

白菜キムチの作り方

- 白菜 半分 (1.5kg)
- 塩漬用天塩 75g
- 大根 200g
- にんにく 2片
- しょうが 1片
- にんじん 40g
- 万能(うちは)ネギ 3本
- りんご(なし) 1/4コ
- 酒漬(1kg) 30g

- 天塩 小じ 1
- ナンプラー 大じ 2
- 韓国唐辛子 中じ 大じ 3
- 粉 大じ 2

作ってみたら意外と簡単で、おいしかったよ

1. 白菜を塩漬にする (漬けた日1日外で、そしてから漬け込みました。)
白菜の根元に切り込みを入れて2つにさく。葉の1枚1枚の間に、塩を入れ、茎に塩をまぶす。水かっぱ2重と共にボールに入れて重しをする。7~8時間

2. 具を作る
・大根は千切りにして、小さじ1の塩をふし、しんなりしたら、よくしぼる。
・にんにくはすりおろし、しょうがは千切り、にんじん、りんご(なし)も千切り、ネギは、1cmくらいの輪切りにする、酒漬はみじん切りにする。
・Aと、切った材料を混ぜる。

3. 具をいれ込む
水を切った白菜をさらに、半分にさいて具をいれ込む。1枚1枚の葉の間に、ていねいに具をすりこみながらはさませ、ひとがたまらず、ホリ袋に入れ、空気を抜いて冷蔵庫へ。
~1週間後に食べ頃~ (うちには、ナンプラーがなくて、煮干しとしょうゆを入れました。)

『山の畑やまきた』

- 炭 ガスをひいていない我が家は、炭が大事な燃料です。山の麓にある炭焼き窯で3日間くらい火を入れて、取り出すのは窯が冷めてから。着火から1週間後くらいで、炭や木酢液は我が家の生活以外に、畑でも活躍中。
- 畑 昨年8月から山に、ハウス2棟と畑2枚を借りて野菜作りを始めました。露地の小松菜やホウレンソウは寒さの影響が出ています。ハウスの葉物は比較的元気なのですが、今、芽が出始めたホウレンソウたちがどう成長するのか、気になるところです。
- 鶏 山の畑には、鶏もいます。ウコッケイ12羽、名古屋コーチン5羽、ちゃぼ1羽。山北に越してから孵化したウコッケイの雛9羽も、今は鳩くらいの大きさになりました。こんなに大きくなって夜はまだ、母鶏の羽の下に(はみ出しながら)もぐる様子は、ほほえましいものです。今年、年間通して旬のメイン野菜が作れること、記録を正確に残すことが目標です。宜しく願い致します。 山北町 前田 淳子

農の会 報告とお知らせ

報告

- 12/27: 野菜と卵の食べ比べ会実施
- 1/3: ななちゃん仔豚9匹出産@こぶた畑
- 1/10: 生産者会議(あしがら農暦づくりと端境期対策について)
- 1/13: 定例会@瀬戸屋敷
今年1年の抱負を語り合いました(中面) 定例会の報告と連絡は掲示板に↓ <http://bbs1.parks.jp/20/nao517/bbs.cgi>
- 1/18: 技術研鑽会@瀬戸屋敷
昨年11月に行った土壌診断の結果から各農園の畑や田んぼの土の化学的な!分析を試みました。(まずは用語の理解から...?)

お知らせ

- 1/22: 梅の会プレ企画 梅の剪定@こぶた畑
- 1/28: 第4回「最小限の家」集まり 19時 NPO・NGOの家 0465-42-3710
- 1/29: 味噌作りの会① 麴作り@曾我みのり館
- 2/5: 味噌作りの会② 味噌を仕込む
- 2/10: あしがら農の会定例会@瀬戸屋敷 18時半~21時
- 2/18: 地域自給の可能性を考える ~あしがら農の会研究発表~ 2月18日 13時~17時 開成町 社会福祉センターホール

あしがら農の会

通信 1月号

第43号 2006年1月20日発行
編集・発行 NPO 法人あしがら農の会
<http://homepage2.nifty.com/asigaranounokai/>
代表 千田 正弘 0465-73-5881(tel/fax) kousakusya-t@syd.odn.ne.jp
編集 中田 早保 ktrack-cafe05@lapis.plala.or.jp

地場 旬 自給

あしがら農の会は足柄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、地域で自給のため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の宅配を行っています。(その他お米、お茶、卵、鶏肉、豚肉なども)

田んぼの会: 現在約100家族以上が、あしがら平野の13ヶ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。

料理の会: 2月には味噌を麴から手作り、6月には梅をもいで梅干作りを...などなど、できる限りの自給を目指して行っています。

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。

畑 便り

新年を迎えもう早や半月が過ぎました。昨年12月は観測至上1番の寒さ!豪雪地帯の方々のご苦労は計り知れないと思います。この冬も当初は暖冬と予想され、次々とこんな寒波が押し寄せてくると誰が予想したでしょうか。畑の野菜さんたちも厳しい寒さと、乾燥に身を縮こませじっと耐えているようです。プロコリーなどは凍っては解けの繰り返しで手足(外葉)もがれ、そろそろ花蕾を膨らませ始めるのが見るに忍びない姿です。わった一畑では、勿論寒さのせいだけではなく土がまだまだ未熟であることにも原因あるのでしょう。今年こそは1年を通して通常どおりお野菜を配達できるようにと生産者一同努力をしていますが、無念!大変申し訳ございませんが、1月27日(金)の配達より野菜のみの配達のお客様には各週にてお野菜をお届けさせていただきます。春野菜が十分に採れるようになり次第(目標4月中、去年は5月)、通常どおりお野菜をお届けさせていただきます。御理解と御協力の程宜しくお願いします。ビニールトンネルの中に葉物(コマツナ・ミズナ・ホウレンソウなど)の種蒔きをする傍ら、山に登りせせと落ち葉を集めては畑の畝間に敷き詰めています。落ち葉の上を歩くのはとても気持ちのいいものです.....

松本 邦裕

田んぼだより Vol.13

ことしもよろしくおねがいいたします
田んぼ紹介
『親子田んぼ』
開成町の金井島に、1反×2枚の田んぼを借りています。正式メンバーが5家族、準メンバーが2家族で、桑原から移ってきて3年目を迎えました。サウリーマン家庭が多く、平日でんぼには集まれないので、「収量にはこだわらず、やれる範囲で」、「子どもたちと泥んこになって楽しむ」というコンセプトのもと活動しています。小学生だった子どもたちが中学生・高校生となり、土・日に部活などがあるとなかなか集まりにくくなってしまいました。それでも苗とり、田植え、稲刈りなど人手が必要なときには手伝ってくれます。田んぼの牛舎数としては、水がきれいなことです。(富士山の伏流水だそうです)。ただ、とても冷たいです。ビニールハウスを設け作っています。去年は1反耕起、もう1反を不耕起にしましたが、今年も2反とも不耕起にする予定です。昨年の品種はキヌヒカリ・アキニシキでした。お話し 上澤さん

榎トシキ

2006 今年の抱負

定例会に集まったメンバーで、
今年の抱負を語り合いました。
本年もどうぞよろしくお原直です。

今年の抱負
充実したお米を作り
たむす
・田んぼメンバーの方
お名前と顔が一致する
ように努力します。
(米・茶・野菜)の作り手
なまえ: 千田正弘

今年の抱負
・パワフル野菜
・自然の音が聞こえる
畑づくり
(野菜)の作り手
なまえ: ちだ 高美子

今年の抱負
最小限の家
(卵米)の作り手
なまえ: 世村 出

今年の抱負
・毎年不足する緑飼
作りを工夫する。
・2年かけて養鶏場
を移動させる。
(卵)の作り手
なまえ: 世村か子

今年の抱負
夏祭りをより楽しいものに
したい。
小屋を充実させる。
ベリー王国の完成を目指す
ブラックベリー
ブルーベリー、マルベリー
(ブルーベリー)の作り手
なまえ: 小宮 真一郎

今年の抱負
一割雑草を減らし、
一割増収を目指す
今年野菜の花に会いましょう!!
(水稻)の作り手
なまえ: 加藤 明(そりや)

今年の抱負
年間を通して、安定
的に出荷できるように
頑張ります。
(野菜)の作り手
なまえ: 作美 尚子(とらゆ)

今年の抱負
・冬期たん水たんぼをつくる
・ひらたけに挑戦
・野菜の安定供給
・夏祭り収穫祭の成功
(野菜・米)の作り手
なまえ: ほんぼこやう 中村 隆一

今年の抱負
全面(1R×2枚)不耕起田んぼで
作業量削減、収量増加に挑戦!(虫が食過ぎる)
庶務として「なしから農の会」の犬役に立てたら
(少子)の作り手
なまえ: 上澤 (親子田んぼ)

今年の抱負
来年には母豚
と散歩できると
(豚肉)の作り手
なまえ: 相原 海

今年の抱負
猫のお産1回
を大事に見守る。
(忙しいと言いきまない)
(豚とわさい)作り手
なまえ: あいばら ゆうこ

今年の抱負
山の農作物
にやる
・卵...年間を通して平
均供給を目指す
・山菜...ふきのとう、あした
の葉、わらび、芋など
(卵・山菜)の作り手
なまえ: 山下 黎丈
場所があれば雑穀
をやりたい。

今年の抱負
“ゆくり”過したい!
ゆくり畑をい!
流れる雲をながめ月や星
をながめるような暮らし!
(野菜)の作り手
なまえ: 山下 裕子

今年の抱負
・親子田んぼでは、収量アップを目指したいです。
その為、勉強したいと思っております。
・料理の会では、消費者の方が、もっと参加してくる
ような会も工夫したいです。
(親子田んぼ)の作り手
なまえ: 諏訪 間直子

今年の抱負
お茶の会を楽しく
実行する。
()の作り手 根本 岳彦
なまえ:

今年の抱負
・野菜はちゃんと計画を立て、蒔き遅れ
ないようにします。
・米も、親田んぼの田んぼで、楽しみます。
(野菜)の作り手
なまえ: 瀬戸 祐子

今年の抱負
今年こそは一年間通して野菜の
安定供給を実現致します。
美味しいトトもEくん作るおりに
頑張ります!
()の作り手
なまえ: はんくろ 農園(松本) 藤原 伸

今年の抱負
・土づくり(炭活用)
・旬のメイン野菜を作る
・大豆を山作で自家製
味噌を作りたい
(野菜・米)の作り手
なまえ: 前田 洋子

今年の抱負
一年間食べらるお米が
つくると頑張ります。
(七ヶ所たんぼ)の作り手
なまえ: 近藤 隆範

今年の抱負
米づくりで、エシ健康農法を
きつりと実践する。
(米(田んぼ))の作り手 エシ 田んぼ
なまえ: 東山 光伸

おいしい野菜を
一人でも多くの方に
味わって頂けるよう、
精一杯がんばりたい。
(野菜)の作り手
なまえ: 田中 大樹

おいしく楽しく、
つづく野菜づくり。
「たか」
通信もたのしくつづけていきたいです。
Junkan農園 中田 早保

今年の抱負
昨年10月頃から小田原に移り住み、相原さん
の使っていた畑を引き継いだので、夢だった
自給自足の実現と、出荷できるように頑張りたいです。
田んぼも頑張ります。野菜もがんばります。
(採る野菜)の作り手
なまえ: 吉田 裕香

今年の抱負
田んぼは、1R-2R不在でいい。
畑の不耕起を増やす。
・之江の油を自給したいです。
・つばき油、みねつばき油の種を自家集約したい。
(野菜+米)の作り手
なまえ: 中工 昌代(有機農園つばき)

今年の抱負
今年、団長がいらない(?)...
皆で力を合わせて、お米を作り、遊ぶぞ〜!
(作塚田んぼメンバー)の作り手
なまえ: 兼藤 忍

「最小限の家・研究会」

あしがら地域は生活の基盤としては、海に山に川に、田に畑に森に、多様で豊で、又とない総合性を備えています。終の棲家をあしがらの地に求める者は、これからも続いて行くと思われま

しかし、この地に移住した私達にとって何より困難であったのが、『すまい』です。くらしの原点となる住居は、今だ、解決策が見つからないでおります。

農業者の利点を生かせば、10㎡の小屋を作ることは可能です。ともかくやってみようと言う事で、最小限の家作りが始まりました。

——農の会が目指す家は、生産現場だろう。——

質素な暮らしを表現した家。 →農の会的暮らしの方向を表現

自然に馴染んだ家。 →美しく風景を形成するような、家でありたい

循環する合理的な家。 →利用可能年数を決める必要がある

必要最小限の家。 →10㎡、高床式、テラス的機能部分、屋根の意味。

床下収納による断熱、床下が家畜小屋、ロフトの寝室、水屋は外、

安心して眠れる家。 →これが案外難しい。シェルターとしての家

センターハウス →各戸にいらぬ機能を、別に設ける必要がある

地域で入手できる材料の家。 →竹は注目、腐材やガラス等

自然エネルギーの家。 →今後の課題、ライフライン、別個部会を設ける

必要がある。風力+太陽光で50万円で、最小限の電力確保が可能

費用のかからない家 →100万円以内で出来る家

簡単に出来る家 →1ヶ月で自作できる家

農の会 報告とお知らせ

1/25 ソバを食する会 開催：今回は小さく行いました。次回は・・・？

← 1/28 第4回 最小限の家：

1/29・2/5 みそ作りの会開催：30名ほどで、麴作りからみそ作りを行いました。今年は、恒例の手前みその食べ比べに加え、みそ料理の試食会が加わり、楽しくおいしく盛り上がりました。→中面

2/7 大井町との懇談会

2/10 定例会 毎月第二金曜日夜6:30より瀬戸屋敷で行っております。(会場の変更あり)

→定例会のご案内と報告は掲示板をご覧ください <http://bbs1.parks.jp/20/nao517/bbs.cgi>

2/13 田んぼ初仕事：農の会の共同の苗代に堆肥を入れて、苗作りの準備が始まりました！

2/18 あしがら農の会研究発表会開催！
開成町社会福祉会館にて13時～
是非ご来場ください！

1月号の訂正

1月号の報告とお知らせ欄でお知らせした、農場こぶた畑でななちゃんが出産した仔豚は9頭ではなく、8頭でした。

あしがら農の会

通信 2月号

第43号 2006年2月16日発行

編集・発行 NPO 法人あしがら農の会
<http://homepage2.nifty.com/asigaranounokai/>

代表 千田 正弘 0465-73-5881(tel/fax)
kousakusya-t@syd.odn.ne.jp
編集 中田 早保
ktrack-cafe05@lapis.plala.or.jp

地場 旬 自給

あしがら農の会は足柄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、地域で自給のため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の宅配を行っています。(その他お米、お茶、卵、鶏肉、豚肉なども)

田んぼの会：現在約100家族以上が、あしがら平野の13ヶ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。

料理の会：2月には味噌を麴から手作り、6月には梅をもいで梅干作りを・・・などなど、できる限りの自給を目指して行っています。

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。

不識庵流精進料理

白菜の豆腐包み煮

材料 (2人前)	
白菜	4枚
木綿豆腐	1/2丁
くるまぶ	2個
柚子の皮	少々
みつ葉	1わ
Aだし汁	1C
醤油	大1
酒	大1
みりん	小1

作り方

- 1、白菜は茹でて4等分にした豆腐を包む。
- 2、くるまぶを水に浸して戻す。
- 3、1を鍋にぴったりと入れてAを注ぎ2を入れて落とし蓋をして15分煮る。
- 4、器に盛り柚子の皮の千切りとサツト茹でたみつ葉を添える。

☆柚子の皮を千切りにし、茹でたみつ葉を添えることによりあっさりとした淡い味が引き立ってくる。

精進料理は心でいただく料理で、野菜本来の味を引き出し、素材の持ち味を生かす料理です。だからこそ気候風土にあった地場産の旬のもので無農薬、無化学肥料有機栽培で、安全、安心して、まるごと使える野菜が最適で、美味しいのです。

★ 真味とはただ淡なり
濃甘辛は真味にあらず。

不識庵流精進料理教室
小田原市矢作 367-3
電話 0465-36-6809
田代 佐知子

畑便り

少しずつ気温が上がり、日も長くなり、風も温かくなってきました。今年も種まきシーズンの到来ですね。皆さま、共にがんばりましょう。畑では、草も野菜も強い日差しを受けて、緑色がとても鮮やかになり、背丈もぐんぐん伸びて来ました。春の訪れを感じ、胸が躍ります。

冬の間山で集めた落ち葉や竹は、これから活躍します。肥料になった落ち葉もあれば、苗作り用の温床の材料になるものもあります。また竹は野菜の支柱として重宝します。山の存在、とても有り難いですね。

さて、今年も菜の花があちこちで咲き始めました。これからはばらばら、青菜や菜花など、葉もの中心の野菜をお届け致します。お浸しをたくさん頂いて春を満喫しましょう。

Junkan 農園 田中大樹

田んぼ"だより"

田んぼ紹介 vol.14

〈旭丘田んぼ〉 久野・坊所

今年で3年目に入ります。旭丘高校の現役教師の有志が5人(女性1・男性4名)集まって活動しています。

面積は1反です。皆平日は仕事なので、作業は土・日が主になります。日常の水の管理は私(阿部さん)が行っています。

この田んぼの水は、山の急流をおりてくる水なので、とても冷たく、水温が夏でも20℃を下回ります。この田んぼの地主さんがここで稲作をしていたときは、苗を4~5本まとめて植えていたということです。そうしないと、稲の分けつがツライので、収量がとても減ってしまうからです。私たちのグループも3本くらいまとめて手植えしています。

農薬を使わずにお米を作ることはとても大事なことです。

今年の品種はイセヒカリと黒米です。

(お話し 阿部さん)

みそ作りの感想

農業高校に通い、味噌作りの奥習をしきた娘に感化され我が家でも...と決意したのは昨春のこと。生活クラブ生協で、麹、大豆、真塩を備え...折角ながら信州味噌の本場を使いたい、と思えば一路父親の奥家へ...昨年入った立派な麹を譲り受け、娘の指導の元で初挑戦! 1年半を寝かした味噌の美味しいこと!!

ヨシ、今年は麹作りから! (本当は麹菌から作りたくて高校の先生に相談に行ったら、'学校でも麹は作るが菌は秋田の方から購入して?自然界からの入手方法は分からない(ヒの事)でも、ツトが編み上げた時の満足感、麹を育ぶ時の温度管理、手入れ...中原さんに戴いたフリコトの通りの温度ではあるけど!本当にこんな?きいのか、半信半疑...娘に'学校で作ったのも'こうだったよ'と言われ、ホッとすると同時に我が家でも麹を作れた、という喜びがゾクゾク...メッター! ここから先は、去年と同じだから不安はない!昨年も、今回も5kg(今回は仲間と半分)のみで、来年は完全自給を目指し10kgに挑戦しようかと!

親子田んぼ 上 翠華子と三の家族
PS. どのへ行っても変人の私が農の会に行くと、自然に見える。'同類(仲間)が居る'って感じだ。

昨年に引き続き、2度目の参加でした。私たち夫婦は欲張りなのでもっと沢山作りたいたいと思ひ、昨年は農の会で教えて頂いた何日後かに自宅と同様の作り方で作ってみたので、実際には今年は3回目の味噌作りでした。と言っても、まだまだビギナー。そして約1年ぶりの作業だったので、今回も各工程でハラハラときどき!!でした。

夏場カビが大発生しまって、ドッキリしましたが、昨年作ったお味噌の出来に関しては、私たち自身は「美味しくできている」と思っていて、お味噌汁を食べる度に「おいしいねえ〜」とふたりして絶賛し、ありがた〜く、おいしくいただいています。

さて、今年はどうなるやら?? 今年はお買い得価格で手に入れることができたので陶器のかめを使用。そんなことも影響したりするのかな〜?? 楽しみです。たまにはかめに向かって「おいしくなあれ、おいしくなあれ」と声をかけよ〜っと。おいしくできますように。来年ももちろん参加します。この機会を利用して、中原ご夫妻本当に世話になりました。ありがとうございました。またよろしく願います。

下川 宏・恭子

ゆんたく広場

ようやく立春も過ぎ厳しい寒さの中にも春の訪れを感じる季節となりました。今年は畑を少し増やそうかなとも思っていたのですが、反対に1反5畝分畑を還すことになりました。代替の畑を探しているのですがなかなか見つかりません。不耕起・部分耕起・混作を試みながら1畝で年3〜4作作ろうと考えています。薬物を植えてレタスやキャベツなどを植えて収穫しながら果菜類を植えて、最後にまた薬物を植えてみようなど...畑をじっと見つめながらあれこれ考えるのはとても楽しいものです。あっという間に時が過ぎていきます。ハウスの中ではレタス・シュンギク・カキナを植えて今度はダイコン。レタスを収穫しだすとシュンギクがその後から一気に伸び始めます。1月の終わりに種蒔きをしたトマトがようやく芽を出し始めました。4月に入ればトマトもこの間に植えます。他にもインゲンやキュウリも植えてみよう。狭いハウスなのでどれもたくさん植えられるのが残念です。少し欲張り過ぎとの声も聞こえてきますが気にしません。夏の果菜類の苗を作り始めるこの時期になると、適度の緊張感を覚え、ようやく一年が始まるという実感をひしひしと感じ始めます。これから暫く野菜の生産量が減りますが少しでも早く十分なお野菜をお届け出来るように最大限努力致します。

松本 邦裕

春作のためにウネ立てをしていると、冬眠中のカエルを起こしてしまうことがあります。寒い中に放り出されて迷惑そうです。ゴメン、ゴメンと言って手に取り、隣の田んぼに穴を掘って埋めてやりませす。こんなことを何回か繰り返してウネを作り、春ニンジンの種を播きました。

ハウスの中では、苗作りのために播いたブロッコリー・キャベツ・レタスなどが芽を出し始めました。かわいい双葉をながめながら、今年はこの畑に定植したらよく育つだろうか...と考えるのはとても楽しいことです。

陽射しが春めいてきて、隣りにあるハウスみかんの花が満開です。とてもいい香りが私達の畑にまで届いてきます。

2006.2 みなみ足柄 ちだ 富美子

「梨山荘」だより 山下 黎丈 H18.2.14

今年寒い。館に入ってから氷の張らない日は無いくらい毎日が寒い。何しろ、毎日使う水槽の水位が下がるとそれに連れて氷が幾層にも張っていきます。今年こそは自家製の麦でパンを作りたいと思ひ、昨秋に小麦の種を2kgほど植えました。丈はあまり伸びず短いのですが元気青々としてよく育っています。他の野菜はほとんど期待できない中この麦は希望の光です。畑の野菜は寒さのせいにしてしまっは悪いのですが、菜の花、そら豆、えんどう豆、タマネギ、ニンニク、それに薬物などなど大きくなりませす。かわいいのが畑にぽつんぽつんと座っています。13kgほど出来たそば粉は皆さんにお分けして、3kg位残っているの、我が家でソバ打ちをしようと思っています。自然薯を入れると格別の味になると聞いているので挑戦してみます。

昨年未ごろから卵をさっぱり産まなくなった鶏さんたちも大寒の頃から少しずつ産み出し、今は産卵率50%に回復してきました。明日の卵の事を考えると気の滅入る何ともならない長い期間でした。生後200日になる若鶏がそろそろ産み始めますので、この春は少し多めの卵数になるでしょう。そして夏の減卵期にはこの若鶏がせつせと産んでカバーしてくれることを期待しています。(良)(黎)

ふた小屋通信 06'02

ふたが増えました!!小屋が足りませす!!エサも足りませす!!お客は...?

大急ぎで3部屋作って、(もちろん鉄筋の数は秘密です。)小屋は、あと一歩です。エサはあちこち電話をかけました。面白かったのはブルーベリー粕。エキスを作る工場で、毎月15tも出るとか、原料は、フィンランド産らしい、あんなものがトン単位で出るとは世も末です。何回か交渉したのに、どたん場で、工場長が出てきて、「ヤメマス」の一点張り。そんな中から何とかそば粉のルートを見つけ、一安心。

そうこうしている内に昨年7月生まれの子並みのよい9頭!が、もう“適齢期”です。今年ドンドン出てきますので、よろしく願います。

- 2月中に千ランが届きます。
- 注文は、なるべく幅を持たせて下さい。(例・1〜3ブロック等)
- 心配な方は今でも受け付けます。
- ごめた幅 相原 73-2981



そらやの百姓日記 2006・2・11

今年こそはと思っていたのに、やはり端境期が来てしまいました。しかも、例年より早く。どうせ今年も暖冬だと思っていたのにこの記録的な寒さ。寒さのせいばかりにはできないのですが、自然相手の野菜作りは容易ではありません。農の会の野菜を1年以上食べて下さっている方は既にご承知の事なのですが、端境期のメイン野菜は菜の花です。菜の花として、八百屋さんに並んでいるのはワンパターン。結構いい値段で売っています。でも、菜の花っていうのはアブラナ科の植物の花の総称で冬を越して春になると畑にあるアブラナ科の野菜は皆花を咲かせます。色も黄色ばかりではありません。小松菜、水菜、青梗菜、タアサイ、白菜...白菜なんて、結球していれば収穫してしまっているはずなのに、何故か畑に残った結球しなかった白菜の花は菜の花の中でも特に美味しいと言われています。噂によると、菜の花ってとても体に良いらしいです。植物は多くのミネラルや栄養をつまみや花に集めているからだそうです。花粉症にも効果があるとか?

さて、今日は何の菜の花が届きましたか?農の会の生産者が元気なのはきっと菜の花のお陰です?皆様も思う存分召し上がって下さいませ。 作美尚子

収穫の恵みに感謝..

厳しい寒さの中で春からの作付け計画を考えています。去年の春から、農の会に出荷を始めてみると今まで気付かなかったことにも気付いたり、新鮮な想いを新たにしています。昨秋の収穫祭もその一つで、数年前から参加していますが、今年特別印象の深い「収穫祭」でした。好天に恵まれた農の会の「収穫祭」、予想を越える参加者で、いろいろな催物を楽しみ、美味しい物をお腹一杯たべ、まさに生産者も消費者もともに神に感謝した一日でした。そんな余韻が残っている日、お世話になった人へ自分の作った野菜を届けた。大根にネギ・白菜・水菜・小松菜、つぎつぎに渡して両手に持ちきれないほど。「ワー、美味しそう!」顔がみるみる明るくなってニコニコ顔に。両手に一杯の野菜を持った笑顔を見たとき、「大地の恵み」という言葉が浮かんだ。「大地の恵みをいただく」、久しく忘れていた言葉だったので嬉しかった。そして「虫くい穴があいているけど、よく洗って食べてみて、味は飛び切りですよ」ということを言い忘れなかった。畑に残ったカブで作ったスープがなんとも言えず美味しく、滋味という言葉を思いだした。(阿部 武)

2月78日に「地域自給の可能性を考える」と題し、東京大学池本研究室の研究生の方々による農の会研究の発表の場が、開成町福祉会館ホールで持たれました。当日は併せて、農の会の会員であり、國學院大学教授でもある久保田裕子さんにより、アメリカにおいての地域自給研究の報告もなされました。

講演会形式の研究発表というのは、今回が初めての試みでした。内容が研究発表という固い内容だったので、どれだけの方に集まっていたか不安でしたが、発表者を除いて87名の方に集りいただく事ができました。

今回の講演会についてアンケートを実施いたしましたが、回答率 51.9% でした。お答えいただいた方の声の大半は好意的なものでした。以下、その中の感想の一部抜粋です。

- いずれ農業に携わりたい。将来への道しるべになった
20代 女性 主婦
- 今、消費者として農を応援している。
将来自分も農地を持ち、土に根ざした活動をしたい。
50代 女性 主婦
- 継続して、このような機会がほしい。
今後の活動に注目し、何らかの形で参加したい。
60代 女性 自営
- 農の会の活動が地域の発展につながっていくことを期待します。
50代 男性 公務員
- 生産者自身の経験からの可能性論や消費者、また農の会に参加していない
生産者からの意見なども出し合ったら良かった。
40代 男性 自営
- 農家でなくても農業に関心ある人が思ったより多いのはうれしい。
女性 主婦・農業
- 自分の価値観を様々に見直す機会になりました。
40代 女性 会社役員・主婦

等、多くの方から熱心なご感想をいただきました。
アンケートこそは好意的でしたが、今回講演会を主催致しまして、反省すべき点ばかりだったような気がいたします。託児なども含めて初めての試みばかりでした。これらのことを糧にして、来年しっかりと講演会を開催することができました時、始めて今回の会は成功したと言えるのかもしれませんが、参加者を始め、ご協力いただきました皆様方、この場をお借りしてあらためてお礼申し上げます。
中村 隆一

料理レシピ大募集！！



野菜を使ったおいしくて、簡単(でなくてもいいのですが...)な、お料理のレシピを大募集！しています。これからの時期増えてくる、さやえんどうや、グリーンピース、レタス類など旬の野菜を使ったレシピ、夏に向けて、夏野菜をたくさん使ったレシピなどなど、お寄せください。レシピ特集号を組んで、お届け予定です。

お料理のレシピは、配達の方か、メールでお寄せくださいませ。

e-mail: nankuru831@nifty.com (松本)

たけのご堀りに向けた竹林整備

大井町赤田で手の行き届かなくなった竹林(真竹)の整備を行います。

4月2日(日) 9時~

作業の出来る服装(長袖、長ズボン、長靴、軍手)でお越しください。鉋(なた)や鋸(のこぎり)をお持ちの方はご持参ください。申込は田中まで

集合場所など詳しくは決まり次第掲示板に書き込みます。掲示板を見れない方は、田中まで。

tel:090-9489-2216(田中大樹)

農の会報告とお知らせ

報告

- 2/18あしがら農の会研究発表会開催しました。↑
- 3/5 梅の剪定の会 & 野草会が農場こぶた畑にて行われました。(1面)
- 3/10 定例会 開成町社会福祉会館で行われました。各田んぼの今年の抱負と計画が話されました。今後掲示板でのやり取りが増えていく予定です。掲示板を見られない環境の方は千田まで連絡を下さい。0465-73-5881

4月の定例会は大井町中央公民館にて 18:30~21:30 です。

定例会の報告とご案内は掲示板をご覧ください

お知らせ

- 4/1 菜の花茶会 @ 千田さんのお寺(2面)
- 4/2 たけのご堀りに向けた竹林整備@大井町赤田
- 4/9 金井島の苗代に稲の種まき

お茶の会予告

4月下旬から5月上旬のどこかの二日間で毎年恒例お茶の会が開かれます。いつがお茶摘みの適期か近くなるとなかなかわかりません。予定をいれずに、来月の通信、またはお茶の会のご案内が届くまでお待ちください！！

あしがら農の会

通信 3月号

第47号 2006年3月16日発行

編集・発行 NPO 法人あしがら農の会

代表 千田 正弘 0465-73-5881(tel/fax)
kousakusya-t@syd.odn.ne.jp

編集 中田 早保
ktrack-cafe05@lapis.plala.or.jp

あしがら農の会は足柄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、地域で自給のため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の宅配を行っています。(その他お米、お茶、卵、鶏肉、豚肉なども)

田んぼの会: 現在約100家族以上が、あしがら平野の13ヶ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。

料理の会: 2月には味噌を麹から手作り、6月には梅をもいで梅干作りを...などなど、できる限りの自給を目指して行っています。

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。

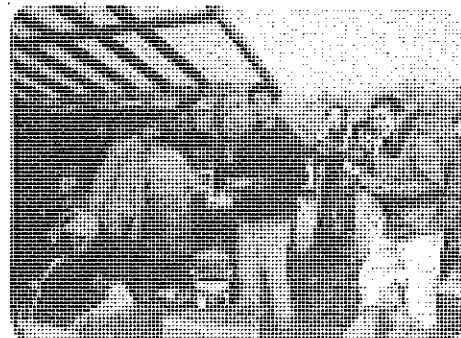


畑便り

相原 佑子

3月5日、春風の心地良い日に皆で梅の剪定を行いました。(本当はもっと寒い頃にするもので...)10数人の方が来てくれて、植木屋根本さんの指導でハサミをふるいます。「どっちを残さる？」「あれがいいよ！」と和気あいあい。お倉には七輪で、スイカの知えもやフキノトウの天ぷらやそばなど野草料理を楽しみました。散策の終わった梅の本は、ぐ〜んと伸びています。

さて、ビニールトンネルやハウスの中では、春を先取りして色とりどりの葉物が、こぼれこんど伸び始めました。でも、本来なら端境期。白紫や大根の花が咲き、皆葉の花になってしまいます。体の声に耳を澄ませば、あつとほろ苦い紫花や野草、山菜を、美味しい...と感じる頃かも知れません。



梅の剪定後
←野草を食べる参加者
(右が指導してくれた根本さん)



田んぼ"だ"より
vol.15



田んぼ"紹介

〈エレン健康田んぼ〉

エレン水を稲づくりに使う農法を行っています。エレン水とは装置によって水を活性化し、本来の湧水の状態に戻したものです。熊本や鹿児島では約100軒の農家・畜産家などがこの水を使っています。この田んぼの特徴は、水のおかげで食味が向上することと、また他の田んぼより稲の成長が促進される点です。スズメの害の対策を今年はきちんと練らなくてはなりません。エレン水で田植え前の田んぼの土をかくはんしてから干すという作業をくり返すと雑草のはん殖が抑えられます。

東相山で約1反の田んぼを、中心メンバー2名プラス 何名かががんばる予定です。品種は 昨年はキヌヒカリでしたが、今年は九州で食味日本一になったもめを入手したのでそれを作ります。(お話・東山さん)

ネコ先生

私はまだ経験が浅く、自給農に過ぎませんが、まともな野菜ができると、宅配の方に託して少し出荷しています。出荷を始めてから、残念なのは、自分では良いのを食べられない事です。たとえば菜っ葉を10株抜くと、1~3株くらいは、形が変だったり、虫に食われ過ぎていたり、芯が茶色かったり、ハネとなります。出荷を続けていると、間引きとハネばかりの食生活になり、「たまには立派なのが食べたいな」。

また、どれだけ外葉を落とすかも、悩みの種です。自分で作っていると、黄色くなりかけた葉も、芯も（実は芯は意外と甘くて美味しいです）できるだけ食べてあげたい思いが強いのですが、商品として受取る方から見れば、ただの包み紙(葉)かも・・・やっぱ落とすか、と畑で悩んでいる間に、アレアレ出荷時間だわ、大変。

3月に入ると、作物の淋しい畑で、草の勢いに春の来たのを知る今日この頃。さあ、どの畝に何を蒔こうか・・・楽しい一年の始まりです。

瀬戸知子

田んぼ一面が、菜の花の黄色いジュウタンになってきました。アゼの手入れをしていると、菜の花のいい香りがしてきます。去年の秋に種を播いてから、5か月近くが経ちました。思わず花の中で深呼吸しました。秋仕事のご褒美かもしれません。目を凝らすと、小さな虫たちが花の周りを飛んでいます。蜜でも吸っているのでしょうか。

冬の寒さが厳しかったせいか、日中の暖かさでアゼ沿いの早咲桜も一気に開花しました。花はやや濃い桜色です。青空をバックにして黄色と桜色のハーモニーが見られます。南足柄の福沢公園(千津島)を目印においで下さい。3月18日~21日まで、菜の花祭りが行われています。

2006.3 みなみ足柄 ちだ 正弘

田んぼ

農の会と出会い、米作りをするようになってもう6年になります。大変なこともあります。おもしろいですよ、田んぼは。

- ・なにより、おいしいお米が食べられる。
- ・田んぼならではの共同で作業する楽しさや利便性がある。
- ・春から秋にかけて日常の暮らしの中に大きな柱ができる。
- ・主食が自給できるので充実感、安心感が得られる。ただし秋の収穫が終わると達成感と脱力感でしばらくは何もしたくなる。
- ・泥んこ遊びやカエル、どじょうを捕ったりと子供も貴重な体験ができる。(でも子供に自然に触れさせたいから、なんて言っているだけの親はだめですね。自分も楽しめる人でないと)

今、田んぼが放棄され、又は埋め立てられ駐車場や宅地へと変わっていています。そんな田んぼを農家でない素人の僕らが関わることで、ひとつでも多く田んぼとして残せたらいいなあと思っています。関わってくれる人、募集中!

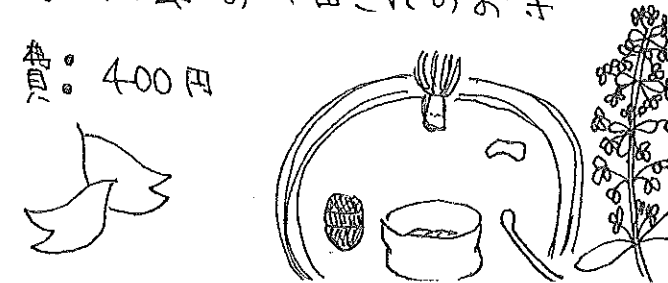
永塚の中原でした。snakahara@fancy.ocn.ne.jp

菜の花 農の会のお知らせ

今年も菜の花祭りの季節がやってきました。菜の花畑でお花を摘んで千田さんのおまけ。ゆっくりとお茶を飲んでみませんか??

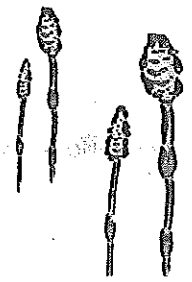
お子様も是非ど"うき"日時:4月1日(土) 9:00~12:00 場所:千津島の千田さんのお家

会費:400円



まけまけ種を蒔け!

冬の葉物君たちも黄色い菜の花をつける季節となりました。この時期は夏の果菜類の苗作りのスタートでもあります。なんとと言っても春の種蒔きシーズンです。どんなに優れた栽培技術を会得しても、どんなにすばらしい土を作ったとしても種を蒔かなければ野菜はたぶん、おそらくできないでしょう??? "いやそんなことはない"という畑もあるかも・・・暖かくなるとここにはコマツナにチンゲンサイ、あっちにはダイコン。ミニトマトもある。この葉物は何??? ...こんな不思議な畑ありそうですね・・・



ハウス栽培

- 【3月】インゲン・ダイコン播種
果菜類の苗作り(ナス・トマト・ピーマン播種)
(カボチャ・キュウリ播種)
- 【4月】果菜類の苗作り(キュウリ播種)
トマト・キュウリの定植

なんくる農園 種蒔き情報

トンネル栽培

- 【3月】不耕栽培がけコマツナ・ハウレンソウ播種
ダイコン・ニンジン播種
不耕栽培がけニンジン播種

露地

- 【3月】平均気温10.3℃、菜の花・桜の花開花
ジャガイモ定植(上旬)
レタス・キャベツ・ブロッコリー定植(中旬)
コマツナ・コカブ・ハウレンソウ・ネギ播種(下旬)
緑肥エンバク・赤クローバー播種(下旬)
警備=土中の虫が動き出す(3月6日)

- 【4月】平均気温15.3℃
チンゲンサイ・ミズナ・シュンギク・カブ播種(上旬)
ニンジン・ダイコン播種(上旬)
サトイモ・ヤマイモ・長ネギ定植(上旬)
インゲン・エダマメ播種(下旬)
清明=春分から15日目。春の日射し強く晴れ渡る(4月5日)

なんくる農園 松本 邦裕

～前田家 農的生活への道のり編～

昨年の今頃、私はもう養護学校を退職して、夫はまだ私学の教員として勤めていました。3月末で退職、農的生活に入りたい、ということだけがはっきりして生活の目処はありませんでした。それまでも移住地探しはしてきた末、でのことです。それから、ホテルサンバー(車)での放浪と、当時まだ借りていた借家で、ガスを全く使わない、炭生活が始まりました...

"移住先は、あせらず探そう..." そんな生活の中で「あしがら農の会」を知り、沢山の人の協力で住まいや畑を確保、思い描く生活へ近づくことができました。農作業は全て人力でやっています。そんな私達を温かく見守ってくれる近所の人の存在も、精神的支えになっています。人と人とのつながりの中で生きている、そんな実感のある今の暮らしを大事にしたいと思います。

★先月の終りから少しずつ、農の会に野菜を出しています。昨夏から畑を始めて、こぶた畑の佑子さんの所に通い見様見真似で、野菜を育ててきました。夏は青虫が、雨が、肥料はどうしようなどと気になって、冬は寒さに心配したりと折るような気持ちでした。収穫を迎えて、キャベツは小さく、もっと小さいのはカリフラワー。「あんなに大事に育てたのに」と苦笑いですが、それでも、出荷の準備をしている時はお嫁に出す気分です。まだまだ未熟な出来ですが、今こうして野菜作りに取り組んでいることが、とても嬉しいです。そして、買ってくださった方、本当にありがとうございます。ぜひ率直なご意見をお寄せ下さい。お待ちしております。

E-mail: yama_hatake_yamakita@yahoo.co.jp
山の畑やまきた 前田 淳子

絹莢豌豆の奇跡

昨年10/8、ケロケロ☆農園では絹莢豌豆を何げなく早播きしていました。直播です。彼らはぐんぐん伸び始め80cmにも達してしまい、冬の寒さで無惨にも枯れてしまいました。こんなはずではなかったのに・・・ところが春になると枯れた株の根元から新芽が出てきたのです! 生命力に感動すると共に自家採種(4年目)の自分の絹サヤに愛着が増したのです。

ところで、早播きし過ぎとは言え昨年は何か変だったなと思い小田原の気温調べてみると。05年10月平均気温18.2℃ 02~04年10月平均16.9℃ 過去3年と比べて1.3℃高い。ぐんぐん成長した理由? 更に10~1月の平均温度差を見ると、05年△14.2℃ 02~04年平均△11.7℃で、2.5℃の差。ポカポカから一気に真冬。急激に枯れたわけです。

百姓見習 海老澤昌宏

安全な苗を育てませんか？

量は少しでも、手近に置くと、ちょっと摘めて、食卓がぐっと豊かに彩り良くなりますよ。自分で育てる楽しさ、喜びをご一緒しませんか？

今年の苗はバラエティーを広げました。

- バジル
- パセリ
- 青しそ
- ミニトマト
- ニラ
- あさつき
- 唐辛子 (鷹の爪)
- ピーマン

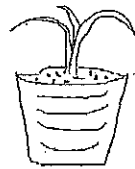
直径15cmの大きなポットで、一鉢250円

ご注文は5月第二週までに

電話：090-1545-3157 (瀬戸)

FAX：0465-73-3099 (福永)へ

お届けは、5月下旬の予定です。



苗の会

「黎山荘」だより 山下 黎丈

H18.4.16

平地に少し遅れて山の桜も満開が終わり、鶯をはじめシジュウカラ、ヒタキが飛び交い歌の練習を始めました。山々の斜面には真っ黄色の菜の花が咲き広がり、ヤマブキも5弁の濃い黄色い花を枝一杯に咲かせて春爛漫です。とのん気な事を言っているすきに鳥たちは畑のプロッコリー、レタス、キャベツ、ハクサイなど柔らかい美味しそうところをすっかり食べてしまいました。

山菜をやってみようかと昨年植えたわらび、明日葉、こごみが芽を出し始めました。これに気をよくし来年からは毎週確実に出荷できるよう栽培面積を増やし数量を確保していくつもりです。山菜は山を歩いて摘むのものとの先入観があり栽培化していることに何となく違和感があるのですが、野菜は昨年植えた玉ネギが順調に育ち今年こそはと期待して、遅ればせながらジャガイモを植え終わり、後はニンジンを植えばやまん鶏農場の主要3品がそろいます。堆肥を入れて夏野菜植える準備はできたし今年には野菜も期待できるかな。

今年もヒヨコを入れました。最初は3/3に入れたのですが急に寒い日が続いたのと床の発熱が思うようにいかず大失敗でした。痛恨の極みです。再度3/21に導入写真のように元気に育っています。(4/15 25日齢と43日齢のヒヨコ) 飲み水を何度も取り替えてあげますがすぐ汚してしまうほど活発に動き回っています。今年の秋には美味しい卵を産んでくれます。(良) (黎)



あしがら農の会

通信 4月号

第48号 2006年4月16日発行

編集・発行 NPO 法人あしがら農の会

代表 千田 正弘 0465-73-5881(tel/fax)
kousakuya-t@syd.odn.ne.jp

編集 中田 早保
ktrack-cafe05@lapis.plala.or.jp

あしがら農の会報告とお知らせ

報告 ⇒ 詳しくは中面に！

- 3/27 菜の花茶会に向けて？！酒饅頭作りを教わりに行きました。
- 4/1 菜の花茶会が行われました。総勢34名の参加で、今年も穏やかに素適なお茶会になりました。
- 4/2 タケノコ畑に向けた竹林整備作業が大井町の赤田で行われました。小雨の降る中少数精鋭(?)であつという間に明るい竹林になりました。6月にタケノコ収穫の会が開かれる予定です。お楽しみに
- 4/9 農の会の田んぼグループが集合して苗代に稲の種を播きました。今年もいよいよ田んぼシーズンの始まりです。
- 4/14 定例会が大井町中央公民館で開かれました。定例会の報告と案内は掲示板をご覧ください。

お知らせ

- 5/5・8日 お知らせは届いたでしょうか？今年もお茶の季節の到来です。1年分のお茶を摘みましょう！(お天気や茶葉の生長で日程の変更があります。掲示板をご覧ください。)
- 5/12 定例会 18:30~21:30 大井町中央公民館(Pあり)

田んぼだより vol.16 最終回
田んぼ紹介 ネットミキ
〈新永塚田んぼ〉(小田原市永塚)

今年で6年目に入ります。正メンバーが6家族準メンバーが2家族です。面積は2反、3枚の田んぼを耕起・不耕起混ぜつやっています。子どもが多く、ワイワイとにぎやかです。鎌倉から何年も通って来てくれる家族が何組もあり、重要な単力になっています。

毎年田植えは手植えで、20~30人が一列になって一斉に植えていきます。田植えの参加者募集中です!!

今年の品種はキヌヒカリと餅米です。(お話・中原さん)

↑ 私たち家族に田んぼの楽しさをおしえてくれたグループです

さいごに、今年から始めるNEW田んぼの紹介です。〈ポチ田んぼ〉(小田原市曾比) 約1.6反を、13人ほどのメンバーでやることになりました。(あと約1.2反は今年1休耕田に) 先祖代々の土地で、数年前にそらやさん、海老澤さんにお貸しするまでは、現在80代の女生が一人で借りていました。彼女は約30反を一人でこなすスゴイ人です。

私自身、もう少し年齢を重ねてから田んぼには専従するつもりではいましたが、色々な縁が重なって、今年からスタートすることになりました。ポチ田んぼには鬼力なメンバーが集まりました。特に男性がパワフルで、安心して見ていられます。私はエンジニアなので、独創的な農機具などを発明したいです。そして農の会でも広められたらいいな...と思っています。

今年の品種はキヌヒカリと、実験的に「サトウ」を育てます。(お話・額田さん)

.....

約1年4ヶ月、読んでいただきありがとうございました。

畑便り

あらゆるものたちを薄桃色で包んでいた桜の花の季節も終わり、いよいよ新緑が芽吹き始めました。日本の四季は全く素晴らしい、移りゆく季節毎にそう感じさせられます。

そんな四季ですが、年々季節毎の気象の状況が読めなくなってきています。昨年までの季節毎の状況を思い返し、今年はどうなるだろうと予測をたて畑の準備をしますが、裏切られることが多くなってきているような気がします。最近は何を頼りに計画を立てるかいつも悩まされています。

それでも今年こそはと思いながらあれこれ計画を巡らせ、今は夏野菜の種まきや植え付けに追われています。トマト、キュウリ、ピーマンなどの果菜類やインゲン、枝豆などの豆類、サツマイモ、サトイモ、ジャガイモなど、また、モロヘイヤ、エンサイなども。

これらのことに追われながらも、しかしまたそれらの成長を思い、楽しい季節でもあります。期待でいっぱいになる季節です。そして、こう祈ります。「他の草達に負けず、虫たちに負けず、天候不良もはねのけ、普通にすくすく育て下さい。」



ほんぼこファーム 中村 隆一

みなさん お茶つみに参加しよう!!
新録のまぶしい5月、山あいの茶畑で
新茶を摘みませんか?
茶つみの労働力の2日後には
むのーやくの新茶がのめますよ!!
てよお 5/5にみぎり その場みぎりの口本
具材もちよみおるを作ります。
少しのきつみ野菜はみおわんお弁当を
もって参加しよう!!

場所 坊新
日時 5/5と5/8 8:00~3:00の間 3~4時間
1日でも2日でも参加可。
茶葉代 養生茶6kg = 3000円 → 新茶1.2kg
+ + +
α 2kg = 1000円 → 400g
くわくは 根本まで 0465-38-3191



5月5日&8日、恒例のお茶摘みが行われました！今年、足柄地域の茶葉の収量は大変少なかったようですが、みなさん和気あいあい、必死に(!)摘まれました。そんな苦労のあとの無農薬・手摘みのお茶は最高の味ですね。

社評

お茶摘みに参加して

5/5(金)のお茶摘みに初参加しました。晴天の中、37組が参加し収穫量210kgとあって、僕は同組の方の助けで頂戴何とか4kg収穫することができました。ありがたうございませう。茶葉の成長予測して日程決定する必要があり、関係者の方は大変だと感じました。

2006年5月6日 三宅重行

あしがら農の会

通信 5月号

第49号 2006年5月18日発行
 編集・発行 NPO 法人あしがら農の会
 代表 千田 正弘 0465-73-5881(tel/fax)
 kousakusya-t@syd.odn.ne.jp
 編集 中田 早保
 ktrack-cafe05@lapis.plala.or.jp

あしがら農の会は足柄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、地域で自給のため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の宅配を行っています。(その他お米、お茶、卵、鶏肉、豚肉なども)

田んぼの会: 現在約100家族以上が、あしがら平野の13ヶ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。

料理の会: 2月には味噌を麹から手作り、6月には梅をいいで梅干作りを...などなど、できる限りの自給を目指して行っています。

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。

竹のこぼり

竹のこぼりにさんかしました。二本とりました。本目は下の方でまっ本さんに手つだててもらってとれました。二本目は上の方でさむ村さんに手つだててもらってとれました。むずかかったです。楽しかったのでもた行きたいです。家に帰ってからたいけのこごはんにして食いました。おいしかったです。

青木秀平



足柄農の会報告とお知らせ

- 報告
- 4月中旬~: 弘西寺でタケノコ掘りを行いました。地主さんの好意で気持ちの良い竹林で思う存分タケノコを掘れました。青木秀平君が感想を寄せてくれています。
 - 5/5,8 坊所のお茶畑でお茶摘みを行いました。今年の八十八夜は5月2日でしたが、生育が遅く3日後の5日でも参加者は小さなお茶の芽に苦労しました。お茶畑の管理作業は以下の日程です。5/21(日) 6/29(木) 8/6(日) 10/26(木)
 - 5/12 大井町中央公民館にて定例会が開かれました。定例会のお知らせと報告は掲示板をご覧ください
- お知らせ
- 6月上旬: 田植えのシーズンです。第1、第2土日はあしがら地域のどこからで手植えで田植えをするグループが見られるかもしれません。
 - 6月中旬: 真竹の収穫: 4月に手入れをした大井町赤田の竹林で真竹の収穫を行います。日程など詳しいことは掲示板をご覧ください。見られない環境の方はこちらまで: 090-9489-2216(田中)
 - 6/17(土): 梅の会 3月に剪定をした梅、たくさんの実が大きくなってきました。梅の会を17日に行います。午前中にこぶた畑で梅の収穫。午後は梅を使った料理の持ち寄りの会です。お申込は諏訪間まで 0465-74-5447

田んぼの会——苗床のこと

苗床は金井島にある。4畝の南側の苗床と。3畝の川側の田んぼが使われている。そらやさんの田んぼを使わせていただいている。10グループが、各田んぼの面積にあわせて、苗床の面積が割り当てられる。私の所属する坊所田んぼは、2反なので、3畦ぐらい。事前に、鶏フンボカシを20袋撒いて、きれいに耕す。これも、そらやさんがやってくれる。種蒔きは4月9日(日曜)各グループが、思い思いの形で、種を浸種し、持ち寄る。苗床の高さを、水準器を使い、丁寧に水系を張り、合わせる。低いところが出来ると、どうしても発芽が悪くなるからだ。種蒔きは、ばら蒔きあり、筋蒔きあり、それも縦あり横ありになる。それぞれの田んぼが自由に考えて行う。これが農の会の良い所だ。水当番は1週ごとの交代になる。2ヶ月位で、苗取りが始まる。大体が分結が始まる、5葉期平均の大苗である。今年は、種蒔き以降寒い日が続く、若干苦戦している。発芽は例年通りだったが、その後が、どうも伸びが悪い感じがする。その割りに、雑草の方はよく伸びる。締まったがっしり苗になり、良くなるのかも知れない。(笹村)

畑便り

春の端境期もようやく越えることができ、5月からまた通常の配達になりました。それまで、隔週配達のみなさまにはたいへんご不便をおかけしました。端境期を無くすことは生産者一同の課題です。さて、5月に入って梅雨を思わせる日が続いています。夏野菜の苗も雨の合間に定植です。洗濯物が乾かなくてお困りの方もいらっしゃると思いますが、今、畑には乾かなくて喜んでいる虫たちがとても元気です。それらは、ピーマンの葉にたくさん集っていたり、えんどう豆をつまみ食いたりして困っています。唐辛子やにんにく入りのモミ酢液なんぞ平気、平気です。『こういう年はああしたもんだ、こうしたもんだ』という、長老の知恵が本当にほしい毎日です。

みなみ足柄 千田 富美子

自己流野菜の栽培ノート ひらけ！ごまの巻

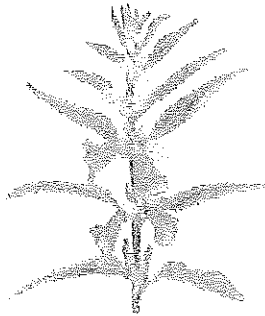
そらや 作美尚子

近年、日本人の野菜の消費量は減っていますが、健康食品としてゴマの消費量は増えているようです。でも、流通しているゴマの99パーセントは外国産です。それを聞いたら、あしがら農の会の皆様は自給するしかないでしょう。では、栽培方法のご説明です。

- 《種の入手法》** 種屋さんで聞いてみてください。黒、白、金などがあります。食用の洗いゴマは加熱乾燥してあるので、使えません。
- 《畑の準備》** 普通に薬物を作る位の肥料を入れて耕しておきます。肥料が少なくても、それなりに実はつきます。
- 《種まき》** 暑いのが好きなので、5月下旬から6月初旬ころに直播します。株間30cm位に5〜6粒ずつ播いて、間引きをして、1本立ちにします。
- 《管理》** 背丈が150cm位になったら、芯を止めます。そうすることで種が充実します。台風などで倒れやすいので、出来れば畝の四隅に杭を打ち紐などを渡して柵を作れば万全です。
- 《収穫》** 9月中下旬ごろになって、下の方の莢がはじめてきたら、刈り取って、雨が当たらない所にシートを敷いてその上に立てかけて乾燥します。
- 《調製》** よく乾いたら、大きなバケツの中で叩いて種をおとします。篩などを使って、大きなごみを取り、溜めた水の中で洗って、浮いたゴマを取り除いて、ザルに上げて水を切って、紙の上に広げて干します。後は手作業で細かいごみを取り除きます。

ゴマ栽培のポイント

暑い時期なので、大きくなるまでは雑草に負けないように除草が必要です。ゴマムシ（スズメガの幼虫）という巨大な芋虫が葉を食害することがあります。葉が食われていると思ったら注意してください。自家受粉するので、黒ゴマと白ゴマを並べて播いても交雑してグレーゴマができることはありません。刈り取りが遅くなると、どんどんはじめてこぼれてしまうので、ご注意ください。ピンク色のかわいらしい花と莢の中に行儀良く並んだゴマ粒を初めて見たときの感動は忘れられません。あなたも是非チャレンジしてみてください。



ぶた小屋通信 06'05

3/20に私（海）は不注意から事故に遭いました。破れた大動脈が新品に代わった他には、幸い後遺症も残らずに済みそうです。

病床で何本もの管につながれながら、豚の出荷のことは考えても仕方ないので、半ば観念していました。それが佑子さんから、「みんなホントに手伝ってくれて、何の問題もないよ」と聞いたときは、涙があふれて、張り詰めたものが融けていくように感じました。ちょうど小さい頃、大きな悪事をとうとう告白して、許してもらえたときのような感じです。

おかしなことに病院には、生きる喜びが溢れていました。久々にものを口にしたとき、窓から桜を見たとき、二十日ぶりにシャワーのお湯を浴びたとき・・・

今はのんびりニンジン草取りをやっています。体の自由なときには退屈だったニンジン草取りも、今は土に触れるのが嬉しいです。

この謙虚な心境がいつまで続くものなのか、ニンジン草取りの様子でご判断下さい。

相原 海

ゆんたく広場

5月に入り春本番かと思えばゴールデンウィークを過ぎると同時に入梅を思わせるような雨続き。不安定な気候にわたった一体調も下降気味。ひたすら元気なのは草ばかり。夏野菜としてナス・キュウリ・トマトなどの果菜類を順次定植し、春野菜としてコマツナ・ミズナ・チンゲンサイなどの葉物や、レタス、大根、エンドウマメ、ブロッコリーなどの収穫が徐々に始まり、ほんのちよっと前までは野菜が足りないと思わしく四苦八苦していましたが、今度は一気に育ち始めこんなにたくさんどうしよう・・・春は冬と違ってすぐに収穫適期が過ぎてしまいます。今年は畑の面積が減った分、混植をして作付量をカバーするぞ！ところが春先の低温も影響してなかなか大きくならずちよっと心配。ようやくレタスが育ち収穫し始めると、その横からトマトが元気に伸び始めてきて一安心。ハウスの中のトマトはピンポン玉ぐらいに膨れ始め、朝の食卓にトマトが顔を出すのはいつ頃かな・・・去年は料理の会でトマトソースの作り方を教わりましたが、今年もレッツチャレンジ？？と同じくハウスの中のインゲンもさあ食べてといわんばかりに実り始め、その間隙をぬってキュウリがひょっこり顔を出す。今年は早くからぬか床を準備して待っているのですがようやく活躍できるかな・・・

松本 邦裕

5月の野菜のレシピ

この時期、絹サヤ、スナックえんどう、グリーンピースなどこの時期しかとれない豆類や、夏になると出来なくなるレタス類など薬物野菜がたっぷり収穫できます。そんな野菜たちのレシピです。

新タマネギのドレッシングかけ
 材料
 新タマネギ <ドレッシング> ① タマネギは薄くスライスする。
 梅酢 大匙5 ② ドレッシングの材料を混ぜ食べる
 ごま油 大匙5 直前にかける。
 醤油 大匙2.5
 ★タマネギを冷蔵庫で冷やしてから切ると涙は少しおさまる。

レタスとワカメの炒め物
 材料
 塩蔵ワカメ 40g ①ワカメは塩を洗い流して水に浸し、塩
 レタス 3枚 気を抜いてざく切りにする。レタスはひと
 ごま油 小さじ1 くち大にちぎる
 しょうゆ 小さじ1 ②ごま油を熱してワカメをさっと炒め、レタ
 塩 少々 スを加えてしょうゆと塩で調味する

グリーンピースご飯のコロッケ
 材料
 グリーンピース カップ1 ①グリーンピースご飯を炊く
 米 カップ2 ②グリーンピースご飯は俵形ににぎ
 酒 大さじ1 り、小麦粉を薄くまぶす
 塩 小さじ2分の1 ③小麦粉と水を同量の割合で混
 昆布 5cm ぜてどろどろにし、パン粉をまぶす
 小麦粉 パン粉 ④高めの中温の油に③を入れ、き
 揚げ油 つね色にからりと揚げる

絹さやとアスパラガスの海苔炒め
 材料
 絹さや 20枚 ①絹さやはへたとすじを取り除く。アス
 グリーンアスパラ 4本 パラは食べやすい大きさに切る。のり
 海苔 1枚 は細かくちぎる。
 ごま油 小さじ1 ②ごま油を熱してアスパラガスをじっくり
 しょうゆ 小さじ1 と炒め、続いて絹さやを加える。好
 みりん 小さじ1 みのかたさまで炒めたら、しょうゆ、み
 塩 少々 りん、塩で調味し、火から下ろす直
 前にのりを散らす。

その他皆様からのおいしい野菜の食べ方レシピ、お待ちしております。キュウリ、トマト、ナス、インゲン、を使ったレシピを特に募集中！

Junkan 農園 麦秋！到来？

六条大麦が一気に黄金色になりました。今年は麦茶が飲みたくて作っています。小麦も穂がふくらんで鮮やかな緑色だったのが黄色っぽくなってきました。きれいだなーと見ている場合にはありません。あれ、収穫して乾すところって・・・？貯蔵するところって？ひろく作ってみたものの、先を考えていないのはいつもながら。秋にはパンもうどんも、食べられる一ことを思えば何とかするしかありません。

今年は踏み込み温床に初挑戦して苗を作りました。開成のととも風通しの良い畑（強風が吹き抜ける）に作ったもので、3月4月の風は心臓に悪かったです。一度全ての苗が飛ばされたりしましたが、その後には播いたキュウリやトマト、ズッキーニが畑に定植され、今まで見たことがないほど、肉厚な葉をキラキラさせています。なんて頼もしいんだ！と思って、（心の中で）抱きついておきました。

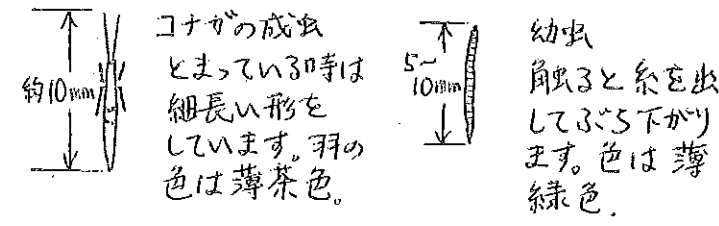
広くなった畑で春、夏を迎えるのは今年がはじめて。それが理由なのかはわかりませんが草も、手入れも全然間に合いません。しかし、あんまり追われた気持ちでいるのももったいないので、追いつかない仕事は忘れて、間に合う仕事を一つづつ、片付けておきます。
 中田早保

『山の畑やまきた』

最近またひとつ野菜につく虫の名前を覚えしました。その名は「コナガ」です。ビニルハウス内にある小カブとミニ大根の葉に、1週間ほど前から虫食い穴が目立ちはじめました。葉の裏を見ると長さ1cmに満たないアオムシ（幼虫）が1株に2、3匹ずついます。これを見てこのアオムシと3月頃からハウス内に小さな蛾がフワフワ飛んでいたことが、頭の中でつながりました。

それまでは小さな蛾としてしか見ていませんでしたが、またひとつ虫の名前を知ることができ、嬉しく思っています。野菜が被害に遭っているのに、暢気でしょうか。

山北町 前田裕司



自己流野菜の栽培/一ト 「木酢液と野菜栽培」

山の畑やまきた 前田裕司

木酢液(もくさくえき)は木炭を作る際に出る煙が液体になったものです。主成分は酢酸で食酢と同程度に含まれています。我が家では炊事に木炭を使っているため、定期的に炭焼きをしています。その際に出る木酢液を病虫害の予防や作物と土壌を元気にする目的で使用しています。その実践例を紹介します。

木酢液の使い方 炭焼き釜から採取して3ヶ月以上静置し、濁りの無くなった木酢液を使います。水で20倍(これより濃いと作物に害がでる場合があります。)に希釈したものを朝か夕方に噴霧器で散布します。散布する際は葉の表裏や株元の土にもかけます。ビニルハウスでは出入口付近の土や両サイドの裾上げ付近のビニルにも吹きかけます。この作業を霜が降りる時期を除いて3~4日に1度の割合で行います。

これまでの効果 アブラムシ…2~3回連続してかけると勢力が衰え、いなくなりました。
チョウヤガの幼虫・卵…撃退する効果はありませんでした。
昆虫の成虫…散布した時に逃げますが、戻ってきました。
ウドンコ病…夏にハウス内のキュウリに発生したものには効果はありませんでした。しかし、春に雨避けハウス内のイチゴに発生したものには病気の拡大を抑える効果が見られました。

木酢液の応用 卵殻木酢液…乾燥させ細かく砕いた卵殻を木酢液に1ヶ月以上漬けます。卵殻のカルシウムが溶け出し、作物が吸収しやすくなります。100倍に希釈して使います。
ドクダミ木酢液…花が咲く頃のドクダミを1cm程に刻み、木酢液に3ヶ月以上漬けて使います。防虫効果が期待できます。500倍に希釈して使います。(これは現在仕込み中です。)

田植えの準備で耕耘や代かきをしていると、地面の虫をついばみにいろんな鳥がやって来ます。思いのほか近くまで寄ってくるので、つい観察してしまいます。サギは白色と形がきれいですが、開ききった目玉がどうも好きになれません。カラスは目玉の位置がわかりにくいのですが、まぶたの上がヒサシのように盛り上がり、意外と親しみのある顔つきです。カモは目つきが愛らしく、水面から飛び立つ時は垂直に1mくらい浮き上がります。夜間飛行する能力もたいしたものです。

先日水を張った苗床に行った時、カモと突然対面しました。5mくらいの距離でしたが、しばしお互いにお見合いをしました。—ん?以前水路からすくい上げたカモ…かなと直感して、思わず『…カモ〜ン』と言ったとたん、フワッと浮き上がって飛んでいってしまいました。

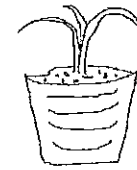
2006.6 みなみ足柄 ちだ正弘

苗の会裏話

苗をご注文いただいた皆様、ありがとうございました。概ね配達を終えたものの、冷や汗の連続でした。苗の出荷時期が大幅にばらつき、「トマトに花がつくのに、パセリは赤ちゃん」「あさつきって夏は枯れちゃうんだ!」等等。昨年(3種)より品種を増やした(8種)ことや、春先の気温が例年になく寒かったことが原因かと・・・いえ、本当は経験不足です、ごめんなさい。

千田富美子師匠のハウスを借り、その薫陶を受けながら、慣れぬメンバーが右往左往。毎週火曜は手を動かしながら口の方が忙しく、行く度に目覚しく伸びた苗にうっとり、植替えの手順が堂に入ってきたころには、もう出荷で淋しいな。

お届けした苗には、青虫やアブラムシ、水のやりすぎや水不足、等等、予想外の出来事があることと思いますが、植物との付き合いを楽しんでいただければ幸いです。



苗の会(瀬戸知子、福永祐子、吉田裕香)

あいランド通信 58 6月9日

いよいよ入梅だ。鶏にとって、一番辛い季節だ。産卵も落ちてきました。鶏の健康第一に、最善を尽くしますので、予定通りお届けできずに、ご迷惑をおかけしますが、ご理解ください。

この時期3、4ヶ月に育った、中ピナが一番心配だ、コクシジウムという病気にかかりやすい。

この時期、ケージ飼いをしなければ、無理だといわれていた。しかし、床を発酵させる方法で、何とか乗り切ることが出来る、技術を私なりに確立した。

それでも購入したヒナでは、完全とはいえない。笹鶏は全く発病しない場合でも、購入したヒナが発病する場合はある。このところ種鶏の輸入が止り、購入ヒナがさらに弱くなっている、尚更注意がいる。

農水では国産鶏開発を指示したが、今更の方向転換で、すでにおそいような気がする。

笹村 出

畑で、「愛国心」について考えた

梅雨に入る前の日差しは強く、畑仕事も休み休みといったところ。手を止めてクスの巨木を見上げると、何百年と人々の暮らしを見ながら風雪に耐え、泰然と生きている。

巷では、教育基本法の改正が話題になっているが、元教師稼業をしていた身としては気になる所。愛国心とやらを盛り込みたいらしいが、何やら胡散臭い匂いがするのは私だけか? 何でいま愛国心なのか? 今一つよく分からない。学校で教えてそれを評価するらしい…ますます分からない。それよりももっと大切な事があるんじゃないの。過労死・リストラ・自殺にサラ金、談合・いじめに虐待。これで、国を愛しなさいと言っても無理ですよ…。国民が安心して暮らせる国になれば、黙っていても皆なこの国に誇りを持ち、愛するようになると思うが。政治家や役人の皆さんよろしく頼みますよ。翻って農の会の仲間たち、真面目すぎるほど真面目に、無農薬の野菜づくり(肉、卵)に努めている。国民の食と健康に一番責任を持っているのではないだろうか? 仕事・暮らしから政治を見ていきたいと思うこの頃である。

(阿部 武)

〜そらやの畑〜 2006・6・10

「国産のライ麦って、あまり無いんですよ」という話を聞いて作り始めて3作目。今年のライ麦はものになるかな? 集荷場がある畑に入るとドンとライ麦が茂っています。ライ麦は背丈が2m近くにもなり、過去2作は倒伏させてしまったので、今年こそはと真面目に土寄せをしてどうにか今まで倒れずに来たものの実が入って穂が重くなってきた上に雨粒の重みで60度くらいに傾いています。ちらほら雀もやって来だしました。もう一つの畑の小麦は雀の大群に襲われて全滅。過去3年、雀との共存程度だったのですが、今年は人間はまったくうどんもパンも食べられないという事態になってしまいました。なんということか!

まあそんなこともあります、そろそろ夏野菜が始めます。低温、日照不足もあり、遅れ気味ですが、きゅうりから始まり、なす、トマト、いんげん、とうもろこし、などなど。お楽しみにお待ち下さい。ハウス栽培用に早めに種を播いたトマトが1つだけ赤くなりました。「そら」は生野菜を食べないので、ダンナと半分ずつ食べました。初めて作った品種ですが、「うん、まあまあかな」でした。 作美尚子

6月の野菜のレシピ

【あおじそ】:古くから「気を下しうつを開く」漢方薬として使われていました。発汗作用があり胃を健康に保ってくれます。水や衝撃に弱く色が変ったり香りがなくなりやすいのでこんな方法で早めに加工するとよいでしょう。

【青じそ醤油漬】

防腐作用があるのでおにぎりにまいて、醤油を梅酢にかえるとさらにさわやかな味わいになります。

青じその葉:10枚 ① 青じその葉は洗って全体に塩をまぶす
自然塩:小匙1/2 ② 青じそから水が出たら捨て醤油に漬ける。
醤油:大匙2 ③ 密閉容器に入れ冷蔵庫で3~5日待つ。

【青じそ味噌】

青じその葉がたくさんあると気にはぜひ! 生野菜につけたり、焼きナス、ナスの揚げ出しや、おにぎりに塗って焼きおにぎりにすると絶品。

青じその葉:10枚 ① 青じそは細かく刻む
味噌(甘口):大匙2 ② フライパンにごま油をねえ氏青じそを入れ焦がさぬように弱火で炒める
ごま油:大匙2 ③ ②に味噌を加え、とろとろになるまでゆっくり炒める

百姓 赤峰勝人の野菜ご飯より

畑仕事の手帳に載せよう

大変なことに野菜の宅配の利用者も年々増えつづけております。生産者もよりいっそう野菜の生産に喜びを感じ励みとなっています。少しでも新鮮で美味しい野菜作りに力を注ぐ一方、宅配に段々多くの時間が必要となってきております。勿論直接お届けすることにより肌でお客様のご意見が聞けてとても参考になっております。またお客様の中にももう少し安くなるという、生産者の配達の手数が少しでも軽減出来ればととても有難いお話もあります。そんな中先月、集荷場の建替えと今月23日に行われる夏祭りの件で生産者の話し合いがもたれました。そこで現在宅配しているお野菜の価格を野菜の値段とお届けに要する宅配料を分けて2本立てとしてどうかという意見が出されました。宅配料を負担してでも野菜が家まで届けられることにメリットを感じる人、集荷場に箱詰めされた野菜を自ら取りに来ることにより宅配料を必要としない人。これによりすっきりとした価格の表示が出来るのではないか。勿論すぐにシステムを変更しようと考えているわけではないのですが、ご利用の皆様の声是非聞いてみる必要があるかと通信に掲載させていただきま。忌憚のないご意見を配達担当者或いは下記アドレスまでいただければ有難いと思います。

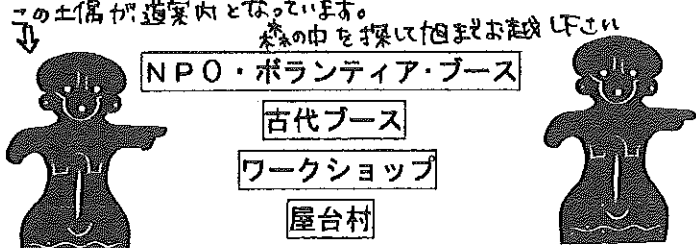
(連絡先) email:nankuru831@nifty.com 松本 邦裕

ブルーベリーガーデン旭・あしがら農の会共催

第二回「夏祭り」

*会場... ブルーベリーガーデン旭 (大井町山田 1947)

*昼の部... 12:00~17:00 入園料 500円
ブルーベリー摘み取りと各ブースをお楽しみください。
この土偶が造業内となっています。
森の中を歩けばお楽しみください



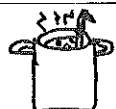
*夜の部... 17:30~20:00 入園料 1000円

野外ライブ「南米フォルクローレの夕べ」

出演：ルイス・カルロス、
リッキー・ロドリゲス

料理の会からのお知らせ！

今年もソースの会を秋に行います。その準備として、完熟トマトを煮詰めて冷凍保存して下さる方を募集中です。詳しくは諏訪間 (080-1047-5304) まで。



あしがら農の会

通信 7月号

第51号 2006年7月21日発行

編集・発行 NPO 法人あしがら農の会

代表 千田 正弘 0465-73-5881 (tel/fax)

kousakusya-t@syd.odn.ne.jp

編集 中田 早保

ktrack-cafe05@lapis.plala.or.jp

地場旬自給

あしがら農の会は足柄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、地域で自給のため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の宅配を行っています。(その他お米、お茶、卵、鶏肉、豚肉なども)

田んぼの会: 現在約100家族以上が、あしがら平野の13ヶ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。

料理の会: 2月には味噌を麹から手作り、6月には梅をもちで梅干作りを... などなど、できる限りの自給を目指して行っています。

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。

焼きなすのたまねぎ醤油漬し

【材料】

- ①ナスのヘタを取り、斜めにきる(1cmの厚さ)
- なす: 5, 6ヶ
- ②玉葱をみじん切りし、深さのある平皿に平らに入れ醤油をひたひたにいれる。
- 玉葱: 中1ヶ
- ③フライパンに油を熱しなすの水気を取って焼く。このとき、油の量は、ちょうどすべてのなすの表面が油を吸う程度。時間をかけて、中までくたくたになるように焼く。裏も同様に。
- 醤油・油
- ④ナスが焼けたら、たまねぎ醤油の中にジュンと次々に浸してゆく。
- ⑤すべてのナスを浸し終わったら、ナスを各自のお皿に取り分け上にたまねぎをかけて完成

たまねぎは生なのにナスのジュンで半煮えになり、ナスもたまねぎもとても美味しいです。(瀬戸さんご紹介のレシピです)

干し野菜の色々レシピ

もうすぐ土用！人参、ズッキーニ、ナス、ピーマン、インゲン、どんな野菜でも適当に切ってひからびた感じになるまで干します。(晴れた日で3時間) それを素揚げして色々食べてください。

- ① 素揚げした干し野菜に塩を添えて頂く
- ② 素揚げした干し野菜をみじん切りにしたニンニクと塩、お酢で和えてバジルを添える。
- ③ 素揚げした干し野菜をたっぶりのおかかとお醤油で食べる
- ④ 素揚げした干し野菜をニンニクのみじん切り1片、豆板醤小匙1、ごま油大匙1・1/2、米酢大匙1/2、醤油大匙1、ゴマで和える。

あしがら農の会報告とお知らせ

報告

- 6/17: 梅の会がこぶた畑で開かれました。皆さんの梅漬けの様子はいかがですか？そろそろ土用ですね。梅漬けが梅干にかかります。赤じそが入用の方は生産者まで！
- 6/18・25: 赤田の竹林で真竹の収穫と管理作業を行いました。たくさんの筍と管理作業でさわやかになった竹林がお土産でした。
- 6/26: 農の会見学会: 大井町の農業委員の方々が「そらや」「ぼちたんぼ」「ケロケロ農園」「Junkan 農園」の見学に来られました。農の会の畑見学会は生産者を中心に年に何度か行っていく予定です。
- 6/29: お茶畑の管理作業がおこなわれました。
- 7/14: 定例会が行われました。報告は掲示板をご覧ください

お知らせ

- 7/23: ブルーベリー摘み取り園「旭」にて夏祭りが開かれます。農の会のブースではいつもは野菜の作り手が「スープやさん」や「冷やしキューリやさん」に変身して登場予定です。是非遊びにいらして下さい。
- 7/26~: 集荷場の建て替えを行います。家作り、小屋作りに興味のある方は掲示板の予定をご覧ください。
- 8/6: お茶畑の管理作業です。9時~午前中です。連絡先: 0465-38-3191(根本)

~田んぼ便り~永塚田んぼ~

今年も「田んぼを丸ごと楽しむ」を合言葉に、補植も終わり、落ち着いたので気分は既に夏祭り！そんな運営、賛助団員で構成中。7月末から自由な案山子展？を目指し、田んぼでコンテスト予定。併せて新人に大きく門戸を開放~皆様の参加もお待ちしています。そうそう、田植え後に仲間達と、早苗振り(田の神様にお供え物をして今年の五穀豊稔を祈り、そのおこぼれに預かって神人共食をする神事)して、ジェンカ替え歌(井上昌代作)を田の神様に捧げました。果たしてその成果は、いかに~!!

Let's Join 早苗振りだ
Let's Dance 踊ろうよ
Let's sing 皆で祝おう田植えの喜び

Let's Kiss 頬寄せて
Let's Kiss 目を閉じて
Let's Kiss 田の神様にキスをしようよ!
イ~セ~ヒカリ、おくのむらさき、
古代のお米、神丹穂、長黒、ベニロマン

Let's Come 永塚へ
Let's Work 田の作業
Let's Join 田んぼを丸ごと楽しむ仲間~

畑便り

2006. 7. 14

今年の夏は日照り続きで、野菜が脱水と熱中症になるのではと心配になりますが、今のところ、ハウスで育てたキュウリさえもスが入ることなく次々収穫できています。露地では、カボチャ・ゴボウ・里芋・ヤーコンなどが日増しに大きくなっています。そして、終りに近いインゲン豆にかわって実をつけているのが、私の大好きな枝豆。こういうのに限って、小さく痩せ気味なのです...。「ガンバッテヨ」そう声をかけながら草取りしつつ、案外自分のほうがバテ気味かも...畑にいと、そう思うことがあります。

今、集荷場では夏野菜が色とりどりに出ていますが、特に豊富なのが、キュウリ・ナス。我が家でもキュウリは、生で、炒めて、ピクルスなどにして毎食のように食べています。先日はカレーの具にもなりました。しかし、昼間大量に汗をかいたこの時期は何といっても生野菜サラダが最高のご馳走！どうしても沢山採れるキュウリは皆さんのところにも毎回？お届けされていることと思いますが、この時期だけの味です。食べ方を工夫して楽しんで頂けたらと思います。漬け物などにするから多めに欲しい、という方は是非是非お伝え下さい。山の畑やまきた 前田 淳子

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
...

● 播種期 ▼ 定植期 ■ 収穫期

自己流野菜の栽培ノート

7月に入ると、種屋さんから届いた「夏秋野菜特集」のカタログをながめて種選びをします。カタログによると、7月中旬あたりに種まきをするキャベツは収穫が年内になります。春までキャベツを収穫するには4種類くらいの種を播種期をずらしながら播いていくことになります。5月頃に収穫するキャベツは、秋の10月上旬頃播く『△△201号』となっています。収穫期と相談しながら白菜・大根も3品種づつ買いました。ブロッコリー・カリフラワー・キャベツ・白菜等々、暑い頃の育苗は春先より気を使います。虫が葉を食べに来ますし、地面に直接ポットを置くとコオロギが入って食べてしまいます。水やりも、夕方頃には乾いている程度にと本に書いてあります。暑い中、なるべく虫がいなくて涼しい所を確保するのがひと苦労です。台風も来ますし…。

ところで『種』の名前はどんな人が付けるのでしょうか。野菜と結びつかない面白いものがたくさんあります。次にひろってみました。

- 「ナイスミドリ」:いんげん 「にがにがくん」:ニガウリ 「ボンジョールノ」:トマト 「竜馬」:ナス
- 「おしん」:おはる 「おせん」:大根 「光の剣」:強力米寿 「ねぎ」:レノン 「ルイス」:メロン
- 「おてもやん」:おかめ 「ほうれん草」:快豆黒頭巾 「黒枝豆」:菊次郎 「春菊」:裕次郎 「小松菜」:小松菜

他にもたくさんあって、種のカatalogを見る楽しみのひとつとなっています。

みなみ足柄 ちだ 富美子

竹の子の会

4月、竹林の手入れに参らせて頂きました。目前で繰り広げられる景色の変化に本当に驚きました。6月、その後の竹林がどうなっているか、そして赤田の豊かな野鳥との出会いを楽しみに真竹収穫に参りました。田中さんや海老澤さんが懸命に草刈りをしてくれる中、私は大好きな真竹を取り続けました。孟宗竹の「掘り」重労働と、その後の手間を考えると真竹ってまあ、簡単！鎌でスパッと切れる！帰って一時間後には焼き筍、真竹スナグティ、汁等とっても美味しく頂きました。おすそ分けをしたご近所からも喜ばれてお菓子まで頂き…。中海老さん、ごめんなさい。主人も赤田で聞いたホトギスの声に大喜びでした。今回のサッカーワールドカップの開催地、ドイツでは深い森の中を歩きながらベートーベンは作曲をし、五感を使う森の生活から哲学者が生まれています。あしがらの森からも世界にはばたく宝が育つでしょう。来年はみ〜んなで竹林を楽しみたい！です。

「竹林で 育つ天才 マダケの子」

by なんちゃって三木

梅の会

梅もぎに参加して

昨年12月に二宮から蓮正寺に引っ越してきました。梅もぎの参加は初めてです。私自身は予定が重なり不参加でしたが、夫と息子(そのときは3歳)と同じ「はくれん舎」に住んでいるコウタくん(3歳)と3人で参加させて頂きました。子どもたちは大はしゃぎだったそうで、近くにいた大きなブタと一緒にきゅうりを食べた時、息子は、帰ってきた私に嬉しそうに話してくれました。もいできてくれた梅で、梅酵素とジャムを作りました。このジャムに味噌と甘酒を加えて、きゅうりを切って浅漬けにすると、蒸し暑い日には、とても美味しいです。

山本紀子

赤い梅が必要ならば生産者までどうぞ!

「やまん鶏農場」だより 山下 黎文 H18.7.14
 猪2話
 それは先月6/9の夜に起こった。夜に戸締りが気になったので鶏小屋に行った。すると入り口のあたりでゴソゴソと音がして小さな獣のようなものが目の前を走り抜け上の畑へ続く坂道を登りだした。懐中電灯を照らすと小さいウリンボではないか。逃げてしまったかと思いその夜は何事もなく終わる。翌朝、鶏に餌を上げようと鶏小屋に向かったが、ふつと昨夜のことを思い出しもしかしてあのウリンボがまた来ていないかと思いきり入り入りしていきくとなんと糠袋の上に寝ているではないか！そばに有ったコンテナをえいっとばかりにおつかぶせみごと捕獲してしまった。その日は水と餌をやり、小便もしていた。親猪が奪還に来るのではと緊張もあったが何事もなく1日が過ぎ、さてどうしようか。甲斐犬を飼っている知人に相談したら貰ってもいいよと見に来たが、これでは家の犬に狩猟の訓練用には小さすぎると言って没になる。こっちは良かったと胸をなで下ろしたものである。その後、70本ほど植えていたサトイモの畑に猪が遂に来た。畑はかき回され全滅。あのウリンボの仇討ちか？最近になって10本ほど生きていたらしく芽が出て小さい葉が広がり始めたのでそれらをまとめて定植をした。少なくとも種芋は取れるだろうと期待しながら先日来2、3度敷地の中で子猪に出くわし、このくらいが可愛いなどと夫婦で話しながらあのウリンボもこの位になっていたろうなどと想いをめぐらしていたのですが、甘い、甘い気がついたらサトイモは又もやみごとに全滅でした。(良) (黎)

ぶた小屋通信 06' 07

3月からお肉のカットを、厚木のお肉屋さんでやっています。近辺の肉屋にあたって、面倒臭い、アヤシイ、と、やってくれる所がなくて、厚木の電話帳で調べてあったのですが、「以前生協へ産直やっている人に協力してました。今度その人に一緒に会いに行きましょう。」と言う返事。二人で行ってみると、ちょっと大きい、いわゆるお肉屋さんでした。話を聞いてくれて、産直の人にも逢わせてくれて、「豚を出す前の週にでも、また連絡下さい。」・・・あまりに都合のよい話に、狐につままれたような感じでした。直前に、海が入院して佑子が1人で行きましたら、屠場からお肉を持ってきてくれていて、「さあ始めましょう」と、職人さんが大変丁寧に指導についてくれました。5時を回って終わり、用意していたお金を渡そうとするのですが、受け取ってくれません。結局今まで毎回、1円も受け取ってもらっていません。相原 海

Jun kan 循環農園便り〜田中大樹〜

暑い毎日、強い日差しに負けぬように、麦わらぼうしをかぶり、スイカやモウリで体を冷やし、夏バテ防止に梅干しを10クハク食べて、農作業をしています。刻一刻と変化し、生長してゆく野菜の姿には、言葉を失うほどの感動があり、自分達の命を養ってくれているお米や、野菜達と、身近に接する事が出来る百姓という仕事、大変素晴らしいなと思います。収穫の時は、一株一株に「ありがとう。」「頂きます。」と声をかけ、感謝と充実感でいっぱいです。これからの目標は、おいしく安心して食べられる野菜やお米をお届けしてゆくこと、そして、身の回りて「これから百姓を目指したい」という若者がいれば、彼らを引っ張ってゆける存在になっていくことです。

相原さんから2反の畑を引継ぎ、あ、という間の数ヶ月、広〜い畑をどうしていいかわからず、とりあえず種を播き、とりあえず苗を定植、何とか畑らしくなってきたらあと思ったのも束の間、夏の畑はあ、という間に草がぼうぼう。今は、草の中からかわいい野菜達を見つけながら農作業を楽しんでいます!? 5月下旬から農の会に少しずつ野菜を出荷しています。百姓一年生日々勉強の毎日です。暑さに負けず頑張ります。

吉田裕香

あしがら農の会、報告とお知らせ

報告

7/23 ブルーベリーガーデン旭にて、旭と農の会共催の夏祭りが開かれました。500名の参加者がありました。

7/29 穂田さんの監督と指導のもと農の会集荷場が新しく見事に生まれ変わりました！穂田さんありがとうございました。参加者は自分で小屋を建てられる感覚が身につきました！

8/6 お茶畑の管理作業がおこなわれました。今回は最終回、10月26日です。忘れずにご参加ください。

8/11 定例会が新屋敷公民館で開かれました。定例会の報告は掲示板をご覧ください。

8/13 野菜の生産者の畑見学会が行われました。ポンポコファーム、阿部さん農園、なんくる農園、Junkan農園、千田さん農園、山の畑山北、そらやさんの畑を見学。お互いに刺激&勉強になりました。次回通信でお伝えします。

お知らせ

9/12 新屋敷公民館にて定例会があります。ご参加ください。

10月 ソースの会を開催予定。

10/26 お茶畑の管理作業

料理の会からのお知らせ

トマトがおいしい季節です。たくさん採れている完熟トマトを今のうちに冷凍保存して、お米の収穫が終わったところに持ち寄って、ソースの会を開きましょう！



ただいま生産者のトマトを加工保存してくださる方を募集中です。

〔保存の方法〕

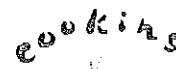
☆トマトを湯むきして潰してお鍋にいれます。

種はとらなくてもOKです。

☆半量になるまで煮詰めて、冷めたら保存用の袋などに入れ、ソースの会まで冷凍保存してください。

*昨年はかなりの量の冷凍トマトが我が家の冷凍庫を陣取って、家族から「アイスが入らない！」と嘆きの声が...

~というわけで、今年はたくさんの方が少しづつ保存してくださいと助かります。



「やってもよいよ！」といってください方は、諏訪問(080-1047-5304)まで連絡をください。

あしがら農の会

通信 8月号

第52号 2006年8月22日発行

編集・発行 NPO 法人あしがら農の会

代表 千田 正弘 0465-73-5881(tel/fax)
kousakusya-t@syd.odn.ne.jp

編集 中田 早保
ktrack-cafe05@lapis.plala.or.jp

地場旬自給

あしがら農の会は足柄地域に様々な循環を作りたいの思いから、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、地域で自給のため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の宅配を行っています。(その他お米、お茶、卵、鶏肉、豚肉なども)

田んぼの会: 現在約100家族以上が、あしがら平野の13ヶ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。

料理の会: 2月には味噌を麹から手作り、6月には梅もいで梅干作りを...などなど、できる限りの自給を目指して行っています。

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。

ブルーベリーガーデン旭で

7/23 夏祭りがありました！
たのしかったですよー
昼は...
たくさんの屋台ができました！



ワークショップも盛りだくさん!



親子田んぼ

2006.8.11

昨年、不耕起と耕起を半分ずつやってみた。「足が洗まないので草取りなどの作業がしやすい」「もともと草が少ない」といいことばかり。単純で、楽な方へ流れる親子田んぼ。今年は全面不耕起でいこう！と張り切ったものの、不耕起田植えは予想以上に大変で、土日しか作業のできない、しがらみサラリーマンたちは、2週間にわたる大変な田植えとなり、へとへとになってしまった。苗は傷んでくるし、今年は収穫を望めるのかと不安になり、来年は、全面不耕起は無理？なんて声も。でも、さすがに稲というのは強い作物。田植えから2ヶ月を過ぎると逞しくなってきた。しかも、やはり草が断然少ない。のど元過ぎると熱さを忘れるじゃないけれど、やっぱり不耕起はいいねえ~ともう上機嫌の面々。今年は、種まきの段階で芽が出すぎて苗が上手く育たず、あちこちの田んぼから苗を頂き、水管理もなかなか出来ず、隣の女性の田んぼにお世話になりっぱなしです。「お米と一緒に子どもも育ててます」がキャッチフレーズの親子田んぼですが、能天気でもわりにお世話ばかりかける「親が子になってる」田んぼかも知れません。これからは皆さんヨロシク！

Junkan 農園 畑便り

暑いような涼しいような、蒸すような、からっとしているような、雨が無いようなあるような、台風が多いような、つかみ所の無い天気が今年の特徴でしょうか。今年は真夏でも土がからからになりすぎなかったのでナスやキュウリはばてることなくとれました。また雨が命のニンジンの種まきにも今年の天候は助かりました。

ツクツクボウシも鳴き始め、夏ももうすぐ終わりのようで、まだ洗まないとおひさまを追いかける秋が始まりつつあります。季節の入れ替わる時期は、野菜も入れ替わる時期。今まで沢山取れていた夏野菜さんたちも体制を整えて秋に向かうようで収量が落ちたりします。近々小さな端境期が来るかもしれませんがご理解ください。

今日、Junkan 農園の田中が変形キュウリやウリをたっぶり塩漬けにしていました。浴びるほど食べたキュウリも、量が減ってきています。キュウリシーズンの最後に塩漬けにしたいという方、声をかけてください。またナスがたっぶりとれています。色々な食べ方でお召し上がりください。

8月に入ってからJunkan 農園ではレンコンの花が続々咲いています。夏の最後にこのレンコンの葉に日本酒をどとく注いで、花びらを添えて茎を切ったストローで飲む！！なんて事をしたいなーと、ハス畑の横を通るたびに想像しています。

(中田 早保)

自己流野菜の栽培ノート



ぼんぼこファーム 中村

今年トマトの出来がだいぶ良くなりました。昨年くらいからハウスでのトマトが急に良く出来るようになってきたのです。ハウスでのトマト栽培は今年で8年目です。つまり、8連作しているということです。

1年目はまあまあ良くできました。しかし、水やりにも追われハウス以外の野菜には手が回らなくなりました。

そのころ、ハウストマトで一回も水をやらなくても良くできているという和歌山の方の話を知りました。それを単純に信じ、翌年からは実行しました。結果は葉焼けを起こしたり、下葉の枯れ上がりから樹勢が落ち、虫が大量に発生するなどさんざんでした。

それでもそれを信じ続けましたが、苦勞ばかりで報われることなくあきらめかけていました。5年目くらいには、もっと他のハウスの活用法を考えなければと真剣に考え始めていました。

しかし、先にも書いたとおり昨年からは急に良く出来るようになりました。育て方は以前とほとんど変わっていないにも関わらずです。そのやり方は

1. 定植前に充分水やりをし、定植後は一切水をやらない。
2. 残さは、全て畑に戻す。
3. 基本的にはほとんど有機物を入れない。今のところ3~4年に一度位有機物を補充しているだけです。但し米糠は土中微生物の餌として少しだけ入れます。
4. 樹勢を見て、1~3本に仕立てる。(一つの根から最高3本まで)
5. 1~2段目は樹勢を確保するため、2~3個までとし、摘果する。

良く出来るようになった理由は多分連作障害を起こす時期を乗り越えたからだと考えています。今年に入り、自然農法国際研究開発センターの研究員の方との話の中で、連作障害の時期を乗り越えると連作奨励という時期に入っていくという事を知りました。以前から連作奨励ということは聞いていたのですが、そのために、連作障害の時期を乗り越えなければならぬということは、知りませんでした。まだ、良くできるようになって2年目なので、確信とまでは行きませんが、これを続けられれば、連作すればするほど良く出来るようになる事の証明となるのではと思っています。

そらやの百姓日記

2006・8・13

そらやの畑では、毎年トマトが不作です。技術不足もありますが、土に合わないということも確かのようにです。地下水位の高い田んぼの後地の畑というのも、乾燥した土地が好きなたまには不向きです。100本以上植えたトマトも既に殆ど枯れてしまいました。大半は青枯病で、そろそろ実が赤くなる頃という頃に突然、葉がしなっと萎れてきます。そんな訳で今年は少しでも青枯病に強い品種を探そうと13品種のトマトを植えました。すると、品種による違いがはっきりと出ました。比較的長く頑張ってくれた品種が5種類ありました。それと、毎年トマトを連作している、ハウス栽培の方では、他の品種が枯れても、1本も枯れない品種が現れました。それは過去2年自分で種採りしてきた固定種でした。青枯れせずに最後まで残った株から種を採ってきたのですが、そのお陰で耐性の種が出来たのでしょうか？

夏野菜で何が好きですか？と聞くと「トマト！」と言われる方が多いのに、毎年トマトが出来なくて、泣いていました。来年こそは、霜が降りるまで、トマトを採り続けられたらなあ、と、トマトの丸かじりがしたい、まだ暑い8月に思うのでした。作美尚子

皆さんにお届けしている野菜の作り手7人の畑を見学する集りが、先日ありました。山あいの畑、丘の上の畑、住宅地の中にある畑、ハス池のある畑、鶏のいる畑、急な山道の上の畑、以前田んぼだった畑——土はもとより、陽当たり、風、水の確保…それぞれの立地条件のもとで、みな力いっぱい野菜作りに励んでいることがわかりました。なかでも印象的だったのは、斜度が30度(?)もあるかと思うような細い山道を、エンジン全開で右に左にハンドルを激しくきって、山の畑に着いた時です。スリル満点な道のりに、皆の顔がなかばひきつって『毎日命がけで野菜を作っているんだねえ〜!』。土にまみれ、汗にまみれる毎日の仕事を通して、自然の恵みをいただく喜びをみんなの顔に感じました。生き生きとした土と、それを持続するやり方を次の世代の人にバトンタッチできたらいいなあと思っています。

2006.8 みなみ足柄 千田正弘

味噌作りのために今年初挑戦している大豆栽培 これまでのところとても順調にきています。種まき、育苗は20名ほどの方にご協力いただき約1500株もの苗を作りました。7月8日の畑への苗の定植も大勢で行い(大人23名+子供9名)無事に終わりました。畑の草取りも一度済ませたので日当たりもよくなり、夏の日差しをたっぷり浴びてグングンと背を伸ばしています。

毎年、麴は農の会のお米で作ってきているので、このまま上手いけば、きっと全国的にも珍しい塩以外はずべて自給自足の味噌作りが出来そうです。今後は、草取りはもう一度するかもしれませんが、11月の刈り取りまではあまりやることはないです。でも本当に大変なのは収穫後の①軒下に吊るしたり、シートに広げて乾燥させる(カビが生えないように)、②葉やサヤを取り除く、③唐箕などで(又は手作業で)豆と細かいゴミとを分ける等々の作業で、これは参加者の皆さんが持ち帰り、それぞれご自宅でやっていただくこととなります。

作業への参加回数、貢献度により味噌作りの会費が割安になるのでご協力お願いします。まあ、あくまでも上手く大豆が収穫できた場合の話ですが、

味噌作り担当 中原

ナスのレシピ

ナスは栄養が無い? イエイエ、肝臓の働きを円滑にするコリンを多量に含んでいるし、毛細血管を強化するビタミンP・C、代謝を促進するビタミンB1、B2、血液の状態を健全にするカルシウムなどの成分をたっぷり含んでいます。夏ばて防止には欠かせませんよ。体を冷やす作用があるので、冷え性や、妊婦の人は生では召し上がらず、火を通して食べてください。

ナスのステーキ

1. フライパンに菜種油をしき、縦半分(または4つ割)に切ったナスの切り口を下にして焼く。
2. 焦げ目がついたら好みで味噌を塗り反対側を焼く。やわらかくなったら出来上がり!

ナスの揚げ煮

- 材料: ナス 干しえび ごま油 しょうゆ
1. 干しえびを戻す(戻し汁はとっておく)
 2. ナスは縦半分に切り皮の方に斜めに細かい切り目を入れる
 3. ナスの水分を拭いてフライパンにおおめの油をしいて狐色になるまでこんがり炒め上げにする。
 4. 鍋に揚げたナスを入れ、ひたひたに水をいれ、もどした干し海老ともどし汁を入れる。
 5. 醤油で濃い目に味付けし、一煮立ちさせたらできあがり!

あいらんど通信59 8月11日

今春、孵化した鶏は、180羽いる。その半分の90は雌鶏だ。これを順次肉として出荷してゆきます。大きい鶏をいけば、小ぶりなものをいいますが、1キロ平均で、1羽1500円です。5羽程度が揃えば、出荷が出来ます。ガラクタです。肉の形状は中抜きが、四つバラシになります。ガラクタの鶏を、あります。こすらは雌の毎羽りの鶏で、肉は硬く、やせていて、食べられません。中抜きの形で、長時間弱火で煮込むと、濁りの無い、美味しいスープが取れます。うどんや、カレー、おでんにシチューと、なんにでも使えます。こすらは500円になります。より大きな1年半の鶏を、希望があれば出荷することが出来ます。肉は硬いが味がいいので、むしろこれを希望する人を探します。

笹村 出

違いのわかる・・・

瀬戸知子

自給農を始めて三年目に入りました。いつもわずかの宅配への出荷も、今年は、春に腰痛を悪化させて更に途絶えがちになってしまいました。

枝豆は、昨年より実が入った、と思ったのですが、小さいし、虫が食って汚いし、莢をはずしてよいのを選んだら、出荷できたのはたった一割。残りの九割は、選ぶのに手間が掛かるなーと文句を言いながら自宅で食べたのでした。

その頃、(安物の)飲み屋でお定まりの枝豆が出て、その大きさにびっくり。縦横厚み共に我が家の二倍はある感じ。「世間の枝豆はデカイのー」。ところが、さらに驚いたことが「まずい!」。味がしない。私の枝豆が美味しいとまでは言わないけど、少なくとも濃厚な豆の味がした。

たった5年前までのサラリーマン時代には、毎度ありがたく頂いていたあのおつまみ枝豆が、こんなにも本米の味を失った食べ物であった事を発見して、あー、私もやっとな「違いのわかる女になったのねー」と、農の会に感謝です。

自己流野菜の栽培ノート 田中大樹

秋播き野菜

- ・ 種を播く場所は、1～2ヶ月前から何度か耕しておき、草が分解され土になった状態がベスト。
- ・ 野菜によって堆肥の量を決める。
- ・ 種まきは涼しくしてから。

各野菜の手入れ

大根

- ・ 大根十耕・・・よく耕し、地をほぐすことで肌のきれいな大根になるそうです。
- ・ 種まき・・・9月上旬～下旬（下旬に播ける品種は耐病総太りや、三浦大根、大くら大根、丸い聖護院大根、沢庵用の白首大根など多様。下旬の場合は種屋で低温肥大性のものを選ぶこと。）
- ・ 間引き・・・葉先が触れあう状態を保ちながら間引いてゆく。

にんじん

- ・ 7～8月に播いたニンジンの生育は順調でしょうか？今月は草取りと間引きがメインです。
- ・ 草取り・・・草は畑の外へ持ち出さず、その場で土に返すようにする。
- ・ 間引き・・・根の間隔を確保する。最終的に8センチくらいの間隔にするつもりで弱い株から徐々に間引く。

白菜

- ・ 種まきは、しまりの良い結球にするなら9月初め～9月10日頃まで。遅れた方は苗を購入しましょう。結球しなくてもよいのであれば、まだ播けます。
- ・ 本葉6枚目から結球が始まるの、本葉4～5枚（外葉）が大きく広がるかがポイント。追肥、土寄せもこの時期に済ませます。

ホウレン草

- ・ 種まきは9月中旬～10月下旬まで、何回かに分けて播くと収穫期がずれる。
- ・ 雨上がり（土の湿り）でその後しばらく秋晴れが続くというタイミングで播く。晴天（高気圧）で直根がしっかり伸びるとその後の生育良い。
- ・ 痩せた地では育たない。春先になずなやハコベ、カラスのえんどうなどの野草が生える畑を選び、堆肥（pHを整える）を入れて準備する。肥料（特に窒素N）の多すぎは味が落ちる。



あしがら農の会

通信 9月号

第58号 2006年9月14日発行

編集・発行 NPO 法人あしがら農の会

代表 千田 正弘 0465-73-5881(tel/fax)

kousakusya-t@syd.odn.ne.jp

編集 中田 早保

ktrack-cafe05@lapis.plala.or.jp

地場 旬 自給

あしがら農の会は足柄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、地域で自給のため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の宅配を行っています。(その他お米、お茶、卵、鶏肉、豚肉なども)

田んぼの会: 現在約100家族以上が、あしがら平野の13ヶ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めました。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。

料理の会: 2月には味噌を麹から手作り、6月には梅もいで梅干作りを・・・などなど、できる限りの自給を目指して行っています。

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。

野菜レシピ



《カボチャ》カボチャは栄養万点。種にも様々なエキスが、種も一緒に食べるレシピ。

カボチャのまるごと煮

- | | | | |
|----|-------------|---|---------------------------------|
| 材料 | カボチャ 500g | ① | カボチャは種ごと4センチ角に切る |
| | 煮干し 10尾 | ② | 鍋に油を入れて熟し煮干を入れて少し焦げ目が付くまで中火で炒める |
| | 菜種油 大匙1 1/2 | | |
| | 醤油 大匙2 | | |
| | 自然塩 小匙1/2 | | |
- ③ ②にカボチャを一度にいれ鍋をゆすりながら全体に油を回す
- ④ ひたひたより少なめの水を入れ中火で煮る。
- ⑤ カボチャに竹串がすっと入るようになったら弱火にして醤油を加えなべをゆすってかぼちゃ全体に醤油に満遍なく回す。最後に塩で味をととのえる。

《ピーマン》夏バテ、シミ・そばかす、吹き出ものに効果があるというピーマンをまるごと食べる！

ピーマンのまるごと焼き

- | | | | |
|----|----------|---|-------------------------------|
| 材料 | ピーマン 4個 | ① | フライパンに油をひかずにピーマンを入れる |
| | 酢 大匙1 | ② | 箸でピーマンを返しながら全体に焼き目がつくようじっくり焼く |
| | 醤油 大匙1 | | |
| | 好みて柑橘の果汁 | | |
- ③ 酢と醤油をあわせる。
- ④ ピーマンを箸ではさんでふにゃっとするくらいやわらかくなったら器に盛り③をつけて食べる。好みて柑橘の果汁を絞ってもいい。

あしがら農の会報告とお知らせ

報告

- 9/8 新屋敷公民館にて定例会が開かれました。
- ・ 農地を使ってほしい、農地を探しているといった情報が農の会には多く寄せられていますが、これらの情報をまとめることになりました。
 - ・ エレン田んぼが今年度で農の会とはなれて活動することになりました。
 - ・ 今年はどんな収穫祭をしようか？今皆で話し合っています。

連絡

- ・ 収穫の秋。稲刈りが始まります
- ・ 現在作成中のホームページ。収穫祭にお披露目できるように皆で取り組んでいます。お楽しみに。
- ・ 今年の春、たけのこをとった大井町赤田、南足柄市弘西寺の竹林の管理作業を稲刈りが落ち着いた頃行います。詳細は掲示板に。竹がほしいという方もご参加ください。
- ・ 次回のお茶畑の作業日は10/26です。ご参加ください。
- ・ 10月の定例会は10/13です。場所は大井町中央公民館の予定です。

田んぼだより ～エレン田んぼ～ 東山光雄

エレン田んぼのメンバーは男性7名で行っています。エレン田んぼの特徴は、天然鉱石の電子の力を利用して田んぼの水を活性化させます。大きなタワシの繊維状の樹脂の中に粉末状の天然鉱石が貼り付けてあり、取水口にこの稲作用エレンを設置することで田んぼ全体の水を活性化することが出来ます。

場所は小田原市飯田岡の富水小学校のグラウンドの裏で、面積は6畝です。この場所は、十年以上耕作が放棄されていた場所で、下の田んぼの境の畦道も無くなっていて、畦道を作ることから始めました。粗起こしを一回して、水を入れたのですが、水が地中にしみこむだけで水がたまず苦勞をしました。やっと水を溜め1交代掻きをして6月18日に田植えをしました。十分な耕作が出来ず、どうなるかと思いましたが、順調に育ち、元気で丈夫に育っています。

上の田んぼと比較すると、分決数も多く、緑濃く元気な様子がよく分かります。

都合により10月以降はあしがら農の会を離れ、自分たちのグループだけ耕作を続けます。農機具の借用など農の会の皆様には今後もお世話になるかと思いますが、よろしくお願ひいたします。

畑便り

あつという間に9月になってしまいました。なんだかいつも、ああしよう、こうしようと思っている間に時間が過ぎていきます。今年も後4分の1、今年気がついたこと、新しく始めたこと、去年やろうと思って出来なかったことの総まとめが出来ようがんばりたいと思います。

特に今年は、自分のやっているやり方をリセットしました。新しい考えに沿って、今まで不耕起にしていた場所に思い切ってトラクターを入れ、畑の利用効率を上げることを模索し始めました。利用効率を上げながら、少しでも少ない労力で、より出来の良い野菜が作れるように、常識に捕らわれることなく、日々考え模索しながら仕事に追われています。いつになったらそのやり方が完成するのか、あるいは完成しないのか分かりませんが、もうしばらくおつきあいいただければ幸いです。今、夏野菜から秋野菜への軽い端境期になっています。トマトやキュウリなどに代表される夏野菜が終わり、葉ものや、遅れて根菜類イモ類が中心となってきます。また、9月は冬野菜の準備に追われる時期です。大根、タマネギ、各種の葉もの野菜の種まきや、キャベツ、ブロッコリー、白菜などの植え替えに追われる日々です。

ほんぼこファーム

中村隆一

大畑見学会 が行われました。(8/13) 各農園を別の生産者が案内します!

中村隆一さんの ぼんぼこファーム ちだ富美子

中村さんの畑は二宮にあります。広さは3反あるそうです。一番印象的だったのは畑の中央にあった120坪の立派なハウスでした。高さが千田のハウスの倍以上あって、中ではトマトが元気そうに育っていました。丘の上の畑は海が近いせいか陽射しがまっすぐに感じられました。雨水を貯める大きなタンクに中村さんのご苦勞を思いました。

阿部さんの畑 山の畑やまきた(前田裕司)

小田原市城山の高台にある阿部さんの畑からは足柄平野とその反対側に箱根の山が見渡せます。畑の一边は道路、他の三辺は畑と雑木林に囲まれ、以前はミカン畑だったとのこと。現在はサツマイモ、サトイモ、ダイズ、ゴボウ等が生い茂る畑になっています。中央に通路があり、その両側に作物が正に“整然”と植えられています。また、余計な草はほとんど無く、“清く正しく”という言葉で連想しました。「ここには手のかからないものを植えています。」と話す阿部さんのお人柄の滲み出た畑でした。

松本さんの **なんくる農園** 報告者 そらや
進正寺の住宅街。こんなところに畑が…、そこが「なんくる農園」でした。訪れたのは丁度、真昼の暑い時間帯、周囲をフェンスに囲まれた畑は日陰もなく見るからに暑そうでした。夏は暑くて大変そう。でも、山土を客土したというやせた土を頑張って改善している努力の様子をうかがわせるように、マメ科の緑肥が元気に育っていました。もちろん、ナスやトマトやネギなども元気でしたよ。周囲の住民はここに畑があることを感謝しているに違いないと思いました。

JUNKAN農園にて

今日も暑い! 朝から7ヶ所の畑の見学と思うといささか疲れ気味。午後4ヶ所目の開成町のJUNKAN農園に向かう。酒匂平野の北部、箱根連山や丹沢の山を眺める環境の良い所だ。どこの畑もそうだが、夏草が繁るなかで野菜が育っている。自分は草取りで苦勞しているのだが、ここはどうなのだろうかと考えてしまう。目に止まったのは、一区画が整地されて、ニンジンがきれいに生え揃う。夏野菜の収穫をしながら、秋の野菜の植え付けの準備と結構忙しい。それが楽しみでもあり、苦しみ(流れる汗が目に入る!)でもあるのだ。

(文責・阿部 武)

千田農園 松本 邦裕

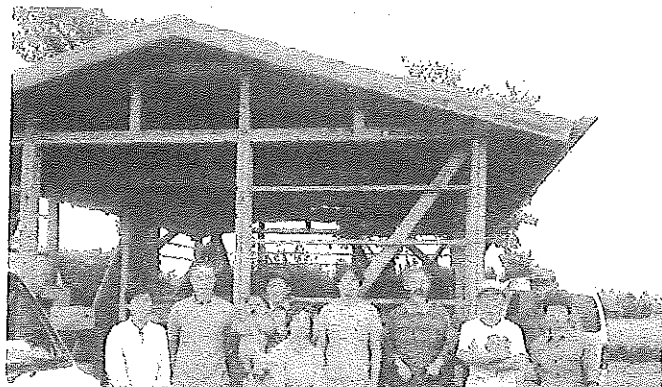
これまでも幾度となく訪れた畑ではありますが、来る度に感じるのは、千田さん夫婦そのものだな〜とことごとくほのぼのとした温かみのある畑…畑に入ってすぐのハウスにはたくさん南の瓜。年末にかけて少しずつ出荷されるのかな? キュウリやゴーヤやインゲンも元気にすくすくと育っていました。ニンジンも出荷まじかかな…千田さんの畑はすごく大きいというわけではないのですが、次から次へと色々な野菜が出荷されてきます。不耕起(耕さない)で草を掻いては次から次へと種を蒔いたり苗を植えたりこまめに管理されているようです。わったーも見習って丁寧な野菜作りを心がけましょう。

前田さんの **山の畑 やまきた** 報告 中田 早保

これまで見てきた畑の記憶を一掃したすごい畑でした! 前田さんの運転する軽トラの荷台に乗り合わせて頂上にある畑へ。皆この時一生を終える事を覚悟しました。頂上には鶏と野菜畑(鶏がいるからこの激しい山道を毎日登っているという…)。山土のせいなのか、野菜は少し肥切れの印象。少し下にビニルハウス。トマトやキュウリがだーっと育っています。野菜が美しい印象。ハウスの水やりは雨水のみ。さらにくざると、七輪暮らしの二人のエネルギー源、炭焼き小屋。その下には開墾したばかりの小さな畑。あの時育っていたさつまいもやカボチャはその後猪に襲われたとか。あの山で畑をやろうと思える気持ちに、とにかく圧倒されました。

そらやさんの畑 報告者 相原 海

背の高いソルゴーの風除けの中には茄子がいる。トマトの支柱は番線ですっきり支えてあり、その奥にはニガウリのトンネルが休憩用の日陰をつくる。左手には、秋作分か堆肥の山が二つ、右手には、お客の分まではたして獲れるか、未だ若い大豆が並んでいました。ワサワサしてはいませんが、ひよろつくでもない、そして収穫までのあと一手間が、何とか間に合っている、そんな印象を持ちました。その一手間が出せなくて、豚の緑餌になった野菜達が思い出されました。



春先のだけのお販売のおかげと、穂田さんのすばらしい指導のおかげで新しい集荷場が建ちました! みなさま、ありがとうございました。

消費税の巻

時々東京へ行ってみる。するとみんなが消費に明け暮れている。好きなものを食べて太ったからと言って金を出してまで運動している。飽きたらすぐに買い換える。田舎で暮らしてみるとそれがとても滑稽に見えてくる。

近い将来、日本でも30%の消費税になるだろう。それがどんなに生活を圧迫してしまうか目に見えている。そこで、自身の消費税度を計る1つの方法として無人島生活をシミュレーションして見るといい。すると足りない自分に気付くだろう。すなわちその所が消費税を払わなければ生きて行けない自分なのだ。

人は生きていく限り食べなくてはならない。そう言う意味で食はその根幹としてとても大きい。しかし、100%は無理にしても、できるだけ払わなくても良い生活の仕方もある。どんな人でも人生はトータルコストなのだと思う。

ぼち農園 額田

「食育」とは言うものの…

グルメブームのなかで、近ごろ「食育」という言葉を聞くようになったが、誰がどんなねらいで言い出したのかよく分からない。新聞でも特集で取り上げない。無農薬の野菜づくりをしている身としては、気になるところです。ところがテレビで製パン会社のCMを見ると、パンに野菜やハムなどをはさみ、バランスよく食べましよう、あたかも食育に協力しているかのように流している。栄養のバランスは確かに大切なことだけれど、私たちは果たして安全な食物を食べているのかどうかが一番基本だと思います。農薬づけの野菜・穀物・肉、添加物入りの加工食品を否応なく食べさせられている私たち自身が本当の「食育」を考えないといけないのかもしれない。手始めに、買物に行って野菜を手にとったらどんな農薬が使われているかを、お店の人に聞く。お店の人が生産者に聞く。たいへんな手間がかかるのだけれど、そうしないと本当に必要な情報を手に出来ない。情報化社会と言うものの、実は誰かに操られているように思うのは、考え過ぎなのだろうか? それとも余計な事は考えずに、美味しいものを食べてその時だけ満足していればいいのかあ…。あふれる情報に振り回されずにつきりした食の基本を身につけたいものですね。

(阿部 武)

「やまん鶏農場」だより 山下 黎丈 H18.9.7

8月に入り立秋の声を聞いてから朝夕涼しさを感じ、白露に近いこの2、3日は寒さを感じるほどになりました。おかげでやっと秋、冬の野菜を植えずにはと気がついて慌てて手を付け始めました。

今年も蕎麦を5畝ほど植えました。昨年は1度も私たちの目には入らず19kgのそば粉は販売とお礼の方に回ってしまいましたので、今年は販売をおさえても何とかそば打ちを。

野菜では、春にできなかったブロッコリー、ターサイをもう一度。久しぶりにシュンギクも植え、ニンジン、ホウレンソウ、チンゲンサイは順調に育っています。ミズナ、コカブは芽は出たのですが枯れ始めています。ハクサイも虫に食べられなくなりそうです。上手になれば栽培技術もさることながらこの他に猪、鹿、白鼻芯の大量増勢で畑の被害はここに書き切れないほど甚大です。おまけに隣の畑のおじさんから、あんた所の畑に来た猪が境界の網を破ってこっちに来てるんだよ。散々な目にあってるよ、何とかならないのかと苦情めいて言われる始末。こっちはどうにかして欲しい、…

卵がこのところ不足して皆様にご迷惑をかけています。今年はずせか6月中旬にばったり産まなくなり、休卵期にはまだ早いのに原因がわからず弱ってしまいました。笹村さんから、春の産み過ぎが原因、サナゴ米を多量に給餌すると良いとアドバイスを貰い、早速そのようにし1週間ほどで回復しほっとしました。ところが、7月下旬から暑さのせいでまた産まなくなり、毎年お決まりのことなのですが、苦しい毎日です。今年はこの時期をカバーするようにと雛を入れておいたのですが、自然のリズムには勝てないようです。夏も終わりに涼しくなってきたのでそろそろ回復しているようです。(良) (黎)

豚小屋通信 相原佑子

恐い顔した犬を飼っています。名前はなつめ(♀)。拾ったというより、おしかけてきて、へたりこんで「ウウウ…」とうなるのをエサで懐柔したら、あまりなつくもんだから、飼う羽目に。しかし、飼いはじめた途端に海が事故で入院…ひょとして厄病犬?! 二匹は 大わらわです。元獵犬らしくかじり犬ですが、捨てられたためか、極度の不安症。そばを離れると悲痛に吠え続け、知らない人(特に男の人)にはかみつく!! 私の留守に農作業を手伝いに来てくれた人たちに吠えかかるのだから、本当に困りもの!

でも、そんななつめも、私たちが落ち着いて仕事出来るようになるまで、だんだん安心したようです。鶏でも、豚でも、世話する人の気持ちが荒れているとザワザワするのは本当だなぁと思います。生きものは心を映すなぁと思います。で、先日(8/30)の夜のお産にも吠えなくなったなつめをいい子いい子して仔豚の世話をしていたら、疥癬(皮膚病)が移ってかいかい仔豚に…!

やっばり厄病犬か〜?!



竹林より 今年最後の作業のお誘い

4月は孟宗、6月は真竹。筍、美味しかったですね。美味しい筍のためには、竹林内を、傘をさして歩けるくらいの間隔まで竹を間引かないといけません。来年の筍のために、今年のお礼に、田んぼのはさかけ用に、竹林作業にいらして下さい。竹を持ち帰ることができます。

10/30 (月)

8:50 こぶた畑集合。(弘西寺の竹林)
竹の間引き作業。(真竹、孟宗竹)

11/5 (日)

8:50 こぶた畑集合。(弘西寺の竹林)
竹の運び出しの作業(真竹、孟宗竹)

11/18 (土)

8:50 いこいの村直売所集合
草刈 間引き 運び出し(真竹)

3日ともお昼頃までの予定です。

持ち物：長靴 軍手 鋸 鎌 (刈り払い機)
お弁当 水筒

問い合わせ：田中大樹 090-94789-2216

あしがら農の会 報告と連絡

<報告>

農の会のたんぼの稲刈りがほぼ終了しました！今年も例年よりもお米が取れなかった田んぼが多かったようですが・・・。
味噌の会の大豆はただ今枝豆の状態です。1ヶ月後には、収穫予定です。自家製大豆の味噌作りが実現できそうです！

10/13: 大井町中央公民館にて定例会が行われました。
内容については掲示板をご覧ください。

10/24: 収穫祭の打ち合わせ 農園旭にて 19:00~

<連絡>

10/26 お茶畑の管理作業 9:00~です。今年最後の作業です。今回はお茶の刈り込みも行います。たくさんの方のご参加お待ちしております。

10/30 (月)・11/5 (日) 弘西寺の竹林整理作業

11/10 (金): 定例会 18:30~大井町中央公民館にて

11/11 (土) 最小限の家作り 16:00~笹村邸にて

11/18 (土) 大井町赤田の竹林整理作業

味噌の会 大豆収穫予定

12/3 (日) あしがら農の会 収穫祭

あしがら農の会

通信 10月号

第54号 2006年10月20日発行

編集・発行 NPO 法人あしがら農の会

代表 千田 正弘 0465-73-5881 (tel/fax)
kousakusya-t@syd.odn.ne.jp

編集 中田 早保
ktrack-cafe05@lapis.pala.or.jp

地場旬自給

あしがら農の会は足柄地域に様々な循環を作りたいの思いから、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、地域で自給のため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の宅配を行っています。(その他お米、お茶、卵、鶏肉、豚肉なども)

田んぼの会: 現在約100家族以上が、あしがら平野の13ヶ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めました。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。

料理の会: 2月には味噌を麹から手作り、6月には梅をもちで梅干作りを・・・などなど、できる限りの自給を目指して行っています。

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。

収穫祭イベント募集中

秋も深まり、あちらこちらの田んぼも稲刈りが終わり始めました。今年も収穫への感謝を含めた収穫祭を実施いたします。皆様の参加をお待ちしています。今年は祭りの進め方として、実行委員会が企画する祭りではなく、やりたい人がやりたいことをやる祭りということになりました。つきましては、祭りで行うイベントを広く募集させていただきます。

現在のところ、「みんなでやる大豆の脱穀」「きな粉作り」「大鍋料理」「餅つき」といった提案がされています。

一人で行えることから、少し人数の必要な事まで、何でもやってみたいこと募集します。今年の夏祭りや昨年までの収穫祭を思い起こし、こんな事をやってみよう、ということをご提案下さい。

収穫祭日程

日時 12月3日(日)

場所 小宮農園

なお、ご提案のある方は、農の会掲示板に書き込むか、もしくは農の会イベント係の中村までご連絡下さい。連絡先は下記の通りです。

mail:ponkichi-farm@nakamura.email.ne.jp

tel:090-4820-2753 fax:0463-72-5356



畑便り

稲刈りも無事終わり一安心(収量は昨年に比べて大幅ダウン)。畑の様子もすっかり秋模様。冬に向けての準備もそろそろ・・・皆さんの食卓に届くお野菜も葉物や根菜類が徐々に増えているかと思えます。過ぎ去りし夏を惜しむかのようにまだ果菜類も少し届いているかもしれませんが、これからはニンジン・ダイコン・ネギなどの根菜類にサトイモ・サツマイモ・秋ジャガ・ヤマイモなどのおいも類。コマツナ・ホウレンソウ・ミズナ・チンゲンサイ・カブ・シュンギク etc.の葉野菜。そして来月にはハクサイ・ブロッコリー・キャベツなども?? 収穫の秋をむかえ食卓にも色々なお野菜が並ぶことでしょう・・・時には葉野菜が幾つか重なることもあるかと思いますが手を変え品を変え旬の野菜を堪能してください。こんな食べ方もあるんだと小さな発見でもあれば是非教えてください。いつもは冬から春にかけての野菜の端境期にかけて畑便りを書くことが多いのでこの時期の畑便りを書くのは楽しいですね。(期待通りに野菜が育つのか少し心配なのですが・・・)今年は大失敗だったタマネギ。先月種を蒔き来月の植付けに向けて順調に育ってくれるかな・・・ジャガイモやネギが早く土寄せをしろ! 葉物がもっと早く種を蒔け! サツマイモにサトイモが早く掘れと・・・

松本 邦裕

田んぼだより ~新永塚田んぼ~

数年前、田植えの手伝いにうかがったら、新しい田んぼを始めるところとメンバに誘われ、以来米作りに味噌作りと、農の会に参加することになった古田です。皆さんこんにちは。今年の新永塚田んぼは、地元からの3家族、鎌倉からの3家族を核に数家族が出入りして、のんびり(私だけ?)活動をしています。農の会屈指の芸能/芸術集団である永塚田んぼ団の皆様を先輩に、永塚田んぼの少し南側にて2反の田んぼを3枚に分けて稲作をしていますよ(最近ハマっているGoogle Earthで探してみたら、しっかり畦が見えてびっくり!)。昨年は1枚、今年は2枚と不耕起も取り入れてみました。昨年はあまりクサが出なかった記憶があるのですが、今年は昨年比でクサは増え、あっさり減るかというところでもなくて悩ましいところ。日照と稲の生育のスピードも関係あるんでしょうね。稲はしゃべれないので、観察して経験を積むしかありません。日頃慌ただしくマチなかでバタバタしている身からすれば、田んぼは時間の流れが全然違って面白い。いろいろ考えさせられます。さて、収量はどうなったかな。

今回は自己流小麦の栽培ノートです。お米に肩を並べる日本人の主食「小麦」。その割には小麦畑にお目にかかりません。輸入に押され、農家が作ってもお金にならないのが姿を消した原因のようです。折しも今年はおイストリアの小麦が凶作だとか。国産小麦を見直す好機になるかも知れませんね。さて、今回紹介する品種は「農林61号」です。これは北海道・東北より温かい地方、特に関東地方で多く作られている中力粉の小麦です。

播種期▼ 10月20日～11月上旬（もう少し遅くても採れますが早播きはダメなようです）

畑の準備▼ 1～2週間前までに耕耘し、溝を掘ってそこに堆肥等の元肥を入れて埋め戻します。反当たりの播種量が多いなら肥えも多くなります。

種の播き方

①人力中心型▼手刈りの人は畝幅50～60cm。点播きにします。

種同士がくっつかないようにバラバラと播きます。

②機械化型▼ バインダーで刈るなら条播きします。（播種量1反で3～4升）

管理▼ 霜が降りたら麦踏みをしします。1月に麦の上に土を被せて踏んで分げつを促します。2月上旬に追肥をします。追肥は2月20日以降してはいけません。

取穫▼ 関東では取穫期が梅雨です。刈取ったあとはなるべく雨に当たらないように乾燥させてから脱穀します。保存はコクゾウムシやネズミに注意しましょう。

そらやの百姓日記 2006・10・15
足柄平野で耕し始めて丸4年が過ぎようとしています。1年間の研修を終えて、農地を探していた時、たまたま出会ったのがあしがら農の会でした。すぐに借りられる畑があり、野菜が出来たら出荷できる場もあるという何とも恵まれた話でした。初めは自家用だけだと思っていた田んぼも1年目から販売も出来、お米と野菜の2本柱ができました。まったく知らない土地であり苦勞もせず、今までやってこれたのは農の会があったからだと思っています。最近、収穫祭をめぐる議論の中で、農の会との関係を考えざるを得なくなりました。4年前から比べても農の会はどんどん拡大しています。色々な催しも行われるようになりました。でも、そらやにとっての農の会は野菜とお米を食べてくれる皆さんとのつながりの場であり、それが自然に広がってほしいと思っています。大規模経営で輸出用野菜をつくれなんて冗談じゃないと地域で野菜と米を作り、食べて頂く事で生活していけるようになることが大事かなと思います。これから私達のような暮らしを始めようと思っている人がいたら、協力は惜しみません。それが、そらやにとっての農の会だと思っています。 作美尚子

秋分の日を過ぎたある日、今年四回目のお茶畑の手入れに行きました。6月に葉層を更新するために深刈りしたので、陽が差し込んだウネの間から、ツル草がかなり伸びていました。まず、肥料撒き。来春もおいしいお茶ができますように…。朝露で足元はたちまちグッショリ。次は、来春の芽が揃うように刈り込み。機械はギアを替えてなんとか生き返った年代もの。油を差し差し、ご機嫌を伺いながらの仕事です。最初はちょっとだけトラ刈りになったけど、すぐに慣れる。なんとか刈り終えて、ホッ…。刈り落とした茎葉が早く土に戻るようと、米ヌカとボカシ播き。一連の仕事が終わる頃には、腕はパンパン、背中がコチコチ、足は棒のようーヤレヤレ。夏に襲撃を受けたハチたちはどこかへ行ってしまったようです。それにしてもカマキリやクモがたくさんいたなあ。カマキリやクモは小昆虫を食べてくれるので、お助け虫。仕事が終わって帰るにふと見ると、メスカマキリがオスを食べているではありませんか（カマキリよ、ああ お前もか…。）。命が循環するって厳しいなあ～。
2006年10月 みなみ足柄 ちだ正弘

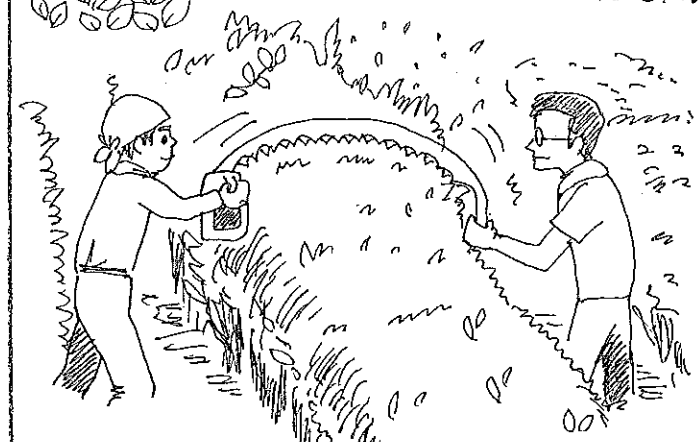
あいらんど通信60 10月13日
笹鶏：鶏肉を出荷しています。
1羽ガラ付きで¥1,500です。
木曜日の夕方お届けになります。
金曜の宅配の時でも可能です。
3月ごろ生まれた、雄鶏です。
12月一杯は、あると思います。
燻製が大変美味しいです。
希望者には、加工を引き受けます。
だし用の鶏は¥500.-です。
メール：sasamura.ailand@nifty.com
でんわ32-6733 笹村 出

Junkan 農園
秋です。稲刈りをしました。自分たちで借りた田んぼはじめての収穫でした。田植えを手植えにしたので、刈り取りも手でやってみました。丸二日。数名の方が顔を出してくれて、機械音のない、静かで穏やかな収穫でした。（日没直前は凄まじかったけれど・・・手伝ってくださった方に感謝！）草刈りも、刈り取りも、手でやるあまり疲れないようです。機械だと振動やにおいやスピードに疲れてしまうのかもしれないと思うものの、畑の広さや日々を埋める様々なものや、かなしいかな効率を考えると、手作業ばかりしてはられません。それでも今回手刈りをしてみて、収穫をずっしり、ぎっしり感じられました。1年間のお米を食べられる安心感が満ち満ちてくる感じでした。
が、丸二日田んぼにかかりきりになっている間に、畑で育っている野菜達が悲鳴をあげていました。少し黄色くなってしまう大根（肥切れ？酸素不足？）青虫くんの襲撃にさらされるキャベツ、成長がストップしていた白菜、間引きを待つ葉物たち、玉葱も草取りを待っている！今年最後の葉物の種まきも出来ていなかった！！穏やかなのは稲刈りの時だけで、その後はみっちり大忙しで機械に頼る日々が始まりました。でも、稲刈り2日間の空と空気を思い出して深呼吸すれば、うーんがんばれそう！！
(中田早保)

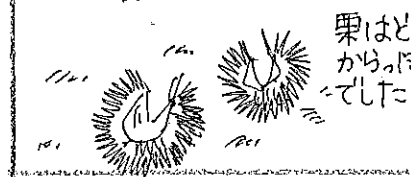
ぽんぽこファームの極私的農業考
秋の種まきが一段落しました。普段は何気なく蒔いていることが多い種ですが、その一粒と一粒のことを考えると不思議な気持ちになります。この小さい種から魔法のように根が出て、芽が出て大きく育っていきます。特にトマトなどは、あんなに薄っぺらい小さなものが、どんどん成長し、何十個もの実を付ける。普段当たり前のように接していますが、よく考えてみると実に神秘的なものを目の前に見ているわけです。
いにしえの人々は、色々なものを見るに当たって、「地」「水」「火」「風」といった四つの成分を当てはめて考えたようです。そして、それぞれの四つの成分に対して対応する精霊達が植物を育て、成長させていく助けをしていたと考えられていました。
まず、大地の母胎に包まれた胚種に、宇宙のエネルギーが注がれ発芽します。根の精霊「ゲノム」が地と根を仲介します。そして、植物を上方へ誘います。水の精霊「ウンディーネ」の働きで葉を広げていきます。風の精霊「シルフ」は、「ウンディーネ」と共働して理想的な植物形態を織り出します。火の精霊「サラマンダー」は花粉と大きく関わりを持ち、植物の受精に働きかけます。
現代の科学では遺伝子のことなどは分かっても、本質的な育っていく力自体は解明出来ていないような気がします。乱暴な言い方をすれば、分かっているのはこうしたらこうなるという作用そのものだけです。そういった作用の奥にある目に見えざる働きを感じたくってしまいます。
ぽんぽこファーム 中村隆一

「やっぱり百姓一年生」
雑草の勢いも夏ほどではなくなったり、ほととぎすの虫束の間、昨年もらったゴマの香ばしさが忘れられず7月に何も考えずたくさん播きました。そろそろゴマがはじけた時期、収穫し、乾燥させ、実をふる、落とし、集めた実をきれいにする。収穫後に手間がかかる作物ですが、早くまた香りを集めたいです。
待てよ、大豆もたくさん播いちゃったしあ。まだまだほっとできな。計画性の高い百姓一年生でした。
吉田裕香

10月26日 茶畑の草とりがありました。



機械でお茶の木をきれいにメリリ整えたり、雑草をひっこめたり。来年も良い茶葉がとれますように。



栗はどれもからっぽでした。

柚子をすこしもらいました。ネト汁

竹林パワ-全開

10/31, 11/5の2日間、南足柄市弘西寺の竹林にて、手入れを行いました。

参加者は10名程でした。竹林が広いので、全部終えるのは無理でした。毎年少しづつでも進めていくしかないと思いました。

手入れが終わった所は、春の夕日に待つばかり!! 楽しみです。

とにかく、やってみて思うのは、竹林が荒れ過ぎて手に負えなくなる前に、協力して維持していくことが大事だということです。竹林の中は、静かで、気持ち落ち着きます。手入れをして、光が射し込み、頭上に空が見える時が最高です。またやりますので、どしどし集まって下さい!!! 田中 大樹

地場旬自給

あしがら農の会は足柄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、地域で自給のため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の宅配を行っています。(その他お米、お茶、卵、鶏肉、豚肉なども)

田んぼの会: 現在約100家族以上が、あしがら平野の13ヶ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。

料理の会: 2月には味噌を麹から手作り、6月には梅をいいで梅干作りを... などなど、できる限りの自給を目指して行っています。

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。

あしがら農の会

通信 11月号

第55号 2006年11月17日発行

編集・発行 NPO 法人あしがら農の会

代表 千田 正弘 0465-73-5881(tel/fax)
kousakusya-t@syd.odn.ne.jp
編集 中田 早保
ktrack-cafe05@lapis.pala.or.jp

あしがら農の会 1ヶ月の報告と連絡

報告

10/26 今年最後のお茶畑の作業が行われました。10名ほどの参加があり、刈り込みも無事に終わりました。来年も美味しいお茶が飲めますように...

10/30・11/5 弘西寺の竹林で間伐などの作業が行われました。なたやチェーンソーなどの持ち物のせいか参加者は生産者ばかりでしたが、竹林も一部すっきりしました。↑に報告が載っています。

11/10 定例会が大井町中央公民館で開かれました。報告は掲示板に載っています。ご覧下さい。

11/11 笹村邸にて最小限の家作りの集まりが開かれました。実際に家を建ててみる場所の見学、これからの進め方、材料などについて話し合われました。

11/16 夏の間に煮詰めてストックしておいたトマトで今年もソース作りを行いました。(詳しくは来月号で)

お知らせ

11/18 赤田の真竹の竹林で作業です。8:50分にこの村直売所に集合してください。冬瓜の暖かいスープが食べられるかも! 090-9489-2216 (田中)

11/19 大豆の収穫 味噌の会のお豆、いよいよ収穫です。豊作の予感! 雨天の場合は11/23に延期します。0465-42-7099 (中原)

12/3 あしがら農の会 収穫祭 今年は申込制です。忘れずにお申し込みください。場所は小宮農園。夏祭りと同じところ。090-4820-2753(中村)

12/8(金) 18:30~ 大井町中央公民館であしがら農の会総会を行います。是非ご参加ください。

あしがら農の会のHPが12月に完成予定です。今のところ、工事中の画面がたくさんありますが、楽しみに、そして、応援しながら待っててください。収穫祭についてはアップされています。(通信のページはまだ出来ていません...!)

これまで通信にレシピを寄せてくださったみなさま、有難うございます。旬を過ぎてしまっただけで載せられないものもありました。ごめんなさい。これからも、皆さんが普段、野菜を使ってどんなお料理を召し上がっているのか、教えて下さい。また、こんな野菜についてのレシピをのせて! というのがありましたら、リクエストしてください。

田んぼ便り

あるとき、農の会のT君から『田んぼに菜の花を咲かせるのは、春の菜の花摘みのため...?』と聞かれました。確かに、それも付録としてあるけれど...。自分の場合は、夏の炎天下の草取りから開放されたくて、菜の花に取り組んでいます。

菜の花は土にすき込むと腐熟し始め、田植えの後は雑草の芽に作用して草抑えの役目をするそう。やがては稲の肥料になる。ここ2~3年、草は皆無というわけではないけれど、炎天下の草取りからは開放されました。秋の種まきの工程を数えてみたら9つ。少しでも暖かさの残るうちに、4か所=6反の田んぼに一日でも早く種を播きたいので、早朝から夜は遅くまで...。こんな調子が1か月続く。

半年後、田んぼ一面に広がる黄色い花のジュウタンは、目を見張るほど。田んぼがくれたご褒美だなあ。

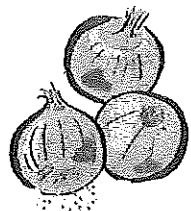
2006・11 みなみ足柄 ちだ 正弘

~そらやの畑便り~ 2006・11・10

今年の春から大井町の赤田の山の上に畑を借りました。集荷場のある畑からは車で15分位の処ですが、毎日のように行けないので、あまり手の掛からないものを作付けしました。メインはさつまいも。山の畑は獣害が多いという話をよく聞きますが今のところ被害は無く、無事にさつまいもを収穫できました。みかん畑の後での初めての作付けで味はイマイチのようですが、見かけはまあまあです。今までの畑ではいつもコガネムシの幼虫の餌食になって、穴だらけのいもしか出来なかったのが、ちょっと嬉しい気分になります。

ところで、今年も11月になっても暖かい日が続いています。葉物野菜はまだまだ成長を続けています。寒さに当たって甘味が増してくるのが、冬野菜の美味しさなのですが、この様子だとまだのようです。そうは言っても暖かい汁物などは美味しい季節です。我家では、出汁も取らずに人参、大根、牛蒡、里芋、ネギ等をクツクツ煮込んで具沢山の味噌汁が定番になります。皆さんの食卓にはどんな料理が並びますか? 体を温める根菜を沢山食べて、冬を元気に過ごしましょうね。 作美尚子

今年もまたタマネギの植付けシーズン到来! 今回の自己流栽培ノートはタマネギ編です。皆さんご参考にして下さいと言いたいところですが、過去3回ともなんくる農園では不作でした。”いきいき家庭菜園”のタマネギ編を参考に記載いたします。でも今年こそは頑張ります 玉葱。4回目のチャレンジ! 昔から”4度目の正直”と言いますので今度こそは……



【播種】 早生は9月10頃、中生・晩生は9月20頃に種蒔きをします。条間10cmで筋蒔きし、覆土はやや薄めで、稲藁などで被覆して水をたっぷりあげます。ネギ類は草負けしやすいので草取りはきちんとします。株間が1cmぐらいになるように間引きもしてあげます

*なんくる農園では三角穂で溝をきった後播種機で種をまきます。

【定植】 定植苗=草丈20cm・茎が鉛筆がらみの太さの苗を目標に育てます。

* あくまでも目標でなんくる農園ではもっと小さな苗を心をこめて植え付けます。

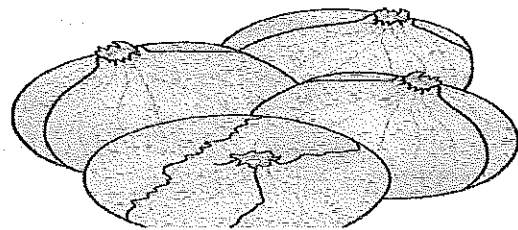
時期=早生は11月中旬、中生・晩生は11月下旬以降。寒さの厳しい1月は除いて2月頃まで定植可能

定植=条間25cm・株間12cm・深さ約4cm。冬に霜で苗が浮き上がらないように株元をしっかり踏み固めます。

【管理】 球が太り始めるまでの養分供給がポイントとなるので12月及び2月頃ボカシを追肥します。草取りも忘れずに。抑草及び球の肥大時の乾燥防止のために草質堆肥を被覆してあげると尚結構! 初設で被覆する場合には表面に米ぬかを撒くと風で飛び散りにくくなります。

【収穫】 茎葉が8割ほど倒れたら収穫。晴れた日に畑に抜き取った玉葱を並べて乾燥させます。

【貯蔵】 雨の当たらない風通しの良い日陰につるして保存。大き目のものより小さ目のもの、早生のものより中生・晩生のもののほうが保存がききます。



丸得情報

来年の6月以降出荷場の天井の張りには数多くのタマネギがぶら下がり、皆様の食卓にも玉葱が……結果はさていかに……?

なんくる農園 松本 邦裕

手間暇かけて本物の味を…

仕事をリタイアして畑仕事に忙しい毎日を送ってみると、自分で言うのも変なことですが、野菜の美味しさを実感します。これは農の会に参加させてもらったからで、消費者の皆さんに安全で美味しい野菜を食べてほしいと考えながら作っているからだと思えます。いろいろな種類の野菜を作るのですべての野菜とは言えませんが、消費者の皆さんもきっとその美味しさを味わっていられると思えます。化学肥料を使って一気に大きく育てると違って、肥沃な土の栄養をゆっくりと吸いながら、太陽のエネルギーを受けて自分の力で育っていくのですから、本物の野菜が出来るのではないのでしょうか? 本物の野菜の味が分からないと、偽物の野菜との違いもわかりません。農薬を使って見栄えの良い野菜(しかも安い!)に騙されるのも当然ですね。そういえば、子育て・教育も同じだと思う。促成栽培ではなく、ゆっくりと手間とひま(と、お金=国の十分な教育費)をかけて子育てすれば、いじめや虐待はなくなるのではないかと。私たちは教育を国に任せ過ぎているのではないかと。国民に教育を取り戻し、日々の暮らしから本物の教育を創っていかねければいけない、と過激な事を考えています。今日は白菜キムチを仕込んだ。美味しく出来ればよいのだが…蓋を開けるのが楽しみだ。(阿部 武)

山の畑やまきた

2006. 11. 10

11月4-5日、「丹沢エコツアーガイド担い手養成講座」の登山実習で丹沢に行きました。

・犬越路林道~檜洞丸~同角山稜~ユーシンロッジ(泊)

・ユーシン~雨山~檜岳~寄バス停

丹沢の中でも、きついルートだそうです。シカに食べられた幹や笹の葉、木々は立ち枯れ、山土も崩れて大きなえぐれが出来ています。林の中の下草は食い尽くされて、シカの食べない植物(アセビなど)だけが生き残って増えています。これが丹沢の現状かと唖然としました。

山がこんな状態では、里で被害が出るのも当然です。今、私達は山の畑を2箇所借りていますが、今年は様々な動物が来ています。只今、収穫を迎え始めたミカン、ハクビシンが食べています。こんな状態なので、山で畑をやる人は減っています。悪循環です。私も、山での農業は厳しい!と実感しています。

ところで先程のミカン、かなり甘味を増してきました。今年は沢山出荷できます。私は酸味が残る位が好きなのですが、味覚はそれぞれ違うので…どうでしょうか。大小様々、見栄えのする顔ではありませんが、ご希望ありましたらぜひお伝え下さい。ミカンもぎしたい方や、箱買いのご注文も大歓迎です。

E-mail: yamanohatake@alpha.ocn.ne.jp (←新アドレス)

TEL: 0465(75)0720

園 穂子

「やまん鶏農場」だより 山下 黎丈 H18. 11. 9

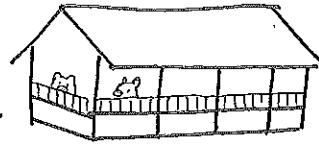
イノシシ捕獲大作戦

今年は例年になく獣の発生が頻繁で猪の親子が家の庭を歩いていたという話はよく耳にする。遂には熊も出て、山に畑の多い山北では危なくて一人では山に行けないと困っている人もいます。その他にハクビシン、鹿、タヌキ、おまけに鳥も野菜、果樹を荒らしまわるとのだからたまらない。自然薯の苗1500本を駄目にされた人もいます。我が家も同じ有り様で、猪は食べないと言う里芋や生姜までひっくり返され、さつま芋は全滅、今年初めて植えた自然薯は全部掘り置かれ食べられた。それではと9/28朝田さんが捕獲用のワナを作ってくれた。だが、猪は現れず何度も何度も小さい獣に餌の食い逃げされるばかり。タヌキか、ハクビシンなのか、狐か捕まらないのでさっぱり解らない。しかし、遂に40日の知恵比べに決着が付きまして。何とそれは猪ならずアナグマのご夫妻でした。畑を荒らしまわった憎いやつですが、可愛い顔をしているではありませんか。さ~てどうしよう。

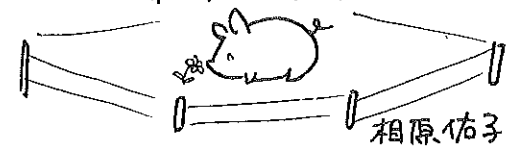


鶏が卵を産まなくなったのもアナグマのせいかな?

11月の金たい雨の日も豚たちはフカフカの床にもぐり、ぽかぽかうとうとしています…



「放牧はしないのですか?」とよくきかれます。出来たらいいなあと思もいます。でも、豚の放牧には想像以上に広い面積が必要です。牛のように草だけならまだいいのですが、土を掘り返し根っこやミミズめ土まで食べるのがお得意です。南郷には効果大ですが、不毛の地にしてフン尿で汚染してしまいかねません。私が安心して見ていられるのは、1ha当たり5~10匹でしょう。せまい足柄では難しい。それでも、出来たらいいなあと思うのは、ちよとした遊び場作り。圃に数日、数時間でも外に出せたらなあ。そんなお散歩豚さんが見たい人は、ぜひお手伝いに来て下さいね!



冬の野菜は冬の間にも色々な食べ方で頂きましょう!

<p>おつまみにぴったり! 大根おろしのもちもち揚げ</p> <p>【材料】 大根 1/2本 葱 2/3本 桜海老 大匙3 自然塩 小さじ1/2 地粉 1/2カップ レモン(柚子) 揚げ油</p> <p>【作り方】 ① 大根は皮ごとすりおろしてざるに上げ軽く水気を切る。(きり過ぎないこと!) ② 葱は小口切り、桜海老は粗く刻む。 ③ ①と②に地粉、塩を混ぜる。スプーンを使って楕円形のボール状にまとめ、中温の油でからりと揚げる。レモンを絞って食べる。</p>	<p>簡単おやつ いきなりだんご</p> <p>【材料】 さつまいも 150g 地粉 100g 自然塩 小匙1/2</p> <p>【作り方】 ① さつまいもは洗い皮をむかずに厚さ1cmの輪切りにする ② ボールに地粉と塩、水50ccを入れ、耳たぶくらいの硬さまでこねて、丸くまとめ濡れぶきんをかけて30分寝かす ③ ②をさつま芋の輪切りの数に分ける。それぞれを平らに広げてさつまいもを包む ④ 蒸し器に湯を沸かし、沸騰したら火を止めて④を並べ入れる ⑤ 強火で10分蒸す。さつまいもに竹串がすっと入れれば完成!</p>
<p>なんでも塩もみ</p> <p>野菜を適当に刻んでビニル袋に入れ、塩を加えて軽くもみ、空気をキューッと抜いて口を閉め、冷蔵庫に入れます。塩の量は野菜500gに対して大匙2。キャベツ、白菜、かぶ、大根、かさばるお野菜もキューッと小さくなって食べ易くなります。そのまま漬物で食べる時には、柚子の皮や、昆布、トウガラシも一緒に入れるとよいです。</p> <p>塩もみ野菜のレシピ ~白菜の中華風いため~ ごま油、つぶしんにく、適当にちぎったトウガラシを弱めの火にかけて、香りが出たら白菜を入れてさっと炒める。酢を回しかけ、味を見て、たりなければ塩か醤油を加えてひとまぜ。</p>	<p>にんにくゴボウのから揚げ</p> <p>【材料】 ゴボウ 50g にんにく 1かけ 醤油 大匙2 葛粉 少々 (又は片栗粉) 揚げ油</p> <p>【作り方】 ① ゴボウは皮付きのまま3cmくらいに切り縦半分にする。 ② にんにくをすりおろし醤油とあわせる ③ ①を②に漬け込み10分ほど置く ④ ③のゴボウにくず粉を薄くまぶし中温の油でじっくり揚げる</p>

あしがら農の会収穫祭2006
●事前予約制



12/3(日)午前9時半集合 グルブリーガーデン旭に2

一昔前の農家では、秋に穫れた穀物を脱穀したり、ふるいにかけて、俵に詰めたりして、一年のびくくりとしたものです。こうした作業のほとんどは機械化され、今は見られません。でも、自給用にちよこちよこ作る農の会の大豆はまったくの手作業です。今年はこの豆仕事を皆でにぎやかに楽しみ、収穫の喜びを分かち合ひましょう。

大豆は「味噌の会」が育ちました

こうじから手作りする「味噌の会」やりたい人が集まって、恒例行事となっております。今年「豆も自分たちで育てよう！」と有志が大豆畑を始めました。苗を育て定植・草とりと手をかけた大豆が収穫期を迎えています。豆々祭ではこの大豆を脱穀します。是非楽しんで、収穫や味噌作りにもぜひご参加下さい！

大豆の収穫 11/9(日)雨天順延→予備日 11/23(祝) AM9:00 ~ PM1:00頃

場所: 小田原市西大友、国道255沿い新魚鮮食館近くの畑
味噌作り 1/21(日)こうじ作り 1/28(日)味噌仕込み
会場: 大井町 グルブリーガーデン旭



お問い合わせは... 中原 さん & FAX 0465(42)7099
メールアドレス snakahara@fancy.ocn.ne.jp

～一緒に自給を目指しませんか？

昼食について

各自おにぎりなどご持参下さい。お餅と汁物も皆でいただきます♪
(餅汁代は会費に含まれています) 眺めの良い、空気の美味しい山の上、和やかなおしゃべりのひと時です。持ち寄り料理も大歓迎！農の会で野菜を作っている人、食べている人、田んぼを作っている人、皆が顔を合わせ、楽しむ機会です。

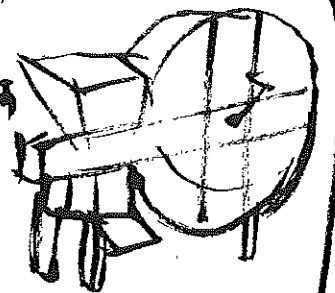
豆仕事

体力のいらない(根気はいるかも...) 誰にでも出来る作業です



手拭拭す

板に打ちつけて豆をおとす



とろみ唐箕

大鍋

朝火をつけて、昼にはいい匂い♪

皆で具材をもち寄り「やみ鍋?!」味噌汁。笹鶏のだし たつぷりの鶏なべとベジタリアンスープの二種を予定。
★具材はそのまま鍋に入れられるように、下ごしらえして一口大に切ってお持ち下さい。

餅つき & きな粉

新米で餅を搗きます。子供の参加も歓迎！
煎った大豆を石臼で挽いて、きな粉作りに挑戦！

Farmer's Cafe 山海亭 OPEN

★夏期限定の農園喫茶「山海亭」がこの日は厳選 MENU で OPEN します。

～ MENU ～

- おススメは農産物の野性の豆の「アンドロメダ エチオピアコーヒー」です。(他にトーストなど)
- コーヒー好きの方はぜひ野性の豆をお試し下さい。(園主より)

今年の収穫自慢 & 農園紹介

農的暮らしの中から生まれた作物・作品、飾りませんか？(要申込)
夏祭りで作った土偶の展示も。あしがら農の会生産者紹介もあります。
Cafe 山海亭前。
⇒ 閉会後に展示野菜即売します！(土偶は?!)

早目の到着 歓迎します

9:30 開会あいさつ 作業説明 開始

作業は同時進行です。とってモ人手がほしいのは豆仕事ですが😊

過ごし方は自由。のんびり屋さんもはりまわり屋さんもそれぞれに楽しんで♪

12:30 作業おわり お昼ごはん

13:30 後片づけ

14:00 味噌の会おしらせ 閉会あいさつ

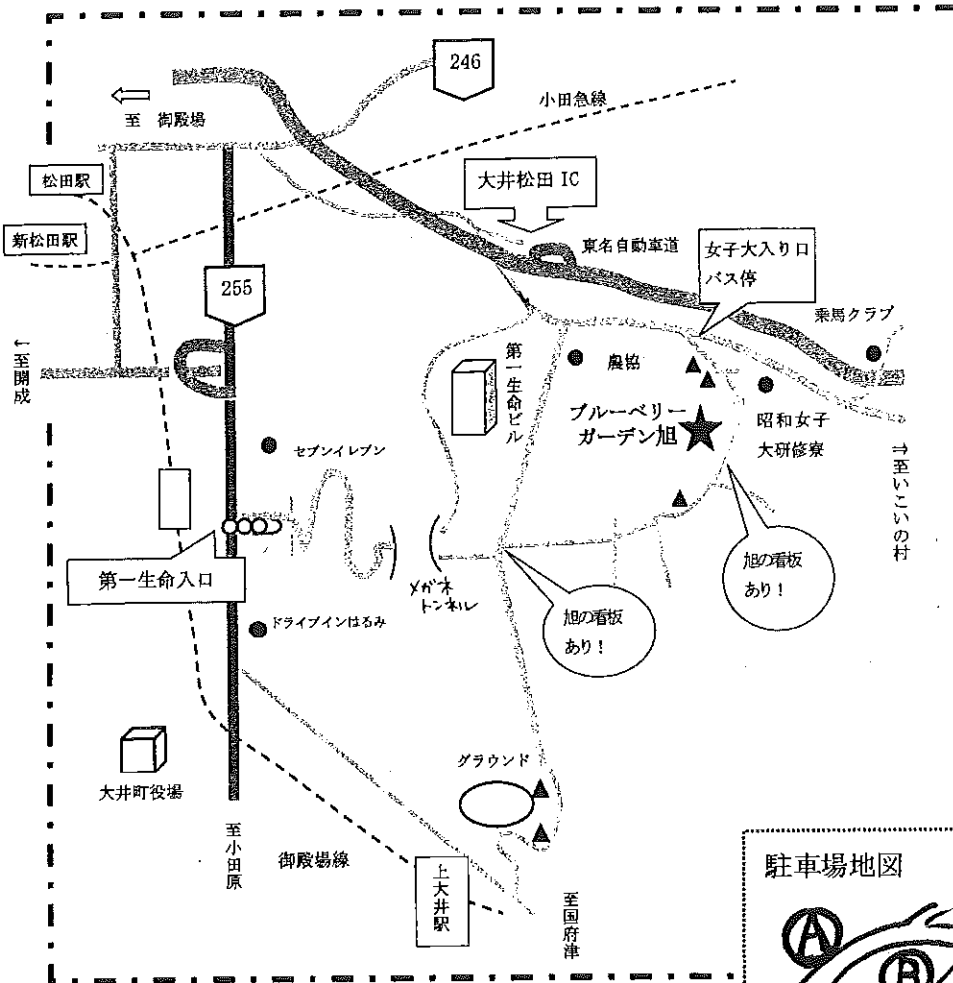
野菜の即売会あり。あとは自由な空間です。Cafeでおしゃべりもよし、音楽を奏でるのも...

大鍋 火入れ

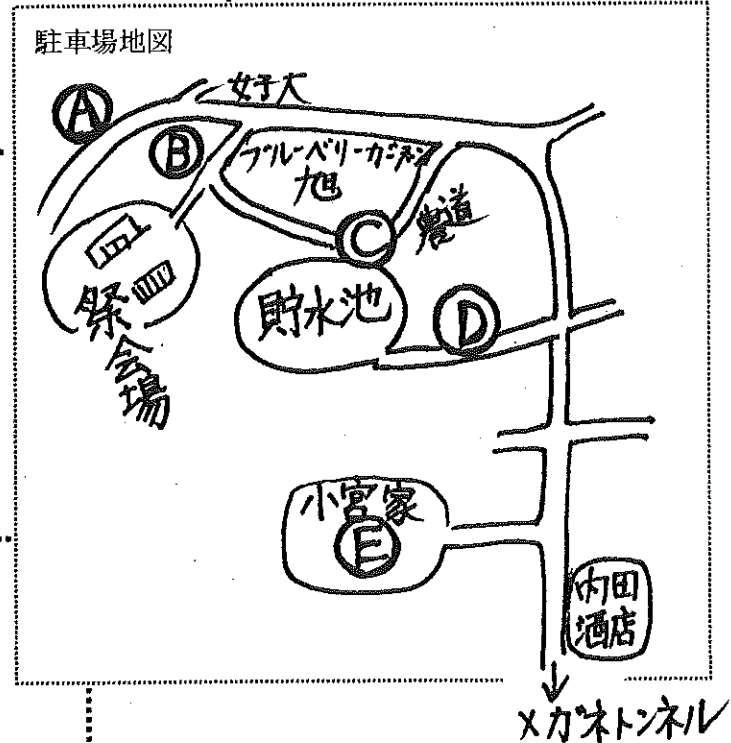
餅つき



農園へのアクセス



駐車場は、絶対的に不足しています。公共交通機関をご利用下さい。車の場合、乗り合いが必要になることがあります。車で来る人は、相乗りの調整をお願いすることがあります。



- ⇒徒歩 御殿場線上大井駅 8:49 着
徒歩 25 分 (荷物は、車で運びます。体力的に不安な方はご相談下さい)
- ⇒タクシー利用 新松田駅より「昭和女子大研修寮」
そこから徒歩 30 秒 料金約 1600 円
新松田からタクシー乗り合い希望の方は、
9:10 までにタクシー乗り場へ
- ◎ 車で来る 国道 255 「第一生命入り口」より 8 分
- ◎ 高速バスで来る 東名大井松田 IC より徒歩 7 分

帰りの目安
タクシーTel 箱根登山ハイヤー 83-6755.
松田合同自動車 0120-401714
JR
上大井・国府津方面 14:58 15:20
松田方面 15:08

- ☆ 日時 12/3(日) 午前9時半集合 午後2時ごろまで
- ☆ 場所 ブルーベリーガーデン旭(*左図参照)
- ☆ 会費 大人300円+カンパ歓迎(小学生以下無料)
- ☆ 服装 大豆の埃をかぶってもよい格好・運動靴・(野外なので)防寒着のご用意を。
- ☆ 持ち物 (自分用の)おにぎり・飲み物・汁椀・箸など
(皆で食べる大鍋に入れたい)汁の実
(あれば)大豆作業に使う容器(クッキーの缶など)・マスク
- ☆ 雨天時 大豆作業は中止となります。Café 山海亭の中で、おしゃべり会に変更です。
- ☆ 当日連絡先 080-3002-8585(相原)
090-5406-7149(小宮;駐車についてのお問い合わせ)

事前予約制です。11/26までに必ずお申し込み下さい。

申込〆切 11/26(日)
申込み先 ●笹村 Tel&Fax 0465-32-6733 (PM8時以降はご遠慮下さい)
メール sasamura.ailand@nifty.com
●あしがら農の会のHPからも申し込みが出来ます。
<http://www.nounokai.com>

参加申込書				
氏名	子供はO	住所	Tel	E-Mail
交通手段について	1. 車で来たい		2. 上大井駅から徒歩	
3. その他				
質問・希望などどうぞ				

あしがら農の会の1年
今年も忙しかったなあ。農の会はこんな1年でした。

- 1月：こぶた畑ななちゃん出産
生産者会議、技術研鑽会、ソバを食する会
みそ作りの会、最小限の家作り
- 2月：田んぼの苗代初作業（堆肥を入れる）
あしがら農の会研究発表会
- 3月：梅の剪定会&野草会、酒饅頭ツアー
- 4月：菜の花茶会、竹林作業、田んぼ苗代に種まき
- 5月：お茶の会の茶摘&草取り、タケノコ掘り
- 6月：各田んぼ田植え、梅の会で梅もぎと梅料理、
真竹の収穫、お茶畑の草取り
- 7月：味噌の会：大豆作りに挑戦一苗の植付け
夏祭り、集荷場改築
- 8月：お茶畑草取り&草刈、野菜生産者の畑見学会
- 9,10月：各田んぼの稲刈り、
お茶畑のお茶の刈り込み作業
- 11月：竹林管理作業、最小限の家作り、
第2回ソースの会
味噌の会大豆の収穫（豊作！）

大豆の収穫おわり、 次は味噌作りです。

6月の種まきから7月の定植、草取り、11月の刈り取りまでのべ80人以上の協力がありました。大難関が予想された脱穀、選別も12月の収穫祭会場で大勢でやったので3時間で終わりました。総収量は約90kg。一人10キロの味噌を仕込むとして30人分です。当初80kgを目標にしていたので初の試みとしては大豊作といいでしょう。

この大豆を使う味噌作りは(1/21 麴作り、1/28 味噌仕込み) 夏祭りや収穫祭の会場だったブルーベリーガーデン旭で開催します。お米を蒸すのも大豆を茹でるのもカマドと薪を使います。大豆は一度に100キロ以上の大豆が入る五右衛門風呂のような大釜で茹でます。去年までよりもずっとワイルドで楽しいものになりそうです。

ほとんど屋外の作業なので寒いと思いますが、火があるから大丈夫かなあ。これまでの大豆栽培に出来なかった方も味噌作りにはもちろん参加できます。詳細は味噌作りの会のお知らせをご覧ください。

味噌作り担当 中原

あしがら農の会 1ヶ月の報告と連絡

11/18：赤田で竹林の整理作業を行いました。春にすっきりさせたはずの竹林、もううっそうとしていて、がっくり。出来るだけの作業をしました。

11/18・19：大豆の収穫をしました。報告は中面
12/3：あしがら農の会収穫一祭豆々祭りがブルーベリーガーデン旭で行われました。100名ほどで、楽しく大豆の脱穀をしました。おやつにはおいしいお餅（作りたてのきな粉と納豆をつけて！）お昼にはおいしい汁物が振舞われました。今年も1年収穫に恵まれ感謝です。

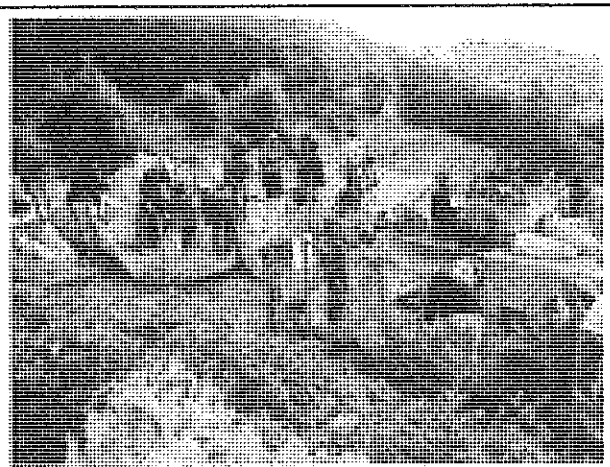
12/8：あしがら農の会総会が開かれました。代表が千田正弘から相原海になりました。詳しい総会の内容はあしがら農の会のホームページをご覧ください。（アドレスは表紙をごらんください。）

お知らせ

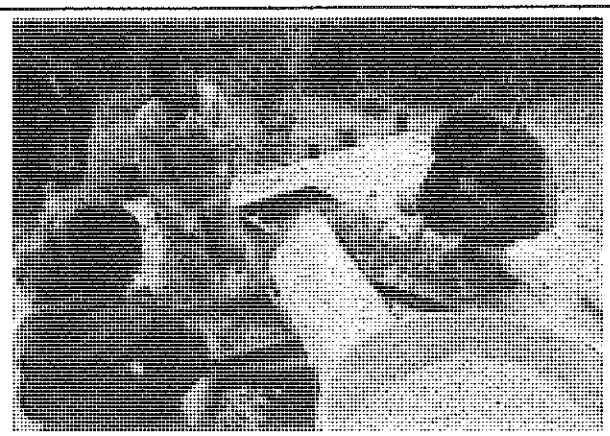
年末年始の野菜宅配について

今年は年内いっぱい配達いたします。12月29日が年内最後の配達になります。1月2日、5日はお休みさせていただきます。年明けの配達は1月9日（火）12日（金）からになります。

1/12：あしがら農の会 定例会



豆々祭りの風景。こんな絶景の場所で脱穀しました。↑ つまみ食いしながら脱穀作業。下に見えるのが大豆です



あしがら 農の会

通信 12月号

第56号 2006年12月15日発行

編集・発行 NPO 法人あしがら農の会
ホームページ <http://nounokai.com/>

代表 相原 海 0465-73-2981(tel/fax)
編集 中田 早保
ktrack-cafe05@lapis.pala.or.jp

地場 旬 自給

あしがら農の会は足柄地域に様々な循環を作りたいの思いから、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、地域で自給のため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の宅配を行っています。（その他お米、お茶、卵、鶏肉、豚肉なども）

田んぼの会：現在約100家族以上が、あしがら平野の13ヶ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。

料理の会：2月には味噌を麴から手作り、6月には梅をいいで梅干作りを・・・などなど、できる限りの自給を目指して行っています。

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。

田んぼ便り

音、色、匂い、そして味覚、さわやかな風
四季の移り変わりを十分に楽しんだ田んぼの1年目が終わろうとしています。

田んぼ仲間から色々な事を教わり、そして学んだ1年でした。今は自分で作ったお米をしみじみと味わっております。

ぼち田んぼは耕起して機械植え、隣ではふくちゃん田んぼが不耕起、手植えで育てています。（福永さん家族）弱々しい早苗は田植えが終わるとすぐに雑草が芝生の様に生えて来て、まごまごしていると見分けが付きなくなります。思えば足を取られながら随分田んぼに入りました。一方ふくちゃん田んぼは雑草などまったく無し。環境も水も太陽も土壌もまったく同じ条件で、何なんでしょう。この差は！結局収穫まで雑草との戦いでした。ヤダ～不耕起ちゃんたらもう！

そんな訳で、来年は不耕起だす。身代わりの早い（怖いもの知らずの）ぼち田んぼでした。

ぼち田んぼ(Nukada) Dec.2006

畑便り ～山の畑やまきた～

この時期の朝6時は漸く空が白み始める時間です。しかし、山の畑へ向かう林の中の道はまだ「夜の闇」が支配しています。その道を歩いている間に明るくなってきます。現在、畑にはダイコンやコマツナ、ミズナ、ハクサイ、ネギ等、緑色の物ばかりでニンジンの白い花が目立っています。これは種を取るためのものです。

12月に入っても厳しい冷え込みは少なく、野菜の寒さ対策を怠りがちでした。今頃になって藁を敷いたり、トンネルをかけたりしています。先日播いたハウレンソウは10日程かかって発芽しました。寒さの中で生長し、霜に当たって甘味を増す事と思えます。収穫できるのは来年の2月頃になります。

ミカン畑は収穫真っ盛りです。この春に借受けた畑なので我々が収穫するのは初めてです。見た目は良くありませんが、甘味と酸味が程いいミカンです。夏ミカンもあり、こちらも楽しみです。野菜同様、農業は使用していませんので、ジャム作り等される方はご連絡下さい。

山北町 前田裕司

あいらんど通信61

12月 8日

卵の不足でご迷惑をおかけしました
何とか持ち直しています。鶏肉は
お陰さまで、92羽大切に食べて
もらえました。残り8羽が21日
に配達になります。希望の方は連絡
下さい。

家の脇に鶏小屋を作るために準備し
ていますが、移動計画はありません。

メール：sasamura.ailand@nifty.com
でんわ32-6733



今年はどこも柿の実の成りが少なく、
こういう年は暖冬になるそうです。とはいっ
ても冬は冬、低温にあわないうちに、とサト
イモを掘りました。毎年サトイモはウネを作
らず、畑の隅をぐるりと一周種イモを突っ込
むだけなので、ほとんどがアップルミントに
覆われています。葉が枯れて消えそうな株
を見つけて、網のようなミントの根をはがし、
小芋を掘り出します。大きな親芋はまとめて
土の中に埋めておき、春になったら掘り
出して芽を欠いたのち、逆さまにして植え
ると大株になる、と先日教えてもらいました。
赤いズイキは皮をむいて干しました。この
仕事が終わると、もうすぐお正月…の気分
になります。

みほみ足柄 千田高美子

自己流野菜の栽培ノート

野菜の保存法

そらや 作美尚子

12月も半ばになると畑には毎朝霜が降りて、私たちに食べられる順番を待っている野菜達は一生懸命寒さに耐えて甘さを増しています。この時期になるとハウスやトンネル栽培以外では種まきはできません。そこで、今回は野菜の保存方法についていくつか紹介してみます。

- 《畑での保存》
- 大根…青首大根などで地面から肩が出ているものは凍ると傷んでしまうので、葉の付け根まで土をかけてしまいます。又は、穴を掘って葉だけが地面に出るように埋め直します。
 - 人参…なるべく地表に肩が出ないように土をかけておけば3月までそのまま保存できます。
 - 白菜…稲藁やひもなどを使って外側の葉で結球を包むように縛っておきます。晩生の品種なら3月まで保存できます。
 - 里芋…霜が降りて葉が枯れてきたら葉を残したまま根元に籾殻や土をかけておきます。掘りあげた芋を穴を掘って埋める方法もありますが、田んぼの跡地で深く掘れない畑では、多少傷むものがありますが、前述のような保存方法で3月まで置けます。
 - じゃがいも…晩秋に収穫するいわゆる秋じゃがはそのまま保存できます。使うときにその都度掘れば新じゃがとして食べられます。
 - さつまいも…保存適温が13度~16度位なので穴を掘って埋めておくには深く掘る必要があります。少量の場合は籾殻を詰めたダンボール箱などに入れて室内の寒くない所においておくこともできます。
- ★ イモ類は種類によって保存適温が違うので要注意です。
- 《加工して保存》
- 大根、人参は切干にして保存できます。
 - さつまいもは蒸してからスライスしたものを干せば干し芋ができます。
 - その他、干し大根を沢庵漬けにするなど。



三浦大根

★ そらやの畑では今年初めて虫食いの無いさつまいもが収穫できたのでビニールハウスの中に保存箱を作って保存していますが、果たして上手くいくかどうか。段々と野菜が消えていく冬の畑は生産者にとっては不安を伴う景色です。

ぼんぼこファームの極私的農業考
去年から今年にかけ、自分の中で足りなかったことに気づかされ、基本的な考え方は変わっていないものの、アプローチの仕方が大きく変わってきました。昨年までは、不耕起栽培にこだわっていました。しかし、このやり方は土地の利用効率という面であまり良くありません。やり方にもよりますが、私のやっていたやり方では、年一作が基本でした。これでは、今の日本の食糧自給率を考えたとき問題です。もっと土地の利用も含めて、全体の効率を上げる方法を見つけ、実践しなければ、私のようなものが農業をやる意味が無いと感じ始めました。

そんなとき、友人からこんな農法を見つけたと、あるホームページを紹介されました。その中には、私の求めていたほとんどのことが詳しく紹介されていました。今まで漠然と考えていたことが理論づけられ、同じ様な考え方があるんだということに勇気づけられました。

私の師匠にあたる方によく言われていました。「自然農法と言うが、農法とついたらすでに自然ではない。いかにして自然を生かすかと言うことが大事なのだ」と。つまりこれは、単純に自然を模倣することにとられることなく、自然を生かすためなら、今ある最新の手法を積極的に取り入れることが大事なことなのです。

今年になり、今までより積極的に土の中の微生物たちに働いてもらうため、より多クトラクターを使うようになりました。そのようにしてから、土の力が一段上がったような気がしています。

ぼんぼこファーム 中村隆一

~Junkan農園ニュース~ 田中大樹

今年も、農作業を通して色々なことを学ばせて頂いたと同時に、田畑から多くの収穫物を頂き、充実した一年であったなと思います。

本格的な冬を前に、堆肥作りを始めています。これから1月にかけて、落ち葉や草を集め、米糠や油かす、製麺くずや生ゴミなどを混ぜ合わせ、発酵・熟成させていきます。この堆肥を来年のナスやスイカに使おう！と思い描きながら、湯気の中を黙々と切り返します。野菜の質を上げたいという願いを込めての作業であり、とても重要です。

この他に、種苗店から来年用の野菜のカタログを頂きました。自家採種の野菜や、大手種苗会社の有名品種を試行錯誤で選びながら、今からワクワクしています。野菜づくりは興味が尽きません。これからもっと楽しくなっていく気がしています。

畑がいくつもの場所に離れており、移動が大変ですが、それぞれの立地の特徴を活かした作付けを計画して行きたいです。

来年もまた、日々の農作業を大切に、おいしいと思える野菜を、アイデアレシピと共に皆様にお届けしたいです。

この一年間、どうもありがとうございました。

冬の寒さであまくなる人参のレシピ

人参ジュース 人参を皮ごとすりおろします。茶漉しなどでこします。あまくてさわやかな味です。

人参ジュースの絞り粕のおやき

- 人参のしぼりかす：200g
 - 地粉（中力粉）：200g
 - 自然塩：小さじ1/2
- ①ボールに人参の絞り粕、地粉、塩を入れえ混ぜ合わせ、よくこねる
 - ②①に濡れぶきんをかけて30分ほど寝かせる
 - ③②の生地を2等分して厚さ約5mmに平たくのばす
 - ④フライパンを熱して菜種油（又はごま油）をひき、③を並べて弱火でじっくりと両面を焼く。

人参スコーン

- 人参 100g
 - 地粉 200g
 - ベーキングパウダー大匙1
 - 塩 一つまみ
 - バター 60g
 - ヨーグルト 少し
- 1.人参をすりおろしてこす。ジュースはヨーグルトと合わせて110ccにする
 - 2.ボールに粉、BP、塩を入れて混ぜる
 - 3.ナイフで切りながらバターを入れ指先でバターがぼろぼろになるまで混ぜる
 - 4.すりおろし人参を加えて混ぜ、ヨーグルト入りジュースも加える。
 - 5.台で伸ばして1.5センチの厚さにして8等分にナイフで切って220度のオーブンで15分焼く！

第2回ソスの会に感想をいただきました!

楽しいし、2072.12.21のソスの会の日
ソス作りで使った食材と行商して
いじめる。という言葉と本はベトナム
生春巻の皮と行商。本はベトナム
参加させて頂戴したい。生春巻は
リーフレタスとセロリの葉を汁で炒り
マヨネーズで美味しく引き立てシンプルに
おいしく。地には大根のペロペロが
次の日お肉のポロリと煮て何度か
作ってる。おべ即興で作る料理は
食材と生春巻の皮の組み合わせ。切り方
塩加減はとろろ参考になった。来年も皆々
のソス作りを応援。感謝して又来年の
料理教室に参加するのを楽しみます。
せに。ピラフ。ソス。お肉と美味しく
作る。漢方薬膳鍋は本は本は本は本は
温められ。とろ暖かお一日はあった。
坂倉美穂子