

# あしがら 農の会

通信 卯月～皐月 6月号

第157号 2015年 卯月八(5月25日)発行

発行 NPO 法人 あしがら農の会 <http://nounokai.com/>

代表 山室光由 090-5626-1400(携帯)

編集 石井智子 090-3502-1353(携帯)

[bombalurina@savanna.dti.ne.jp](mailto:bombalurina@savanna.dti.ne.jp)

## 地場 旬 自給

あしがら農の会はあしがら地域に様々な循環を作りたいとの思いから、地場、旬、自給を掲げて、1993年に設立されました。(2003年にNPO法人化)

地域の中の休耕田を借りて自給のための米作りから始まった会は、現在以下のような活動を行っています。

**農産物の宅配:** 会に賛同する野菜の生産者と、地域で自給の為の野菜の作り手が集まって、無農薬・無化学肥料栽培の野菜宅配を行っています。(その他、米、お茶、果実、卵、鶏肉、豚肉などもあります)

**田んぼの会:** 現在約100家族以上が、あしがら平野の13カ所で自給用の稲を育てています。

**お茶の会:** 山に戻ってしまうお茶畑を、市民で手入れできないかと始まりました。5月には参加者約100名が、各自1年分のお茶を摘み取ります。

**大豆・味噌の会:** 大豆は7月に苗作りから始まり、11月に収穫します。その大豆と、各自が田んぼの会で作っているお米で、1月には麴づくりから味噌作りを行っています。

**小麦の会:** 月1キロの小麦の自給を目指します。

その他、四季折々の行事を行っています。関心のある方はどなたでも参加できます。

## 有機の仲間たち 其の39

### 『原木しいたけ栽培』

峯自然園 一寸木 修二さん

私は、会社員をしておりましたが、ある日、原木椎茸栽培を知り、県内でも凄腕の凄腕原木椎茸生産者にお会いし、自然を相手にする世界に興味を持ったことを契機に、原木椎茸の世界に足を踏み入れました。当時は会社に勤めながら種菌メーカー開催のしいたけ学校に通い、また、凄腕先輩生産者の所にも勉強させてもらい足を運んだりしました。設備や資金面にも不安がありましたが、父が営むパーベキュー施設「峯自然園」が軌道に乗り始めた事もあり、平成20年、生産を開始しました。1年目は5,000本の原木に植菌し生産を開始しました。始めた当初は、なかなか思うようにはやはり行かず、私の性格からでしょうか、失敗できないというプレッシャーからでしょうか、ずいぶんと神経質になり、ほだ木のわずかな異変にも気になってしまい、一日中観察をしたりと、今思えばかなり無駄な栽培を繰り返していたと思います。

自分なりの栽培ができるかなと思ってきた平成23年に、福島県原発事故が発生しました。福島県は、しいたけ用原木の生産量全国第1位であり、私も原木は福島県から入手していましたが、事故後は、原木に含まれる放射性物質濃度が国の定めた使用可能な基準値を超え、出荷が規制されたため、生産基盤となる原木の入手が困難となりました。すぐさま近隣の森林所有者数軒へ原木調達の交渉に奔走し、調達予約をしたものの、うち1軒は基準値を超え、適合しない原木に…。再度調達に奔走した結果、ようやく基準値以下の原木2,000本を確保する事ができました。

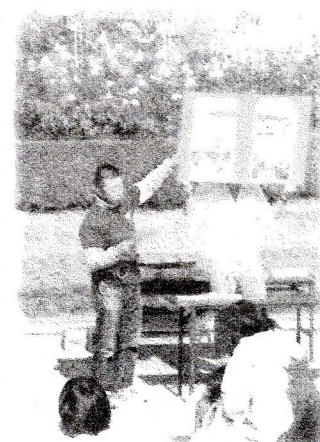
思うような原木本数が調達出来なければ生産が成り立たず、当時は、やめなければいけないのかと悩みました。

そんな中、東日本の生産者が「東日本原木しいたけ生産者協議会」を立ち上げる話を聞き、そこに加わり損害賠償請求を受けながら少し続けてみようかと思直しました。その後、協議会の神奈川支部として「神奈川県原木きのこ生産者協議会」を立ち上げ、事務局として神奈川県内でも活動を始めました。当初は自身のしいたけ生産より、東日本原木しいたけ生産者協議会の会合から得た情報を支部会員へ伝えたり、損害賠償の補償の手続交渉等に、多くの時間をさきました。平成24年には、東日本原木しいたけ生産者協議会の若手で構成する団体「森のゆかり」を発足し、副代表を務めています。

森のゆかりでは、原木しいたけの良さや、生産活動が里山の循環につながっていることなど、普及啓発を行っています。私の地元にも茨城県・栃木県から仲間がかけつけてくれて、小田原フラワーガーデンにてイベントを行うことができました。今だに、放射能の関係から出荷できない生産者達が、出荷を再開できた時に、その地域の原木椎茸

が、消費者に受け入れられるように、仲間とともにこのような活動を広めたいと思っています。

峯自然園 代表 一寸木修二  
小田原市久野4600  
0465-32-2870  
<http://homepage3.nifty.com/minesizen-a/>



(左) 小田原フラワーガーデンでのイベントの様子

## 「馬を飼おうか」

私は時代小説を好んで読む。小説のなかの江戸を、自分なりに散歩してきて、どうにも気にかかることがあった。

江戸時代の人々の食事はほとんどが米、野菜。江戸は魚貝が豊富だったから魚はよく食べたであろうけど、庶民の食卓にはそれほど頻繁にあがらなかっただろう。薬食いや口実をつかって肉も少しは食べていたようだ。それにしても主食は米、あと野菜の副菜と汁など。一般的な庶民の食事はそんなイメージだ。だがそれほど毎日食べられていた米、野菜をつくらしている農民が、小説にはほとんど登場しない。たまにちよい役で出てきても、誰かの実家が農家でよく野菜を届けてくれるとか、野菜売りのおばあさん、香具師の元締めが隠居して農夫になったとかもあったな。とにかくたまにでてくるだけだ。時代小説への登場回数と身分は関係ないが、だいたい農民の扱いがひどいと感じる。士農工商は江戸時代の身分制度だと教わったが、ぜんぜん上位ではない。むしろ商人、職人の方が小説の中ではよほどえらそうにしている。

なんと、ウィキペディアで士農工商を調べてみたら、身分制度という解釈は間違っていたので近年教科書から消されたと書いてある。よくわからなくなってしまった。

結局なにが言いたいのかというと、身分など関係なく農業はすばらしいということだ。舟原たんぼには時代小説好きが何人かいて、たんぼ作業の合間にそんな話になると、やっぱりトラクターじゃなくて馬を飼おうとか、鴨を飼って綺麗にしてもらおうとか、まじめに話しているのがとても楽しい。

(瀧 順二)

★5月10日のお茶配布&お茶会おつまみ一品より紹介♪

## チヂミ風きゅうじょう焼 (南足柄 折原包子)

チヂミを作っている時、少し残っているご飯を入れたら、ふんわり優しく、タレもなじみやすく、冷めても…と私流いかげんお焼きです。身近な食材で安全安心な食事と、家計の窮状も助けてくれるので、きゅうじょう焼と呼びたいのですが？(ご飯と9条は日本の宝…と私流で。)コーン、チーズ、魚貝、納豆などパートナー(野菜)を工夫したらピザ風にも。たれ(ソース)も工夫したい、分量もアバウトです。『身体も心もきゅうじょう焼きで…』“ミソはご飯ですよ!”

《材料・3枚分》

ニラ(1わ)、人参(中1本)、玉ねぎ(半~1ヶ)、小桜えび(10g)、ゴマ(大1)、小麦粉(半~1カップ)、ご飯(大茶碗1杯)、卵(2ヶ)、水(1カップ~)ごま油・サラダ油(各大1)、塩(小 1/2)、★タレ(醤油大2、酢大1、白ゴマ少々)、好みでヤンニョムペースト、七味、コチュジャン、ラー油など入れても。

①ニラ5cm ざく切り、人参5cm千切り、玉ねぎ横半分にして薄切り。

②ポウルに水と卵を入れよく混ぜ、ご飯を入れほぐれるまで混ぜる。ほぐれたら小麦粉を入れ衣を作る。水気を切った野菜他を入れ、サクリ混ぜる。

③冷たいフライパンにごま油とサラダ油各大1入れ全体にまわす(加減して下さい)。②の1/3を入れ広げ形を整えてから点火、強火で焼く(上手に焼けると中で廻せる)焼き色がついたら返し、中火で中に火が通るまで焼く。好みのタレでどうぞ。

## アニマルウェルフェアについて (第三回)

苦痛、損傷、疾病からの自由(予防・診断・治療の適用)  
⇒怪我をしないように、病気にならないように注意してもらえること。

過密飼育、狭いケージで飼育している場合、

- ①ストレス等の理由から発生する尻つつきの被害を最小限に抑えるため、クチバシを切断。
- ②過密飼育、配合飼料の過剰給餌、運動不足等が原因の病気を出荷まで抑制するために、抗生物質、薬剤、添加物の使用。
- ③自動化された機械養鶏では、飼育員が鶏舎に入る機会が少ないため、体調の悪化した鶏、死亡した鶏の発見が遅れる。

一方、春夏秋冬では、「自然」、「予防」、「観察」の三方向から、苦痛、損傷、疾病からの自由を保障しています。

**1.自然** ⇒鶏舎は鶏本来の生育環境に近づけ、餌は鶏が自然界(野生)で食べるであろう状態のもを与えることで、鶏に人工的なストレスを極力与えない。

**1.予防** ⇒万病に効く薬剤はこの世に存在しないし、薬剤の投与で病気を治しても其の場凌ぎに過ぎない。鶏が生来持っている自然免疫力、自然治癒力を高め、薬剤に頼らない健康体づくりを初生ヒナ時から実践。

**1.観察** ⇒毎給餌時、30分の観察。小規模&少羽数飼育だからこそ、一羽一羽に目が届き、早期発見が可能となる。

春夏秋冬では、予防にはもちろん、治療にも薬剤は一切使用しません。日ごろから、不自然なストレスを感じさせず、安全な食事をしていれば、重篤な病気にはかかりにくいと言えます。万が一、病気になったとしても、ニンニク等薬効がある緑餌や生餌の食事療法で治療します。

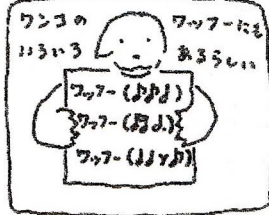
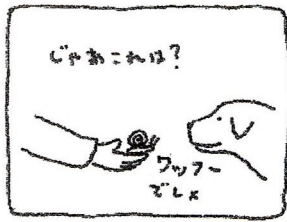
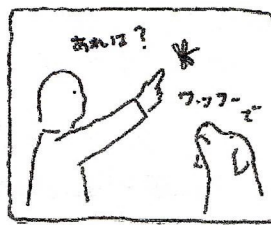
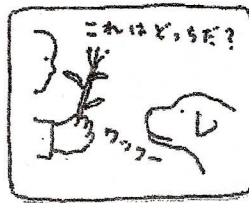
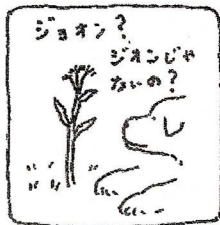
自然養鶏場 春夏秋冬 檀上貴史

## 農家と株式会社

(こぶた畑 相原海)

TPPの討論などで、大学の教授あたりに、知ったような顔をして「日本農業の生産性は低い、非合理的な経営形態」云々といわれると、「じゃあ日本の大学はどうなんだ(笑)」と、つつこみたくります。別に、ここで、有機農業は実は生産性が高いんだ!ということ頑張りたいのではありません。株主に一番多く配当を配るために働く株式会社と、一日が、あるいは一生が、ああ良かった!で終わるために働く零細農家では、営業の目的が違うので、合理性の中身も、当然違って来ます。僕らには幸い、株主云々の機嫌をソクタクする義理はないのです。例えば豚が良い顔で寝ているかどうかということは、前者にとっては無意味でも、僕らにとっては人生の意味に関わります。一ヶ所に1万頭、狭い豚舎で、輸入の粉エサをなめさせて飼うのは、確かに投資家から見ると「合理的」ですが、日々、豚と鼻つき合わせて働く側から見ると「なんでわざわざそんな窮屈な思いをしなきゃいかんのか」となるわけです。あくまで、自由な零細農家として、効率も含めて、豚と「良い付き合い」をしていきたいと思っています。

**お茶の会** 2015年のお茶摘み報告:5月3日・6日の2日間で、生茶葉359.8kg(約360kg)を摘み、69.9kg(約70kg)の緑茶になりました。各日15~18組のべ100名の参加でした。



「お茶摘みに参加して」

木々の緑が美しい坊所、中でもお茶畑は新芽の透明な黄緑が際だっていました。さわやかな風に吹かれながら、「ここにいられるだけでも幸せだ」と感じながら、せっせと摘んでいきました。休憩の時、川の近くの藤の花を見にいきました。大きな木に絡みながら伸びていく蔓と風に揺れている花の様子は、公園や庭に咲く藤とは違ったものに思えました。

「4人で6キロなら午前中に終わるだろう」との見通しは甘く、5キロ弱摘んだところで昼食。楽しみにしていた「チリビーンズランチセット」は絶品でした。川の水の音を聞きながら、「うまい」「おいしい」以外の言葉を交わすことなかったいただきました。ランチのパワーは予想以上で、食後は残りの分を一気に摘んでしまいました。

運営にあたられたお茶の会の方々の細やかな心配りで、気持ちよくお茶を摘ませていただくことができました。本当にありがとうございました。

余談ですが、帰りに久野の「朝どり直売所ふれあいの村市場」で、いちごジャムと三宝柑とお茶を買いました。お店の方が「このお茶は昨日摘んだばかりです」と言われたので、つい買ってしまいました。お茶はまだ飲んでいませんが、イチゴジャムと三宝柑はともおいしくて、もっと買えばよかったとちょっと後悔しています。

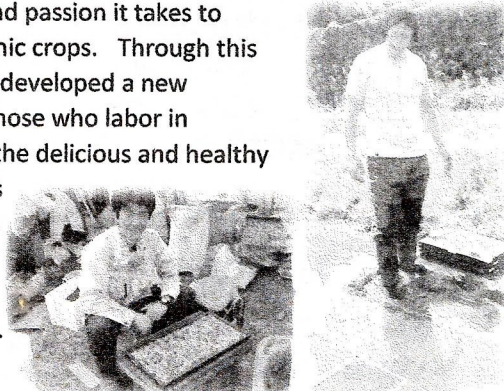
(恩田哲司)

相馬さん(Hiro)の友人 Joe さんが、Soma Farm での農業初体験(稲の種まきと苗床)について書いてくださいました。

The greenhouse was where we would get started. Having never done anything like this before, I thought to myself "can I really be of any help? Maybe I will just be in the way." Hiro patiently explained how to prepare the soil into trays that we would later lay rice seed into. Nervously I tried to replicate what he had showed me without looking too much like a city boy. Pretty soon I seemed to get the hang of it. We passed the time in pleasant conversation as we went about our work. I could sense Hiro's passion as he talked about organic farming and doing things the old fashioned way. I could tell it was hard work but there was a contentment in his voice that said more than the words he was speaking. Hiro is doing what he loves to do and he is happy in his work. Sometimes the easiest way is not the best way. Sometimes when we go the extra mile to do things the right way, the end result is well worth the extra effort.

The following day the sun was shining bright. It was time to go out into the field. I had seen rice fields from afar but I had never had the opportunity to enter one. Hiro gave me a pair of rubber boots to put on. As I stepped into the field I was shocked how far down my foot sank. It was difficult to walk and each step I took required great effort. I wondered if I could make my way through the mud without falling down. Although it was only Spring the sun was hot. I could only imagine what the hot humid summer days would be like. Working together we were able to finish rather quickly. At the end of the day I felt very satisfied. I felt relaxed. I felt as if we had accomplished something meaningful. Until this experience, I never thought too much about the food and vegetables I purchased at the supermarket. I never thought too much about the work and passion it takes to grow quality organic crops. Through this experience I have developed a new appreciation for those who labor in fields to produce the delicious and healthy foods I had always taken for granted. It was an experience I will always remember.

(Joe)



今月は田植え後の時期でもあるので、雑草の発生量とコメの収穫量の関係について。稲とそっくりのノビエが田植え直後に㎡当たり40本程度発生した場合、収穫量が35%減少し、10本程度の発生でも14%減少のデータもあるとか。ノビエは稲よりもカメムシが好むため、かれら呼び込むこととなり被害が大きくなる可能性が高くなります。田植え後に雑草を放任し、コナギ、キカシグサなど草丈の低い草種が優占すると、収穫量は18%減少。長いハート型の葉のコナギは重要な肥料養分の一つである窒素をイネの2倍ほど吸収するため、見かけ以上に大きな影響を与えます。また、この酸素が嫌いなコナギは除草剤では容易に除草できるが、米ぬか除草では、かえって発芽しやすくなる厄介者らしいです。昨年、私は可愛いコナギは少しは見逃しても良いかと思っていましたが、恐るべき存在でした。多年生雑草のイヌホタルイ、ミスガヤツリ、ウリカワ、クログワイ、ヒルムシロが繁茂すると、収穫量は最大60%まで減少する事もあるとか。雑草の影響で倒伏して登熟が悪くなる事もあるそうで、雑草取りは、昨年以上に頑張らなくてはと思われされました。(黒澤太)

**はじめまして。**4月から農の会のメンバーにさせていただきました、西野由希子です。ほとんど平塚市で生まれ育ち、現在は平塚市の訪問看護ステーションで作業療法士として働いています。

2011年の震災をきっかけに、自分の生き方を見つめなおすようになり、さまざまところに顔を出し、いろいろな人の話を聞いたりしてきました。そして3年かかって、やっぱり農だということにたどり着きました。自然、お金、食べ物、人との関係性、自分の手足をつかって何かを創造すること、そして作業療法士としても…さまざまな面で、農から学ぶことがあるのではないかと思いました。お金を絡ませずに出入り自由で互いの存在を認め合える様な関係で農をしたい！と訴えたら、知人に紹介していただいたのがあしがら農の会でした。その後、農の会の方に笹村さんにつないでいただき、数人で笹村さん宅に押し掛けてお話をお伺いし、そこでまた感銘を受けて、メンバーでもないのに欠ノ上の田んぼの会の活動に参加させて頂いていました。ご縁あって、今回メンバーに入れていただけることになりました。

先日、お茶の会にも参加し、はじめて茶摘みをしました。日差しが強く、結構大変でしたが、自分で摘んだ茶葉で飲むお茶は、また格別の味わいでした。お湯を注いだ時の茶葉の様子や、お茶の色、お茶を注いだ後の残った茶葉も、毎回まじまじと見つめています。もともとお茶は好きで毎日飲んでいましたが、お茶を飲むのがとっても楽しみになっています。

他の会にもちょこちょこ参加したいなと思っています。どうぞ宜しくお願いいたします。(西野由希子)

この時期にしか作れない  
の梅しょうゆの作り方。

そろそろ青梅ができてきましたね♪  
今回は焼魚やドレッシングにもおいしい梅しょうゆのレシピです。

作り方は本当にかんたん！青梅を洗って水分をといたらフォークか包丁で梅にキズをつけピンに入れます。



そこに8分目くらいのしょうゆを入れ数日待てばできあがり！  
焼魚にかければさっぱり、ドレッシングにすればさわやかな風味になります。

梅の主成分であるクエン酸には強い殺菌力があり、腐敗防止、食中毒予防になります。  
疲労物質の乳酸分解を促進し、疲労回復効果あり。整腸作用と老化防止の交効果もある。いい梅を使えばぜひ作ってみて下さい。

冷蔵保存でかなり日持ちします。(お母さんの梅漬を思い出したい産後らう小川)

～卯月～ お知らせ ～皐月～

○卯月満月6/3 ●皐月新月6/16 ○満月7/2  
6/6[芒種] 6/11[入梅] 6/22[夏至] 7/2[半夏生]

**6月度定例会** \*担当:梅の里田んぼ(イマヤ↓)

6月13日(土)19:00～ 080-4298-2072

@いそしぎ1F第2技能訓練室(小田原市酒匂2-32-15)

◎お茶の会:5月31日(日)9:00～ 整枝、草取り作業

◎小麦の会:小麦刈り取り 6月7日(日) or 8日(月)  
9時～ ★天候次第で日程が前後する可能性があります。

◎大豆の会:6月27日土曜日(予備日28日)  
午前9時から播種機により大豆の種まきを行います。午前8時からトラクターにより機械小屋前の畑を耕します。(太田)

◎田んぼの会:5月30日を皮切りに、6月前半は各地で田植えが行われます。詳細は各田んぼに問い合わせを。

■講演会『TPPと農業改革』6月21日(日)11:50～13時  
～日本人の食と暮らしはこう変わる～

講師 鈴木宣弘氏 @梅の里センター2階 大会議室 **無料**

【問・申込】小田原食とみどり 080-5385-0465

◇小田原『まちなか朝市』@平井書店駐車場

6月14日(日)・28日(日) 7:30～9:30

**「パン屋開業しました。」**

通信が書いてあるお店

開成町でパン屋をしています、佐藤です。最初に農の会の記事を書かせて頂いた時は、まだお店が出来ていませんでした。お陰様で、お店がオープンして、もうすぐ5ヶ月が経とうとしています。開店してから、一人の力は本当に小さなものだと感じています。家族・友達・スタッフの協力、お客様の言葉から沢山の力をもらってます。

お店はベーカリーアスランといいます。開成町役場の目の前にあります。「アスラン」という店名には、パンを通して、お客様の明日へ向かって走る元気の一つになりたいという思いを込めました。実際、パン屋になると、自分がお客様から毎日元気をもらっていると感じています。小麦の会の皆さんにも来て頂いて、ありがとうございます！！とっても嬉しかったです。

この地域の玉ねぎや苺、ルバーブ、クレソンなど使ったパンも作っています。余裕が出てきたら、もっと色々な食材を使いたいです。自分のパンが買って下さった方の一食になるのは凄いことで、作り手として責任を感じます。安心安全で美味しいパンを目指し、この町に根付いたパン屋になれるよう、頑張ります。

これから開成町は、あじさい祭りのシーズンです。近くまで来られた時は、お気軽にお立ち寄りください。(佐藤陽平)

**ベーカリーアスラン** 足柄上郡開成町延沢 854 プラザ開成 106  
Tel. 0465-46-8452 定休日 水・木 営業時間 7:30～18:00

【通信が書いてあるお店】菜こんたん/ポタジェララ/カフェブラッサム/IN NATURAL/バックシュトゥーベ IMAYA/アイラナ/えれんな ごっせ ヨッパ/Capace/がらんどう/ かふえ・えりむ/和カフェ ChaCha/井上種苗/ハルノキ/越文/café sympa-38-/a ランド/ビーンズピレッジ/ササキ補習教室/NONCAFE/Cafe ひみつきち/チャルカフェ/mame 元 café/フロマー・ジュ/ベーカリーアスラン