

あしがら 農の会

通信 (旧)霜月～師走 **12** 月号

第175号 2016年神無月二十九(11月28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 (石井)

有機な仲間たち 其の55

「報徳ワーカーズ」

船越 徹 さん・井上裕紀 さん

みなさんこんにちは。小田原・足柄地域福祉事業所、報徳ワーカーズです。報徳農場という名前が皆さんご存知だと思いますが、報徳ワーカーズにまで至った経緯を少しお話ししたいと思います。

私たちは、特定非営利活動法人ワーカーズコープの一員です。ワーカーズコープとは協同労働で、働く人たち・市民がみんなで出資し、民主的に経営し、人と地域に役立つ仕事を起こす協同組合です。そして、全国では子育てや介護、BDF や農林業や清掃等、様々な事業を行なっています。そして、福祉、教育、環境、食、農、まちづくりなどで、公共サービスやコミュニティ事業に取り組みながら“総合福祉拠点”づくりを進めています。1次産業の分野では、福祉と結び付けて農業や林業を行う取り組みが増えてきています。

この小田原・足柄地域では、開成町で農業と福祉を結び付けて、“笑天”という名前で自立就労支援を行なっていました。内容としては、経済的な問題や家庭、健康上の問題など様々な課題を抱えた方に、農作業を通して自立に向けた支援を行なうものです。神奈川県生活困窮者就労準備支援事業、神奈川県生活困窮者等の農業体験・社会参加促進支援事業、神奈川県被保護者就労準備支援事業の3事業を神奈川県小田原保健福祉事務所足柄上センターから委託を受け、運営を行なっています。その途中に出会ったのが報徳農場でした。そして、報徳農場の理念である報徳思想と、協同組合の理念が一致するということで、今年度より報徳ワーカーズとしてスタートしたのです。また、今までの笑天を含め、これからの仕事おこし、地域づくりに向

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。

かって、小田原・足柄地域福祉事業所として歩いていくことになりました。4月には協同集會も開催し、数多くの方々に参加をしていただき、とてもいい門出とさせて頂きましたが、農業の難しさを日々実感しながら今日を迎えています。

全国でも、自然栽培パーティと連携したりして、無農薬のお米や野菜作りに取り組み事業所が増えてきています。例えば鹿児島では、学童や放課後児童デイ、若者サポートステーション等を運営していますが、そこで子どもたちと一緒に無農薬のお米や野菜を育て、それをおやつに利用したり、地域の人たちに販売したりしています。そこでは、にわとりも飼っており、少ない数ですが卵もおやつに利用していて、食育に取り組んでいます。若者サポートステーションでは、中間的就労として、子どもたちと農作業をしたり、養蜂に取り組んだりしており、そのはちみつもおやつに利用しています。

私たちが、今年度からお米とみかんを中心に自然栽培に取り組み、お米に関しては昨年度より収量が5割以下となってしまうりましたが、なんとか育てることが出来ました。

今年度より新しくスタートしてから半年以上が経ちましたが、農業の担い手も少なくなり、耕作放棄地も増えている中で、仕事に就けない若者や、社会の中で振り落とされた人達にも焦点を当て、農業を通じた活躍の場を創っていきたいと思っています。これからもよろしくお願ひします。

報徳ワーカーズ 船越・井上

TEL: 0465-83-1188

Mail: houtoku1188@gmail.com

～班目(まだらめ)田んぼ～ 今年からはじめた

家庭菜園ならぬ家庭田んぼです。

「空き地がいくつかあるけど畑か田んぼやってみる？」同じ自治会に住む方からのこの一言がキッカケでした。以前から「田んぼを最初から最後まで自力でやってみたい」と思っていた私はワクワクしました。田んぼの場所は足柄扇状地の出発点になります。広さは4畝弱です。しかし、いざ土地を借りて準備を始めると、そこは何年も空き地だったため水田にするまで多くの問題がありました。とりわけ田んぼの高低差を直すのが大変でした。幸いご近所の方がレーザー測量機を使って田んぼの高低差を出してくれましたので、それから何日も一輪車で土を高い方から低い方へ移動して均(なら)しました。

水はトンネル用水路から出てきたばかりなので冷たいです。そのためご近所の農家は早朝田んぼに入る水を止めて、夕方になって水を田んぼに入れるという水管理をしていました。私も「郷に入っては郷に従え」ということで同じように最後まで毎朝、毎夕、田んぼに通って水管理をしました。そのためか株は太く大きく育ち、収穫量も想像以上でした。

田んぼをやっていて印象に残ったことは、6月末に田んぼから一斉にトンボ(アキアカネ)が羽化したことです。早朝トンボたちが古い衣を脱ぎ捨てて羽化する姿は感動的でした。また、カニやモグラが想像以上にたくさんいたことも驚きました。彼らには数え切れないほど畦に穴を空けられました。ずっと空き地だったのでカニやモグラの方が先住者なのですから仕方ありませんが…。

今年初めての班目田んぼは、まずまずの形で終えることができました。やはり自分でやってみて初めて分かることが多かったのも勉強になりました。最後に、お忙しい中、たくさんの質問にも丁寧に答えてくださった農の会の方々、近隣の農家の方々に本当にお世話になりました。心から感謝申し上げます。(森田 進)

身体によい地中海食？

Ciao みなさん！私は南イタリアでこの記事を書いています。長靴の形をしたイタリア半島のなかでもここは三方を地中海に囲まれたちょうど踵の部分です。イタリアでは豊かな魚や野菜、オリーブオイル中心の地中海式食生活により健康で長生きができると言われていますが、イタリア人の友人たちのお腹周りをみるとこれは本当かな？肥満と糖尿病への道は朝食から始まります。朝食から甘いお菓子を食べるイタリア人たち。クロワッサンはプレーンだけでなくチョコレート、クリーム、ジャムなど甘さの種類も豊富です。これは健康的な1日のスタートといえるでしょうか？私が今滞在しているレッツェという街にはこの地ならではの菓子パスティチョッチがあります。これはカスタードがたっぷり詰まった甘いお菓子です。ランチでもディナーでもメインの前にいつも大量の pasta をいただきます。pasta の種類も形もたくさんあります。ここレッツェで一番人気があるのはオレキエッテというもの。直径2cm以下の丸い pasta で小さな耳たぶのような形をしています。不器用な私は長い pasta をエレガントに食べられずいつもソースをシャツや顔に飛ばしてしまい一緒に食べているパートナーの鬚をかってしまうので私にとってオレキエッテはちょうど食べやすい形と言えますね。一番典型的なオレキエッテの食べ方はシンプルに上に緑の野菜を載せて食べる方法。これだけみるとちょっと健康的ですね。 Paul Courtney (ポール・コートニー)

■あじさい田んぼ記

瀬戸知子

あじさい田んぼは、元の額田さんのぼち田んぼメンバーが新天地を求めて(?)金井島にやたら来てはや4年。最小限のお世話でおいしいお米を食べたいというグループ。たった7畝(でも最初の2年は、なんと4畝だったのです!)を5家族でやっています。

一昨年あたりは「草取りってなあに？」とうそぶく程に草の出ない田んぼでしたが、「最小限のお世話」がだんだんと功を奏し、今年あたりはかなり草を出してしまいました。ヒエがつつん、ミソハギ(?)がひとさき高く、稲の根元にはコナギ群が立派に…。

ぼち田んぼが発祥の「個人区画草取り責任制」により、一応メンバー一人一人の責任で草取りをすることになっているのですが、やはり「草取りってなあに？」とうそぶいた過去が習い性になり、ついついおろそかになりがち。

しかし、今年の稲刈りを見て隊長(瀬戸)はいたく反省いたしました。こんなことでは「あじさい田んぼ」の名が泣く。何としても来年からはしっかりと草取りをして、またいつの日にか「草取りってなあに？」とうそぶきたい！メンバー全員に喜んで草取りをしてもらうにはどうすればよいのか???

日頃、隊長の最も力を入れているのは宴会の日程調整ですが、この冬は来夏の草取り奨励策の苦心で頭を悩ます予定(あくまで予定)です。

それにしても今年の稲刈り頃の天候はまるで梅雨！あじさい田んぼも稲刈り日程を二度延期して何とか完了しましたが、全く右往左往でした。足柄平野のあちこちの田んぼで、コンパインの作った深い畦ちを見るたび、周りの農家もみんなわずかの晴れ間に無理をして稲刈りをしたんだなーと、心が痛みます。

いつまでも、お米や野菜を作って幸せに生きていける足柄平野でありますように(あ、いや、日本中、いや、世界中)。

『今年のお豆は…』

昨年は凶作だった。一体何故だろうか。夏には元気いっぱい太陽を浴び、成長していたから豊作を疑う余地はなかったのに…収穫したらほぼ半減。連作障害？肥料過多による蔓ぼけ？畝、株間が狭く密植？気候？雨量？と思いつく原因を挙げると共にそれらを踏まえ出来る限りの対策をとり7月3日に種まきをした。対策は下記の通り。

- ・ソバカスと大豆カスの堆肥だけをすき込んだ。
- ・畝間を30cmから50cmへ広げた。
- ・播種機を調整して播種量を半分にし、株間を広げた。
- ・畝を縦から横方向へ変更した事により播種が容易になった。
- ・リスク回避のため舟原田んぼ下の畑にも播種した。

発芽後、一箇所には2本出ている部分はそのままにし、1本のところだけ摘芯した。数日後、一部が何やらおかしいではないか。まるでウサギか何か小動物にかじられた様である。よく見ると苗株の先っぽが食べられていた。“食害”である。電柵を低く設置し対応した。また、その部分に追い蒔きを行った。夏の暑い中、草刈りや土寄せ作業で汗を流し、亜熱帯気候の雨季にでもなったかのような9月を乗り越えたが、その部分だけは成長が悪かった。しかしながら、残りの3/4は順調に生育し実は膨らみ私をワクワクさせた。収穫時期が難しい。今日まで青かった葉が1週間もすると茶色化へ一気に突き進む。また、機械小屋前の畑は他に比べてそれが早く、気温差が大きく影響を及ぼす。良く晴れた11月13日。とても気持ち良く収穫、脱粒作業を効率的に終わった。直後の計算では約100kg。乾燥後では1~2割減るだろう。

さてさて、『今年のお豆は…』という食害の影響を考慮した笹村さんの計算によると反収当たり180kgくらいになるそうだ。全国アベレージであり、神奈川県的一般農家が166kgと言われているので悪くない収量であった。これに他の畑分を加えた総量はきつと…。自然に笑みがこぼれる。昨年食べられなかった美味しい豆腐が復活しますよ、皆さん。(大豆の会 太田洋和)

■冬水田んぼ

欠ノ上田んぼでは冬水田んぼを始めました。湧き水があるいちばん下の田んぼを冬の間も、そのまま流し込むことにしました。小田原では3回目の試みです。冬水田んぼは場所によっては大変なことになる場合もあります。3年以上の継続ができるのかどうか。土壌の変化が起きます。どぶ田では底が抜けてしまいました。雑草の状態に変化が起きるようです。宿根草が広がることもありました。

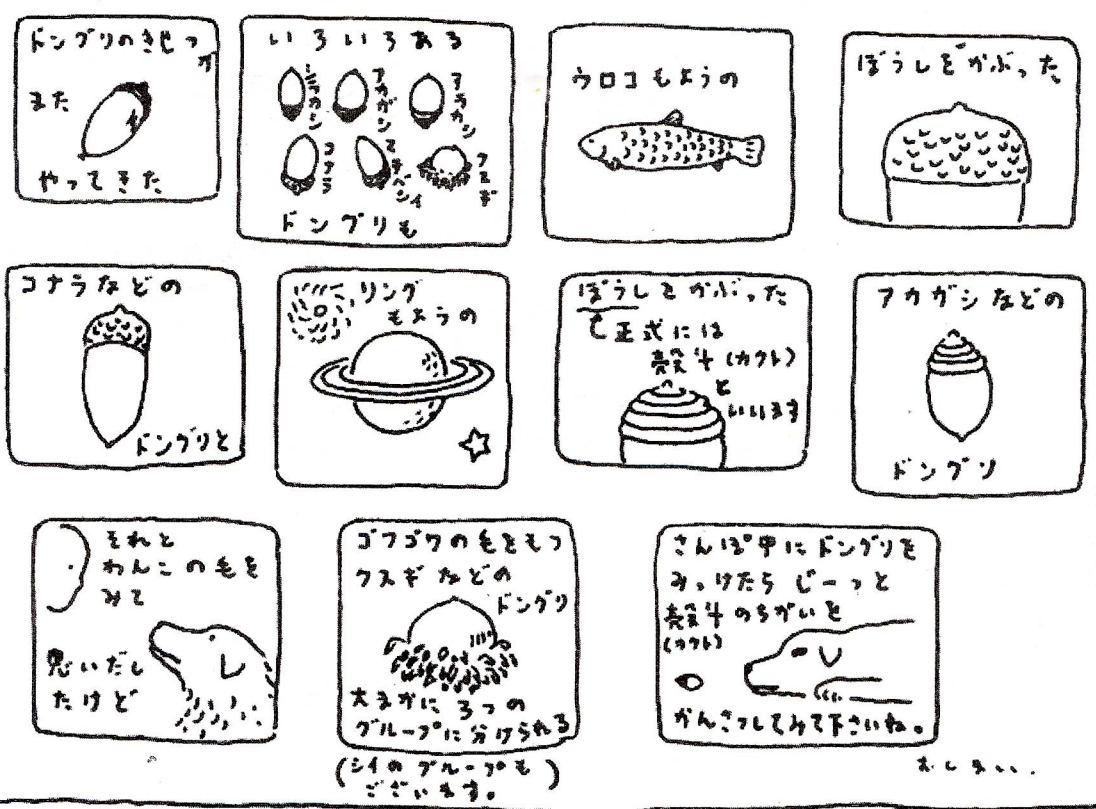
田んぼの収量は上がりました。生物多様性は感じられました。桑原で田ゲリが来たときはうれしかったです。意外に、生き物の少ない久野の田んぼでどんな変化が起こるのか、楽しみです。来ていた動物はタヌキでした。
(笹村出)

農のデータコラム★23

先月のお題のナット〜と江戸の朝は納豆売りの声から始まった。江戸後期の文政年間(1818~1829)で納豆の値段は今の80円くらいだから現在とあまりかわらないが、お米の精米価格は1キロ1200円。その頃高給取りの大工の年収が今の300万で、年の米への出費が70万円だから、なんと年収の23%が米代。江戸の三白「白米、大根、豆腐」は色の白い江戸の質素な食卓の定番の食材でしたが、その中の大根は1本200円、豆腐は1丁800円、(江戸の1丁は今の4丁くらいあったらしいから、いまなら200円)。醤油は1斗1500円以上、味噌はなんと100グラム1000円以上と高価！卵も1個150円とか。外食のそば、うどんは一杯260円、寿司は一貫150円、串団子が4個で70円、居酒屋の酒が一杯500円。このへんはあまり変わらないか、安い？その当時、家族3人の大工の長屋暮らしで、月の家賃が2万円。現在の東京都心の高給取りなら2DKで月20万くらい？江戸時代のエンゲル係数が相当高かったのか、今の家賃が高すぎるのか？こんな風に日本史を学べれば、どんなに興味を持てたでしょう？今回は「江戸の卵は400円」という本を読んだのですが、この表題の卵は吉原で買った、ゆで卵の値段でした。その他の値段でも、3日で届く江戸から大阪までの超速達の代金が140万円とか、芝居小屋の料金が7万円とか、いろいろ値段で比較すると非常に面白い！(黒澤太)

*11月24日、初雪・積雪(久野機械小屋付近は10cm位)。11月の初雪は昭和37(1962)年以来*****

田んぼとそのまわりの植物など その⑬



★2016年 Junkan 農園ニュース top 3 田中大樹

今年もたくさんの方々にお世話になり、充実した一年を過ごすことが出来ました。農業だけで生活出来るのか？という問いに、今までは答えられずにおりましたが、少しは、自信が持てるようになった気がします。野菜の値が高騰している影響もあるのかも知れません。相変わらず、農作業に追われる毎日でありましたが、いくつかの新たな挑戦にも取り組むことが出来ました。亀のような歩みではありますが、Junkan 農園の一年を振り返り、ご報告させていただきます。

第3位「水田除草に進歩」・・・除草剤を用いずに稲作の草を抑えることには、毎年苦勞しておりますが、今年は、水田除草機(手押し)の転がし)の後方の回転部分を外し、前方の船だけになった状態で、稲を押し倒すように前進したところ、株周りの除草効果が極めて高く、稲の生育にも害の無いことが確認出来ました。5反の初期除草を一人で行うことが出来ました。使用した除草機は美善というメーカーの3連タイプでした。

第2位「トレンチャー購入 豊橋へ」・・・まっすぐなごぼうを育てるために、植え穴を縦に深く耕す「日の出トレンチャー」という機械を、中古で購入。2トン車をレンタルして、愛知県豊橋市まで、受け取りに行きました。秋まきごぼうでは早速大活躍！来春の収穫が楽しみです。

第1位「西出式農法との出会い」・・・書店で偶然手に取った「西出式農法」。本の口絵にはトマトやキュウリのすばらしい育ちの写真がありました。茎葉の展開の様子が特に見事で、奇しくも私の恩師、赤峰勝人親方のきゅうり畑の姿とそっくりであったことから、良い野菜が出来るのならやってみよう！との思いで、生のもみながら米ぬか、微生物資などを投入して耕し、微生物の働きで土中発酵させながら、土の表面では野菜が育つという今までかんがえたことも無いような栽培方法でしたが、結果としては、トマトの木が暴れず、病気にもならず実が付き、また秋野菜の虫の発生もとても少なくなりました。何より、一作終えた後の次作までの期間が短くて済むところがすごいなと思いました。今後も継続してみようと思います。

最後に、来年に向けては、第3子の生まれる予定もあり、ますます忙しくなりそうですが、野菜作りを通して、少しでも世の中の役に立ちたいという志を忘れずに精進したいです。ありがとうございました！

Lomdii 流 冷えとり生活のススメ!!

～子宮 温めカUp!! 編～

朝晩ストーブに火をつけ、冬のおとずれを感じる日が
多くなりました。『冷え』が気になる季節です。
冷えは子宮系のトラブルの原因にもつながります。

子宮ポカポカ♡ 黒ごまと黒糖のくずせりー

子宮を温めて強化する黒ごまと黒糖としょうが。
血液浄化 整腸効果 体を温めてくれるくずを使った
真、黒い おやつです。😊 ♪ ♪ ♪
く(1分) 鍋にくず粉 20g と水 100cc を少しづつ入れ
よく溶かす。さらに黒糖 40g を入れ溶かし、中火にかけ、
黒ごまペースト 大1、しょうが汁 小1 を加えて良く練る。
とろみがついたら出来上り♡ 器に入れ 手ね粉(お好み)
振りかけて、温かいままいただく。冷やして固めても、

ロウゼン「自然体」スタジオでは新メニュー登場!!

- 女性10名様限定 プライベートサロン♡
- ※子宮インナーセラピー (タイ式がベース)
- ※子宮アロマトリートメント (女性ホルモンのバランスを整えるアロマオイルを使った全身オールハンドのトリートメント)

どちらか子宮を整えて全身を温めゆるめます。
とても気持ちの良い極上のひと時を味わえます♡
お気軽にお申し込み下さい。 info@lomdii.com (仲子)

◆里芋の柚子風味

11月12日、塚原のねもり農園で同窓会を行いました。畑の里芋、人参、柚子などを採り、みかんの枯れ木を切って薪にし、手作り味噌も使い、と手近な材料で芋煮会。併せて作った里芋の柚子風味が、超簡単で美味しかったのでレシピを紹介します。

【材料】

- ・里芋 (今回は竹の子芋使用) 1kg くらい?
- ・砂糖 (今回は三温糖) 半カップ 好みの甘さで適量
- ・柚子の皮を細切りしたもの 2個分
- ・塩 小さじ1
- ・日本酒 カップ 1/2

【作り方】

・竹の子芋や大きめの里芋は、皮むきをして食べやすい大きさに切る。

(六角柱風に面取りをすれば、仕上がりが京料理風)

・濃いめの塩水で軽く下茹でしてぬめりを取る。

(芋のぬめりが気にならなければ、下茹での必要なし。竹の子芋やかしら芋はぬめり取りの必要なし)

・鍋に芋が浸るくらいの湯を沸かし、日本酒 1/2 カップ程度と芋を入れしばらく煮る。

その後、砂糖とゆず細切りを入れ、しばらくして塩を入れ、柔らかくなるまで煮る。

(盛り付けた後の仕上げに、ゆずの皮のすりおろしを振りかけると京料理風)

里芋の食感とほのかな甘さ、柚子のさわやかな香りが広がって美味しいですよ! (大日向純子)



総会・自給祭のご案内

あしがら農の会は今年で設立 23 周年を迎えました。毎年この時期に総会と自給祭を行っています。今年一年の恵みに感謝しながら懇親を深めたいと思います。みなさまふるってご参加ください。

日時：平成 28 年 12 月 3 日(土)9:00～16:00 頃
(総会および自給祭準備の時間を含みます。)

場所：曾我みのり館 小田原市上曾我

参加費：大人 300 円 子供無料

持ち物：食器、飲み物、シートなど

タイムスケジュール

9:00 みのり館開館 準備開始

10:30～受付開始

11:00～総会

11:30～自給祭開始

はじめに各会の紹介・

集合写真も撮ります。

15:00～片付け 自給祭終了

- ★お米の食べ比べ・お餅搗き(田んぼの会)
- ★緑茶の試飲(お茶の会)
- ★手前味噌比べ・豆蔵販売?(大豆の会)
- ★大鍋(料理の会)

★会議室では農の会のあゆみの展示も行います。

★今年は甘味処を設けたいと思っていますので、お得意のスイーツの持ち寄りをお願いします。お汁粉も初登場。

★昨年大人気の関西風お好み焼きが今年もお目見えする予定です。

★最後はみんなで輪になって!音楽パフォーマンス♪

～お知らせ～

●霜月新月 11/29 ○霜月満月 12/14 ●師走新月 12/29
12/3-みかんの日 12/7[大雪]・11/21[冬至]

●冬の機械整備●

12/4(日) 9:00 久野機械小屋 担当:石井(舟原)

12/11(日) 9:00 金井島 内藤さん納屋 担当:上澤(親子)

*各グループ使用する機械のある場所で参加してください。

◎玉ねぎの会 12月10日(土)9:00～ 植え付け作業

*前日までに苗取りを行います。(日程未定) (笹村)

◎大豆の会 12月11日(日)9:00～ 大豆選別作業

今号が発行される頃には大豆の収穫、脱粒、選別作業が終わった頃で収量に一喜一憂している事でしょう。さて今年の味噌作りですが、1月29日(日)を予定しています。それに伴い28日が前日準備作業、1週さかのぼり22、23日が米麴の仕込みとなります。いずれも場所は機械小屋を予定しています。なお全体の収量がわかり次第、米麴、味噌仕込み口数を募集したいと思います。(おおた)

◇小田原まちなか 朝市 @平井書店駐車場

12月11日(日) 7時半～9時半 ★年内最終

【通信が置いてあるお店】ポタジェラ/カフェブラッサム/IN NATURAL/バックシュトゥーベ IMAYA/えれんな ごっそ/がらんどう/かふえ・えりむ/和カフェ ChaCha/井上種福/ハル/キ/café sympa-38-/ビーンズ/レッチ/ササキ補習教室/NONCAFE/Cafe ひみつきち/mame 元 café/フロマージュ/ペーカリー-アスラン/fumoto/ Rythme hair dressing/グロット/悠久庵/縁-にし-ナヲヤカフェ