積極的に取り組みます	通年
★消費者向け活動	
消費者対象プレゼントキャンペーン/袋入り製品とパンや対面販売製品に分けて実施	2011年春
スポーツイベントへの協賛	
・ジャパンパラリンピック大会/公式サポーターとして毎年応援	～2010年3月
・横浜F・マリノスとのタイアップ/スポーツを通しての食育、サンプリング	通年
・子供のスポーツ大会、全国各地のマラソン、ウォーキング大会、スポーツイベント	通年
カリフォルニア・レーズンデー関連イベント/日本記念日協会に認証、登録	2011年4月～5月予定
妊産婦向けのPR活動/好評のリーフレット「太陽の恵みを赤ちゃんに!」配布等	通年

## 今年のクリスマスもカリフォルニア・レーズンがお手伝い。

協会HPではクリスマス製品特集ページを開設し全国のベーカリー、洋菓子店より製品情報を募集中です。また、毎年の無料配布が好評のクリスマス製品リーフレットを、今年は2種(シュトーレン&パネトーネ)をご用意。“カリフォルニア・レーズン天国(2P)”でも今年からご利用予定と伺いました。早めのご手配をお願いします。

【クリスマス製品特集ページ】シュトーレンやパネトーネを始めカリフォルニア・レーズンを使ったパン・菓子などのクリスマス製品情報を掲載する他、クリスマス向けのレシピを発信します。

【クリスマス製品リーフレット】好評の「シュトーレンリーフレット」の内容を一新したのに加え、新たにイタリアの「パネトーネリーフレット」を制作。お菓子の歴史や本場の味わい方、両製品に欠かせないカリフォルニア・レーズンの特長も説明。お客様に“選んでナットク!”していただくためぜひ活用ください。手のひらサイズで、穴を利用して商品ラッピングのアクセントとしてもご利用いただけます。

※ニュースレターアンケートでも受付しています。ぜひご利用ください。



クリスマスのシュトーレン(上)とパネトーネのレシピは協会HPで



(左)シュトーレンリーフレット  
(右)パネトーネリーフレット  
【仕様】65mm×65mm、4ページ、4色刷り、1梱包あたり100部(リボン無し)



カリフォルニア・レーズン協会は  
ジャパンパラリンピック大会を  
応援しています。

### ★アンケートのお願い★

読者の皆様との相互コミュニケーションのため、アンケート用紙を同封しております。協会活動についてのご意見ご要望もお寄せください。記事に関連した資料の申し込みにもご利用ください。