

# 穀物・地元食材使った食事健康法

## 「美郷流」人気

食事健康法のマクロビオティック料理から考案され、吉野川市美郷地区のレストランなどで提供されている「美郷流マクロビオティック料理」が、健康志向の高まりを受けて人気を集めている。春の提供開始以来、来客数は右肩上がり。旅行会社が企画するツアーに組み込まれたことなどもあり、注目はさらに高まりつつだ。

マクロビオティック料理は、穀物と土地の旬の食材を中心にした食事法で、心身の健康を目指すもの。美郷流は体のバランスを整える料理と定義した。美郷で採れる季節の野菜や山野草、特産品の梅などを減塩減糖で調理し、通常は使われない川魚もメニューに入れるなど、入門編といった位置づけだ。

美郷流は、健康を売りに特産品づくりを進める「キレイのさと美郷」プロジェクトの一環で誕生した。全国販売の旅雑誌や関西のテレビ番組などで紹介されたことで注目を集め、十月からJR四国の女性向け旅行商品「マドンナ倶楽部」にも採用された。

三月に美郷田平で農業川村

## 女性の注目集める

里子さん(五巴)が開いた農家レストラン「きのこの里」では、ランチコース(千円)などがあり、玄米おにぎり、そば米雑炊、切り干し大根のサラダなどを提供している。同店の来客数は三―五月は十三人だったが、六―八月は百三十五人、九―十一月は百八十八人と増加傾向。四十一―五十代の女性が多く、香川県などからも訪れている。

このほか、美郷宗田の清月旅館が、美郷で採った山野草の天ぷらをメインにした「清月流薬草マクロビオティック料理」(二千五百円から)を売り出している。

美郷商工会の高木義夫経営指導員は「健康志向の女性にターゲットを絞り、人気のマクロビオティック料理を四国内では早く打ち出せたのが良かった」とみている。

両店とも予約が必要。問い合わせはきのこの里(電0883)(43)(2370)、清月旅館(電0883)(43)(2006)。



美郷流マクロビオティック料理を味わう観光客―吉野川市美郷のきのこの里