

超えトーク

※商品委員の方の出席は、2月商品委員会出欠の際に別途確認させていただきますので、フォームへの入力は不要です。
一部調整中の内容を含みます

pal*system

2025年度第4回

もっといい明日へ

超えトーク

キッチンライブ&スペシャルトーク

「心とからだに海からの贈り物」

— 料理研究家・喜多マリコさん^{おくちょう}×邑久町漁協 —

2026年1月8日
パルシステム連合会 商品活動課



「もっと魚を食卓に取り入れたい！でも、いつも同じレシピでマンネリ化してしまう…」
そんなお悩みに応え、兵庫で大人気の料理教室を主宰する料理研究家の喜多マリコさんから心とからだにやさしいレシピをご紹介します。じつは、パルシステムの水産産直産地の一つである「邑久町漁協」の牡蠣に惚れ込み、さまざまな連携を深めているという喜多マリコさん。一方、今冬の瀬戸内海では牡蠣の大量死が深刻な状況に…。

今回の超えトークでは、邑久町漁協の松本組合長にもご登壇いただき、食を通じて産地と直接つながる楽しさや人と人との絆についてなど、お二人からトコトン語っていただきます。

【開催日時】2026年3月6日（金）10:00～12:00（予定）

【開催方法】Zoomによるオンライン配信 ※ 配信会場は東新宿本部 ※2週間後をめどにアーカイブ配信予定

【講師】喜多 マリコ 氏（料理研究家、邑久町漁協キッチンアドバイザー）

松本 正樹 氏（邑久町漁業協同組合 代表理事組合長）

【定員】1,000名

【参加費】無料

【参加対象】パルシステム組合員、役職員、一般（組合員外）の方

【申込締切】2月22日（日）

【主催】パルシステム生活協同組合連合会 商品委員会

■ 申込みフォーム（右記QR）：<https://forms.gle/X628mRqMWH5aZECf8>

公式サイトお知らせページ（1/19公開）：<https://information.pal-system.co.jp/event/260119-koetalk/>

■ 講師紹介



喜多 マリコ 氏（料理研究家、邑久町漁協キッチンアドバイザー）

兵庫県出身。大学の栄養学部で4年間学び、管理栄養士、フードスペシャリストの資格を取得。卒業後、給食委託会社にて14年勤務。2015年より料理教室「美味しい教室」を開催。2017年よりBon-Mark kitchen Labにて料理教室講師、料理研究、商品開発、イベント企画等。豊富な経験と知識を基に“幸せを運ぶご飯”をテーマに心と身体に優しい料理を提案するほか、食に携わる新たな価値を追求し、食育、地産地消への取り組み、異業種とのコラボ商品開発、来場者数1000人以上の大型イベント主催等も行っている。



松本 正樹 氏（邑久町漁業協同組合 代表理事組合長）

石川県輪島市出身。日用雑貨総合卸商社に20年勤務した後、1999年に妻の実家の家業であるカキ養殖に就く。2018年に非常勤の組合長に就任するが、非常勤ではどちらの仕事も満足できず、2020年にカキ養殖を廃業し常勤組合長に専念する。

邑久町漁協は2020年に世界で初めて垂下式カキ漁業で世界初のMSC漁業認証（海のエコラベル）を取得。同年、パルシステムの14番目の水産産直産地として産直提携を締結。豊かな海を守るため、海の生きもののすみかとなる「アマモ」などの藻場再生活動の推進や、かき殻の米栽培の肥料への活用など、環境に配慮した活動を積極的に展開している。

【スケジュール】（仮）

10:00-10:05 開会挨拶

10:05-10:30 邑久町漁協「持続可能なカキ養殖をめざして」

10:30-11:10 喜多マリコさんの「お魚食べよう」オンライン料理教室
「浜蒸しかき」を使った1品を含む、簡単なレシピを2～3品紹介

11:10-11:40 試食・クロストークセッション

11:40-12:00 パルシステムからのお知らせ、まとめ・閉会挨拶

※写真はイメージ

問合せ先：パルシステム連合会商品活動課 商品委員会事務局 e-mail shouhin-iinkai@pal.or.jp



以上