

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。

《ウスバキトンボ その2》

田んぼの生き物たち ⑪ 山北田んぼ 桑原 俊一

今年の梅雨は、毎日毎日雨、たまに曇で日照時間は短く、これぞ梅雨という感じでした。おかげで野菜の出来も思わしくなくスーパーの値段も高目になっていました。ところが、農薬を使わない山北田んぼでは、雑草、特にコナギが我が意を得たりと稲の周りにぎっしり生育していました。米の収穫を考えると草取りは必須で、7月初めに3日かけて実施しました。

そんな中で癒してくれるのがアマガエル、コオイムシ、イトトンボ、ドジョウ、サワガニなどの生き物たちです。なかでも、この時期ウスバキトンボは注目です。前にも書きましたが、ウスバキトンボは日本の冬には寒さに耐えきれず絶滅するけど、毎年南方から移動してきて、梅雨のころ神奈川県あたりでも見ることができます。そして、お盆のころには最盛期となり、精霊トンボとも呼ばれています。草取り3日目には、これまで見なかったウスバキトンボのヤゴの抜け殻があちこちに。午後になって疲れた腰を上げると、なんとウスバキトンボの群れが。しかも、草取りをしている人の周囲のみで飛んでいたのです。不思議な気分になり、無農薬のお礼に来たのか、先祖が何かを伝えに来たのか、辛い作業を励ましに来てくれたのかなどなど、妄想してしまいました。そのおかげもあって、草取りを元気よく続けることができました。また、妄想中に、何とか1枚フォーカスピッタリの飛ぶウスバキトンボの写真を添付します。これがウスバキトンボです。見覚えあるでしょ。



通信 二〇一九年 8 月号

第207号 令和元年旧水無月二十二日(2019.7.24)発行

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

代表 根守 良一 090-8496-3506(携帯)

編集 石井 智子 090-3502-1353(携帯)

bombalurina@savanna.dti.ne.jp (石井)

MAGOの森(仮称)

笹村 出

小田原市久野諏訪原に近藤植木さんの園場があります。大豆の会はここを倉庫として使い、味噌造りも開催しています。

大木があるら反歩の森です。海に見える美しい森です。子供達が遊べるような森にできないかと計画が立ち上がりました。

一本の果樹を自分の樹木として登録し、実りをいただくことができます。その責任として草刈りなどの管理を行います。現在、メンバーが11名になりました。10名と考えていましたが、もう少し増やせるかと思えます。特に子供の居る家族歓迎です。

大豆の会

磯崎 悦子

こんにちは。7月7日大豆の種まきに初参加致しました。天気予報では完全に雨予報。初参加なのに、雨の中の作業になるのか…と軽く憂鬱でしたが、お天気はなんとかもち、帰り際には薄日もさしてきて、大豆の会ってすごい！神がかっているかも(?)とってしまいました。

主人は定年退職を機に、自然農法に取り組み始め5年がたちました。私はしつこくお手伝い程度、という感じだったのですが、昨年私自身の退職を機に本格的に取り組み始めました。今ではすっかり農業に魅了され、はまりまくっています。毎日の天気予報は欠かさず見ますし、愛読書は「現代農業」になってしまいました。無農薬、無化学肥料、無動物糞で、安心・安全な野菜、本物の野菜作りを目指しています。健康な土作りは健康な野菜を育て、健康な身体を作っていく。それは自分の育てた野菜を食べて、まさに実感です。そして、健全な土壌は環境を守っていくことにもつながると考え、微力ながらも頑張っています。

味噌づくりは以前から興味がありました。スーパーで買う味噌に物足りなさを感じ、本物の味噌に出会いたいとずっと思っていました。今回、藤崎さんのご縁で大豆の会に参加でき、感謝です。皆様とのご縁にも感謝しつつ、おいしい味噌づくりに期待しています。今後ともよろしく願いいたします。

農のデータコラム★53 世界全土のわずか24%しか耕作可能地はありませんが、そのうちの33%しか肥沃な土はなく、その中の15%が一番肥沃で生産性の高い土はチェルノーゼムという東ヨーロッパ、北アメリカ、中国東北部、南米パンパなどに分布する黒土である(麦、トウモロコシ向き)。黒土というと肥沃なイメージが私にもあったので、**日本の黒土**も同じ種類かと思ったのですが、日本の国土の31%の黒土は黒ボク土という種類なのです。(残りの30%が褐色森林土、10%が低地土、10%が赤黄色土、7%が未熟土)この土は活火山の周りがある火山灰が土台の腐植が多く含まれる土ですが、アルミを多く含み、リン酸欠乏になり、腐植が分解しにくく、作物に栄養をわたさない性格の土なので、昔は作物がとれない土として農家から見られてきました。(粒が細かくて耕しやすく保水性が適度にあるために、根菜類には適してはいたのですが…)だが、土を水に沈めると、養分が取り出しやすくなり、水田に水を引きこむと養分が補給された上に、連作障害も起きにくくなるので、この土を生かすのに雨の多い日本では水田栽培として利用してきました。第二次世界大戦後の高度経済成長期の化学肥料の利用からは、畑、牧草、果樹にも利用できるようになり、現在は日本の畑の47%は黒ボク土が利用されています。しかし、日本はリン酸肥料を全面的に中国、アメリカからの輸入に頼っているため、今後、採掘量の限界説がある中で、これからの日本国土の31%黒土利用の農業を支えるためには、リン資源をどうやって手に入れるかが大きな問題です。

(Futoshi Kurosawa 黒澤 太)

◆有機農業塾 第四回目(7月14日)

浜田信子

～「有機農業塾生2年目の感想」～

夫婦でようやく一人前で今年も楽しく続けさせてもらっています。自給農を開始してから19年目になるのに 野菜づくりのレベルはお粗末で 塾生2年目の今頃になってはじめて、途切れることのない自給野菜を手にするようになり 連日笑いが止まらない浜田です(^)/ これもみな 野菜づくりのプロの根守さんが時間を割いて周到に事前計画をされ二度目でも三度目でも嫌な顔もせず指導して下さるお陰。それに 渡部さんを筆頭に圧倒的な時間と労力を割いて補助して下さっている皆様のお陰。塾を作るために尽力奔走して下さった笹村さんや地域で力のある方々のお陰。楽しくて為になって その上に懐に安すぎる塾が他のどこかにあるでしょうか?この新聞を読んだ方の中で来年は参加してみたい気持ちになられた方いたら嬉しいです。そういう方の為にも来年は何とか卒業したいです。以下600字迄ベトナムの話

6月末に夫と2人ハノイに行ってきた。ハノイ市街は空気悪い。バイクが500万台!信号少ないスピード出す。農家体験昼食付ツアーに緊急避難した。で田植え体験レポ→昼飯ウマ/10cm角に5本植え/線引かずバックで植える/三期作/水管理不要/スコール多い/米輸出国!/←地球温暖化怖くない?/ライチ激安激ウマ/ベトナム米=Iさんの香米 夫…稲刈りには行くの? @@?

(((7月の作業内容))) 今回の予定は8月の人参播種に備えた土壌の太陽熱処理開始、里芋や夏野菜の追肥、草取りなど。予定していた14日に大雨予報が出たため、来れる人は13日に作業し、数名は14日に実施。両日共に大して降らなかったのは幸い。浜田さんは強力な晴れ女だそうです。両日共に参加できない人の分も、1年目、2年目の数人がやってくれて、全体が無事終了しました。(根守良一)

vvv 石垣島便り ④ vvv 笹村 出

6月後半に梅雨が開けた。本島より一週間早い。7月初めがサガリバナの季節である。サガリバナは大木に2メートルもある長い花房を下げて咲く珍しい熱帯の花。夜にだけ咲いて、花は朝までにちぎれるように一花ごとに踊りながら落ちる。早朝にパラピドーにある多福農園にゆくと、熱帯睡蓮の咲く池に落ちるサガリバナを見ることが出来る。パラピドーは戦後開拓で、周辺の島から入植した地域である。こうした入植地が石垣島にはとても多い。多福さんは多良間の方で、偶々多良間の方と話されていたのだが、全く石垣の言葉とも違っている。

稲刈りはほぼ終わり、次の田植えの準備に入った田んぼもある。田植えと稲刈りが並んで行われている不思議な光景なのだが、水の管理は難しいことだと思う。パイナップルとマンゴーが最盛期である。パイナップルは黒の寒冷紗が掛けられている。マンゴーは石垣でもハウス栽培である。雨よけ栽培をしないと難しいと言われていた。それはパッションフルーツも同じようだ。味の濃厚な島バナナもあるが、最近は普通バナナと交雑させた新品種など大型種も出てきている。様々な熱帯果樹が石垣の熱帯農業研究所で品種改良がされている。

●「だれもが知ってる金次郎？」 瀬戸知子

「教科書の社会史」(中村紀久二、1992、岩波新書)という古い本を読んだ。中村氏の研究によれば、我が郷土の偉人、二宮金次郎(尊徳)は、明治の20年台にいくつかの教科書で取り上げられ、30年台になるとほとんどの教科書に登場、あらゆる徳目を備えた人間として特に修身の教科書では引っ張りだこになる。が、しかし、それまでは実はほとんどの日本人が知らない存在だったらしい。

なぜ急に金次郎は教科書に頻出するようになったのか？そして、栢山・小田原だけでなく、あまねく日本中に知られる人となったのか？

尊徳の高弟の一人である報徳社社長、岡田良一郎は明治23年衆議院議員に当選。その息子がのちに文部大臣になっていた。息子の文部省内での出世と教科書の尊徳教材の増加が一致していると中村氏は見ると中村氏は見る。

また、政治を語らず、勤勉と儉約を強調して農民の生き方を教える尊徳は、為政者にとって都合の良い人物であったとも。

確かに、世に知られているのは、親孝行で、捨て苗を活かし、薪を背負って勉強した少年時代の金次郎ばかり。まさにそれが教科書の採用した逸話だったのだ。のちに報徳仕法を打ち立て、地元のみならず他藩・他家でも改革立て直しの腕を振った経済学者の一面はほとんど知られていない。教科書、恐るべし。

そういえば、全国津々浦々の小学校に金次郎像の建つのも某石屋の営業活動の賜物と聞いたことがある。なにごとにも理由のあるものなのだ。

21年目を迎えた親子田んぼは、現在黒グアイと格闘中です。夏の草取り作業軽減のためにはじめた不耕起を続けること数年、ツンツンと生えてきた黒グアイ。コナギや稗には用心していたものの手が足りないのを理由に放置していると地下に芋をつくり地下でランナーを伸ばし、瞬く間に田んぼ全域を覆っていきました。転がしや手での草取りも焼け石に水の状態。分けつも進まず、収量も下がる一方。何とかしなくては！今年度は、稲刈り後すぐに粗起こしをして、地表に出た芋を凍らす作戦を2回。春になり水が入るとすぐ、いつもより早く代掻きをすると冬の間に凍ったのか中身のない芋を含めて、ものすごい量の芋がプカプカと浮いてきた。2週間してコナギの絨毯になってきたところで2回目の代掻き。コナギに混じって、またものすごい量の芋が浮いてくる。ざるで掬っても掬ってもどこかから湧いてくるよう。目視できる芋を必死で拾って歩いたが、6月1日の田植え後、すぐにツンツンと残党が生えだした。幸い田植え直前の代掻きが、いつもの転がしの代わりになっているようで、まだコナギが生えてきていないので、とにかく黒グアイの芋を落とさぬように手で草取りすること1か月で、3枚の田んぼのうち一番ひどい1枚をやり終えた。田植え直前の2回の代掻きは、一定の効果をみたものの、転がしができなかつた残りの2枚では、コナギやオモダカがわさわさと繁殖中。ちゃんとした検証と計画のできない親子田んぼは、今年もまだまだ草と格闘しています。(親子田んぼ 河合 晶子)

<農業塾わからんちん>③

小松かおる

クワ(英語 hoe)とは？ その2

【日常生活道具としての鍬】鍬は中国、インド、アフリカ、インドネシア、ヨーロッパなど、世界各地で遠く古い時代から生活の道具として使われ、時代に合った鍬が出土しています。紀元前5千年前のヨーロッパの洞窟の壁画には鍬の絵が描かれているそうです。日本では「野鍛冶」と呼ばれる無名の職人が、地域の農民と共に生きながら、使う人の体型や性別などに合わせて鍬を作ってきました。小田原の鍛冶屋について、小田原高校向かいの城山庭球場が鍛冶屋曲輪と言われる曲輪で(石碑あり)、甲冑師や刀工が集団で住んでいたそうです。鍬も作ったのでしょうか。

【鍬が登場する昔話:しょうぜんどん】さすが身近な道具！鍬が登場する昔話があります。昔、福岡で大洪水があり、上西堰(かみにしげき)が流され、秋月藩の百姓たちは田に水が引けなくなってしまった。上西堰は黒田藩の領地にあり、秋月藩の水も黒田藩に流れるようになったため、黒田の代官は堰の作り直しを認めなかった。そこで、上西村の、知恵も力も人並み外れた大男「しょうぜんどん」が、何度も何度も作り直しを願い出た。うんざりした黒田の代官は「一鍬幅の溝ならよい」とつい許可を与えてしまう。これを聞いたしょうぜんどんは村に帰ると鍛冶屋を訪ね、一晩かけてとても大きな鍬を作ってもらった。百姓たちと協力し、一鍬幅の堰ができた。大きな溝から水が流れるのを見た代官は悔しがらばかりだった。しょうぜんどんの「一鍬掘」のおかげで上西村の田は元の青田に戻り、しょうぜんどんの事はいつまでも語り継がれたという。

★ミャンマー・食生活の楽しみ ⑨揚げパン

(親子田んぼ 梅崎利通)

ミャンマーでは食べ物は道端で手作りしてそれを売るのが基本です。だから誰が作ったおかずか総菜か、はっきりしています。日本では機械で作ってスーパーで売るのが主流で、生産者の顔が見えない食べ物が殆どですが、彼の地では家や道端で加工し路上で販売する昔ながらの食生活です。目の前で作るその職人技を見ているだけでも楽しいです。その一例がイジャグエという、いわば揚げパンがあります。所々の通りの辻で、板の上にお餅かうどんのように、こねた小麦粉を平に伸ばし、長さ20cm幅5cmくらいに切って、真ん中に縦に筋を入れ、熱い油の大きな鍋の中に次々と入れます。するとポワッと膨らみ、長さ30cmの二本の棒状のドーナツか揚げたパンみたいなものが、くっついて出来上がります。人々は朝早く何本も買いにやってきます。とにかく、ミャンマー人は老若男女これが大好きです。温かいうちに食べるのがコツで、冷めて時間が経つと美味しくはありません。カロリーが高すぎていっぱい食べるのは健康に好ましくないのに、みんな全然気にしないで2本くらいぺろりと平らげます。道端の茶店ではどの客も小さな椅子に腰掛けて、道行く人をのんびり眺めつつ、コンデンスミルク入りの煮出した紅茶に、このパンを千切っては浸して頬張っており、平和でのどかな朝の風物詩です。

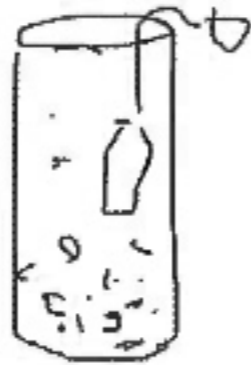
♪♪♪ 可笑子ナキッチンラボ ~その17~

涼しい夏に過ごし易さを実感しつつも、関東で日照時間が1週間で30分だった地域があったと聞くと夏野菜の生育も気にかかり喜んでばかりもいられません。義父の西瓜、義母のトマトや胡瓜が無事育ってくれますようにと願いつつ、待たれる梅雨明け後の夏も如何に心地よく健やかに過ごせるかは、十分な休息、適度な運動での発汗、心地よく風通しの良い素材の衣服、可能ならば湯浴みを、そして何よりバランスの取れた食事だと思っていますが、暑さで食欲が湧かなくなるのも事実。苦手な夏を乗り越えるため、6月に仕込んだ桑の実と梅の酵素を冷ました

白湯で割り大きな水筒に入れて常飲していますが、近頃はそこに緑茶パックやアールグレイのティーバッグを入れるようになりました。水出しの緑茶が夏風邪防止に

効果有ると強く勧められたのですが、大量に摂る水分が緑茶だけだと消化機能が低下してしまう…ならば酵素ジュースとミックスしてみようと試したところ意外と爽やかさがプラスに働いていると感じて気に入っています。緑茶が身体を冷やし、紅茶は温める効果があるとのことで、そこは気分を変えています。もうひとつ、冷やご飯を利用した甘酒も欠かすことの出来ないもの。甘酒が江戸時代の庶民の夏バテ

防止に一役買っていた飲物であったと知り家で作るようになりました。パック詰や缶詰の甘酒が店頭で気軽に買えるのも事実。でも、酵素が活きたまま摂取出来るなら、余ったご飯を柔らかく炊きなおし、少し冷まして温度計で55度を確認し麴を加え、鍋蓋を少し開けた状態で羊毛シートで覆って甕の中へ。前の晩に仕込んでおくと朝には自家製甘酒が飲めます。



(舟原田んぼ組 小泉知奈美)

●日本のビーガンは何処に？

イギリスからのニュースです。この国を旅すると、どれほどビーガン人口が増えてきたかを知りびっくりします。スーパーマーケットではビーガンの人々のためのお惣菜が棚にずらりと並んでいます。レストランでもビーガン料理のメニューが出されカフェに行けばコーヒーや紅茶に入れるミルクを牛乳にするかオーツミルクにするか尋ねられます。私の息子も妹もビーガンになっています。ビーガンだらけの国になってきています。ビーガン協会のレポートによると現在イギリスでは70万人を超えるビーガンがいるそうです。これは過去5年間で400%以上の増加を示しています。

ビーガンの人々はただ単に肉や魚を食べるのをやめるだけではなく、牛乳や卵や動物から作られるすべての食材を食べません。ビーガンという言葉が生まれたのは1940年代でしたが、本当にビーガン人気が沸騰したのは2010年代以降です。現在はヨーロッパやアメリカのみならず中国でさえもビーガンブームが巻き起こっています。

なぜ人々がビーガンになるのかには主に3つの理由があります。

1. 家畜の残酷な扱いへの嫌悪。
2. 動物を飼育するために発生する環境破壊への懸念。
3. ビーガン食生活のほうが体に良いという考え。

多くの人がビーガン食は健康的でないと思っています。でもこの間イギリス人のビーガンの友達にこの話をすると彼は笑いながら自分の腕をめぐり私の四倍の力こぶを見せてくれました。

さて、日本ではどうでしょう。私はビーガンブームが大流行になっていると報告していますが日本ではビーガンの友人は

和暦時報 by 鈴木香波

(水無月) いまここ!

7/23 大暑 120°

8/1 ●新秋(文月一日) 夏土用

8/7 立秋(文月七日)

8/8 立秋 135°

8/15 ○満月(文月十五日)

8/23 処暑 150°

ただ今、土用満ちただだか！雨が多くなり、暑い日が続きます。土用が明ければ、立秋、秋のはじまりです。

上記の陰陽五行季節図ですが、秋は方角のせいでは、西に当たりません。西といえど、あのせいでは、東と西が太陽の道によって、ばれあがって、そのせが、なるといわれる。秋とはまた違っていて、秋のはじまりは生と死の境目とまじりあが、あせとの交流が、まじりあがります。

和暦の文月(七月十五日)が元々のお盆ですが、新暦の8月13日に日あたりは、曲家十人が、たたく新暦の8月13日に行う地域が多く、そのため、めずしく、行事と本来の暦が一致しています。

ちなみに和暦の七夕は新暦の8月7日です。梅雨が明け、星がみえ、空には織姫星と彦星をつなぐ舟形をした七夕の月が、浮かんで見えます。

一人もいません。スーパーマーケットでもレストランでもビーガンフードをみたことはありません。日本の友人たちにビーガン食の話をするるとまるで私が精神的に変になったかのような顔をされます。でもこの大和の国は仏教と精進料理の国でしょう。何世紀にもわたり四つ足の動物の肉を食べることが禁じられていましたね。明治までは牛乳かチーズを食べる習慣もなかったことでしょう。こういう食文化は特にビーガンイズムに向いているらしいのに、日本は世界中のビーガンブームに参加していないみたいで。これは私の勘違いですか？もし何方かが日本人のビーガン食の情報を教えてくれたら嬉しいです。

Paul Courtney (ポール・コートニー)

お 知 ら せ

8月度定例会 8月9日(土) 18:30~

@ 尊徳記念館 301号室 ◆山北田んぼ (山下)

◎大豆の会 7/28(日) 8時~ 防鳥ネット取り外し。支柱片付け。補植、密集部分の間引き、移植作業 [集合]ソーセージ畑。→諏訪の原畑、三国上畑で作業。(太田洋和)

◎農業塾 8/11(日)人参、ブロッコリーなどの種まき

【編集後記】数日前、「IAP(Intra Abdominal Pressure)呼吸法」というものを知り、実践している。疲れにくい身体になり、腰痛予防にもなるとのこと。腰骨の上(ウエスト)に手を当て、鼻から腹に4秒息を吸い、(腹部の張りを手で感じ)腹部を膨らませたまま6秒息を吐く(計10秒)。朝、昼、晩、8回ずつ、毎日やる。肩が上がらないように。横隔膜を下げ、腹圧が高まることで体幹と脊柱が安定。無駄な動きがなくなり運動効率アップ♪

【通信が書いてあるお店】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 ござっ/がらんどろ/かふえ・えりむ/和カフェ ChaCha/井上種苗/ハルノキ/ビーンズプレッジ/NONCAFE/フロマージュ/ペーカリーアスラン/fumoto/Rythme hair dressing/悠久庵/縁-えにし-/ナラヤカフェ/ロコモケアル/わしや/しづく会/ルネス