

あしがら 農の会

通信 2017年 3月号

第178号 平成29年2月26日(2017.2.22)発行

発行 NPO 法人 あしがら農の会 <http://nounokai.com/>
代表 岩本 正 090-9820-4221(携帯)

編集 石井智子 090-3502-1353(携帯)
bombalurina@savanna.dti.ne.jp (石井)

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。

有機な仲間たち 其の56

「試み方が新鮮」

井上 駿 さん

笹村さんに初めてお目にかかったのは2003年2月、藤沢の相原伸光さんのお宅で有機農業グループの見学会があった時のことだと思います。当時私は、発足したばかりの有機JAS制度に対応すべく関東地区で立ち上げた有機農業の認定機関「有機農業推進協会」の副理事長兼事務局長をやっていました。

相原さんの所でお会いしたのがご縁で、笹村さん達が小田原とその近辺で取り組んでおられる「あしがら農の会」の会の会員がやっている田圃を、笹村さんの田んぼをはじめとしていくつも見せて頂く機会が何度かありました。それというのも、私は農林水産省の農業試験場に各地で勤務し、特に長かったのは埼玉県鴻巣市にあった農業技術研究所の分室で、稲に水がどれだけいるのかという研究を若い頃10年以上続けていて、農水省を退職した後も稲についての関心は捨て難く、特に有機農業の稲作の現場には興味があったからです。

しばらくご無沙汰していたところへ、今年の春笹村さんから声がかかって、いろいろと新しい除草法を試みているので見に来ませんかとの話、早速出かけて行って久野から桑原まで10ヶ所の田んぼを見せて頂き、それぞれの田んぼの作り方を、冬作を工夫して除草剤を使わない除草法を中心に、説明して頂きました。特に感心したのは、それぞれの方がそれぞれの工夫で実にいろいろな試みをしていることでした。ヘアリーベッチ、レンゲ、ホワイトクローバー、クリムソクローバー、大麦と、冬場の雑草を抑えるために様々な草たちやそれらの組合せを試みていました。

7月にはもう一度お邪魔して全部の田んぼを廻り、稲の育

ち具合を皆さんと一緒に観察しました。一つの方法をみんなで作ろうというのではなく、みんながそれぞれの工夫で進めている点が試験として素晴らしいと思いました。それで「試み方が新鮮」という標題にしたわけです。

有機水田の除草法は、民間稲作研究所の稲葉光國先生たちによって開発され、各地で成功を収めているものの、田んぼ一つ一つの条件が違うので、原則はあってもなかなか簡単にはいかないのが実態です。それぞれの有機農家が原則を踏まえつつその田んぼに一番合ったやり方を見つけるまでには結構時間がかかるものです。そのような事例が山ほど集まって、その事例を作り上げた人たちの中から現場にぴったり合った方法が生まれてくるのだと思います。このような事例を丹念に集めて、成功の条件を解析するのが研究者の仕事だと思いますので、今年はずっと本腰を入れてあしがら農の会の水田除草法の解析に取り組みたいと思っています。

あしがら農の会の運営方針も面白いですね。いくつかの小さいグループの集合体で、全体としては緩い絆でつながっているという印象を受けました。その方がそれぞれの自主性と工夫を活かせるのでしょうか。これも標題を「試み方が新鮮」とした第二の理由です。

井上 駿 技術士事務所井上農研代表
PC アドレス: inouessm@jcom.zaq.ne.jp

080-5485-9708

大豆の会：味噌作り（味噌玉づくり編）

1月29日(日)先週仕込んだ米麴を使って、いよいよ味噌玉作りを行ってきました！なんと、朝の5時から大釜に火を起こして大豆を煮込んでくださっていて感無量！！そんな中、いつも共同購入されているポルトガルの自然塩も準備。今回私は塩の中でも最強と思っている「皇帝塩」を持参してきていたので仕込みには使いませんが、このポルトガルの塩を使ったお味噌を味見させていただいたところ大変美味！！今度はこの塩でも漬けて、味比べをしてみたいなあ。と思いつつ。うまうまいっているのか判断の難しい初の米麴と塩を混ぜ込んで、グツグツと煮込んで頂いた大豆を足で潰して味噌玉作り。ここはそんなに難しくなく黙々とみな作業に勤しみました。あとは保管管理だけを気をつけて半年後にはいい感じに仕上がっているようにと祈りも込めて。

一通り作業が終わったあとは、持ち寄りのランチタイム！みなさんの素晴らしい逸品の数々をお持ちよりいただき、大家族気分でお昼を楽しみました♪小さな子供達も一緒に楽しんでいて、毎日口に入れるものがこうやってできているのだ！ということを目で見て体感しながら知ることが出来るというのは本当に素晴らしいなあ、としみじみ。火を起こして頂いているおかげで、ここでの作業エネルギーも自給できていて。こういった人が本来持ち得ている知恵や、技術や、能力といったものが自分自身まだまだ十分に活かされていないな、とひしひしと感じました。生活に必要な基本的な部分がみんなの力でまかなえるようになった時、きつともっと想像を超えるような機会や場を作ることみんなの力が注がれてもっと素敵なお味噌が生まれてくるんじゃないかと、予感したそんな1日でした。

味噌仕上がりの8ヶ月近く経つまで待ち遠しい限りですが、今年のお味噌には私の手前味噌も並べられるのがちょっとうれしいです。みなさま1日大変おつかれさまでした！みんなのお味噌が今年も素敵に仕上がりますように。

大豆の会：井上瞳

炊飯器で作るすっごくあま〜い甘酒レシピ

用意する物：炊飯器、温度計、布巾、米麴 800g、60° cのお湯 1200cc (麴の約1.5倍)

* 炊飯器(釜)に味噌仕込み用で同時に作った米麴と60° cのお湯を入れて混ぜる。

* 炊飯器は「保温」に！！

* 釜に布巾を被せ、蓋を少し開けた状態(完全に閉めないこと)で6~8時間置く。

途中かき混ぜて温度チェック。出来るだけ60° c以上にならないように。

たったこれだけで、あま〜い甘酒の出来上がり！

今回の味噌作り時に提供した甘酒は前日の午後5時頃作り、午後11時に炊飯器のスイッチを切り、蓋を閉め朝までそのまま置いたものでした。

(太田妙子)

●ジャガイモお願いします

「ライスにしますか？パンにしますか？」と日本のレストランで尋ねられると、本当のところ私は「いや、どちらも結構です。ジャガイモが欲しいですが…」と答えたいです。フライドでも、ゆでてでも、マッシュでも、焼いてもOK、ジャガイモさえあればどのような調理法でも構いません。とにかくジャガイモがないと食事にならないのです。

イギリス人にとってジャガイモはつまみや飾りやつけ合わせや総菜ではなく、主食なんです！と言っても、もちろんパンを軽視するというわけではありません。現在の一人当たりの平均パン消費量は一日90グラムだそうです。その大部分はサンドイッチか朝食のトーストか午後の軽食として食べられています。テーブルを囲んでちゃんと食事をする時、パンが置いてあっても、イギリス人はどうしてもジャガイモを食べたいのです。だからイギリス人の平均ジャガイモ消費量はなんと一日280グラムになります。これに比べて、日本人の米消費量は一日大体120グラムだそうです。もちろん発熱量と水含有量はずいぶん違いますが、どれほど我々イギリス人にとってジャガイモが大事かということがわかるでしょう。

ジャガイモがヨーロッパの主食になったのは18~19世紀です。炭水化物だけでなくビタミンCやカリウムや食物繊維など体に良い物がたくさん含まれたこの素晴らしい作物の普及のお陰でヨーロッパの農業生産は急速に増えました。これはあの時代の人口の爆発的増加の大きな要因ともなりました。色々な影響によってイギリスの食生活は段々変化していますが、ジャガイモはまだ抜群の人気を誇っています。

Paul Courtney (ポール・コートニー)

●ピーナッツ味噌

1、サラダ油(大さじ3)をひき、生ピーナッツ(200gくらい)を薄皮ごと炒める。薄皮に抗酸化作用などの効果があるそうですが、薄皮付きがなければ薄皮なしのピーナッツでも大丈夫です。

2、チリチリという音が鳴り始めたら、砂糖(大さじ3)、酒(大さじ3)を入れ、中火で炒める。

3、とろみがついたら火を止め、味噌(大さじ2)を混ぜる。冷めると固くなるので、ゆるいと思うくらいでとめたほうがちょうどいいです。

(木下千夏)

《油揚げのピザ》

糖質カットして痩せメニュー！

1. 油揚げを好きな大きさに切る。
2. 油揚げに、ピザソースを塗る。
3. ピザ用チーズをのせる。
4. トースターやオーブンで焼く。

お好みで、ハム、玉ねぎ、ピーマンなどトッピングしても美味しいです♡

(里和知子)

「これからの地域農業」：講演会の企画

世界一の野菜の市場が東京の大田市場です。その中でも一番大きな取引の会社が東京青果です。その専務取締役の笹部正氏の講演会を農の会で企画しました。農の会の生産者の流通は宅配を中心とした、流通の原点なような、素朴で小さな形です。最大規模の流通と、最小単位の生産者に、どういう接点や学ぶものがあるのでしょうか。自分の食べ物を作るという事だけで、日本全体の流通と無関係ではないのではないかと。こう考える人が多いかもしれません。

あしがら地域の農業は年々厳しさを増して、農地も農業者も減少しています。地域の農業は展望を失っているようにも見えます。しかし、足柄地域の素晴らしい環境と暮らしは農業によって維持されています。失ってしまえば取り戻せない地域農業に、どのような展望があるのか。このことを模索するのが農の会の目的でもあります。摘果みかんの商品化取り組み。オリーブの取り組みが小田原では芽生えています。東京青果の全国で行ってきた地域おこしの経験を聞かせていただき、何かヒントをいただこうという企画です。是非とも一緒に考えて頂きたいと思えます。

先日、先行して大田市場の見学をさせていただきました。関係のないと思っていた、巨大市場が実に人間

味あふれたものでした。小さな農業には縁がないと思っていた市場が、実は素朴な宅配と変わらない人間的なものだと気づかされました。ヒントが溢れていると思いました。今市場の流通も、大きな転換期にあるそうです。市場も変わろうとしていると感じました。今起きている新しい方向性を知ることは、必ず地域農業に繋がることだと思いました。

大田市場にある日本全体の生産と流通の新しい方向を聞かせていただくことは、自分の小さな農業にも、大きな意味が有ることを、再認識する機会にできるのではないかと考えています。田んぼの会で自給的にお米を作ることも、大豆の会でお味噌を作ることも、お茶の会で自分の飲むお茶を作ることも、実は日本全体の農業にとって大きな位置づけがあるのではないかと、改めて考え直しています。我々の小さく素朴な原点のような農業が、もしかしたら、日本の未来に繋がっているのではないかと。そういう新しい視点がこの講演会で気づかされるのではないかと期待しています。一人でも多くの方に参加していただき、考えてもらう機会にしたいと思います。よろしくお願ひします。

あしがら農の会 笹村 出

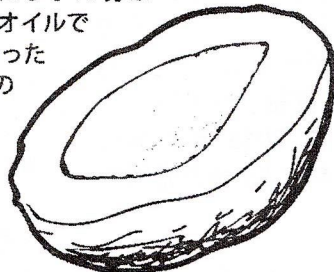
大浦湾の宿でちょっと料理してみました。

沖縄では辺野古の新基地建設をめぐって、各地の市民が連日、キャンプ・シュワブのゲート前で座り込みを続けています。私も短い休みを利用して、2日ほど座り込みに参加してきました。宿は自炊だったので、近くの直売所で調達した食材で簡単な料理をつくりました。

青パパイヤのサラダ

夏みかん2個分くらいの大きさの青いパパイヤが150円で売ってました。割ってみるとタピオカのような種がぎっしり。ネット検索すると、炒め物やサラダに使うということでした。皮をむきスライスしてかじってみました。かなり硬い。熱れ加減によるのかもしれませんが、生食はきびしいので、粗めの千切りにして10分ほど茹でて、塩とビネガーとオリーブオイルで和えました。シークアーサーはなかった

んです。残念ながら。でも固茹でのじゃがいもみたいな食感でわずかに甘くて美味しゅうございました。このあたりでは、庭にもよく植わっていて、小田原で言えば柿の木くらいポピュラーな植物です。



さくな（長命草）のナムル

見たことのない青菜が売っていたので、思わず買いました。さっと茹でれば食べられそうな気がしましたが、これがてごわい。5分おきに味見をしましたが、いつまでたっても柔らかくなりません。そのうちあんなに綺麗だった緑色が、オリーブ色に変色した30分後、なんとか食べられるくらいの柔らかさになりました。

味は、明日葉みたいな感じ、若干の苦味と青臭さ。ごま油と塩で和えました。

別名の長命草の名のとおり、栄養豊富な草らしいです。1株食べると1日長生きするとのこと。野草マニア向けです。

国府津在住・加門史裕

■「これからの地域農業」～市場の視点から～

講演：笹部正（東京青果株式会社専務取締役）
事例討論：摘果みかんの取組（ジョイファーム小田原）、オリーブの取組（小田原市農政課）
日時：3月12日（日） 14:00～16:00
場所：小田原市保健センター2階 大研修室
（小田原市酒匂2-32-16）鴨宮駅南口徒歩15分
* 入場無料（主催：小田原有機の里づくり協議会）
問合せ：0465(33)1495 小田原市農政課

★春一番：2月17日（去年より3日おそい）、最大瞬間風速26.1m、4.5～18.5℃。春二番（？）：20日。最大瞬間風速23.8m、2.6～19.2℃。

～お知らせ～

●如月新月2/26 ○如月満月3/12 ●弥生新月3/28
・3/5 [啓蟄] ・3/20 [春分]

3月度定例会 * 担当：新永塚田んぼ（大瀬）
3月11日（土）18:30～

@生涯学習センター「けやき」第四会議室

◎小麦の会：3/5（日）9:00～ 草取り、石窯ピザ会

NEW! 『★あしがら農の会・機械管理用掲示板2016』
<http://nounokai.com/epad/epad.cgi>

◇3月の小田原まちなか 朝市 @平井書店駐車場
は、お休みです。

【通信が置いてあるお店】ポタジェラ/カフェブラッサム/バックシュトゥーベ IMAYA/えれんな ごっそ/からんどう/かふえ・えりむ/和カフェ ChaCha/井上種苗/ハルノキ/café sympy-38-/ビーンズビレッジ/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/グリット/悠久庵/縁-えにし/ナヤカフェ/ロコモア

2017年 農の会お茶摘み 参加者募集!

～農の会では休耕地のお茶畑をみんなで管理して、毎年お茶摘みを楽しんでいます。自分で摘み取った新茶のおいしさは格別ですよ♪どなたでも参加できます。～

*お茶摘み

日程：①4月30日(日) 午前9時～
雨天の場合の予備日は5月7日(日)

②5月 3日(水) 午前9時～
雨天の場合の予備日は5月5日(金)

場所：小田原市久野 坊所(公民館すぐ前)

参加費：1グループ登録料 500円

お茶代一口 3000円

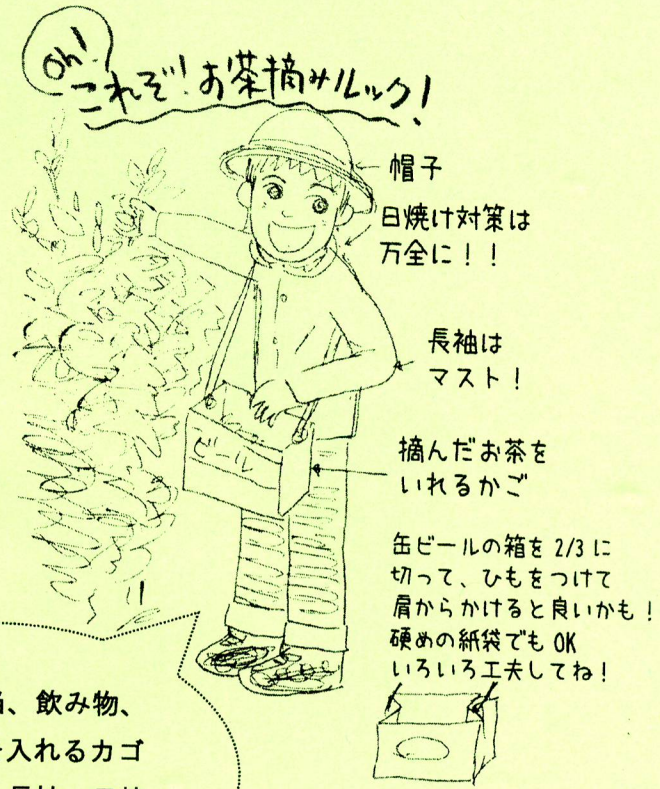
※一口は6.3キロの生茶を摘んで、1.2キロ

(100g×12本!)のお茶ができる量です。

1日で6.3キロ摘みきれるようにグループでの参加をおススメします。初心者の方は3人で、ベテランは2人が目安です。

おひとりで心細い方はステキなお相手をごちらでお探しいたします。

お気軽にご相談ください。



持ち物：弁当、飲み物、
摘んだお茶を入れるカゴ
服装：帽子、長袖、日焼け対策は万全に!

*お茶の分配&tea time!

5月7日(日) 午後1時より 小田原市栢山 尊徳記念館

出来たお茶をみんなで袋詰めし、分配します。

作業のあとは新茶を飲みながらティータイム♪おやつを持ち寄り大歓迎♪

この日に参加できない方の分のお茶は着払いで送ります。(送料、包装代は自己負担です)

*草取りについて

お茶摘み後から秋にかけて草取りの時期になります。お茶畑の草取りに2回参加して下さい。

お茶摘み当日、参加できる日を確認します。どれも午前9時～半日程度の作業となります。

なお、天候不良で延期の場合は1週間後に行います。

① 5/24(水) 草取り ② 6/25(日) 草取り、整枝 ③ 7/23(日) 草取り

④ 8/27(日) 草取り、施肥 ⑤ 10/22(日) 草取り、整枝

登録申し込み締切 4月9日(日)

申込&お問い合わせ：申込担当 市原 メール nounokaiocha@gmail.com Tel.090-8333-1314

※できるだけメールでお願いします。件名は「2017 お茶摘み登録」

※登録後、連絡事項はメールで一斉送付します。

※作業日は天候により変更になる場合がありますので登録メールはチェックしてください。

