

農の会の仲間の加工品自給自慢

「新春の集い」に集ったメンバーで年間の加工品をあげてみました。こんなにたくさんの食べ物が自給できるんですね。加工品の横に書いてあるお名前の人に声をかけたら貴重な品、分けてもらえるかもしれませんよ!?

- | | |
|--|--|
| <p>1月</p> <ul style="list-style-type: none"> ・干しいも (そらや・松本) ・ミカンジュース (中田・前田) ・レモン蜂蜜付け (中田) ・あわ餅 (海老澤) ・白菜漬 (田中) <p>2月</p> <ul style="list-style-type: none"> ・みそ作り ・醤油 (そらや) ・たくあん・切干大根 (海老澤) <p>3月</p> <ul style="list-style-type: none"> ・卵油 (笹村) ・はこべのはみがき (Junkan) <p>4月</p> <ul style="list-style-type: none"> ・桜の塩漬 (前田) ・スギナ茶作り (田中) ・山菜 (海老澤) <p>5月</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ラッキョウ漬 (相原・笹村・中田) ・お茶 ・マーマレード (前田) ・酒饅頭 (海老澤) <p>6月</p> <ul style="list-style-type: none"> ・梅ジュース・梅酒 (相原・そらや・中田・前田・笹村) ・梅干 ・梅酢 (松本) ・うどん (海老澤) ・野いちごジャム (山下) <p>7月</p> <ul style="list-style-type: none"> ・番茶 (田中) ・乾燥山くらげ (松本) ・しその葉醤油漬 (相原) ・みょうが梅酢漬 | <p>8月</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ブルーベリースムージー (小宮) ・甘酒 (海老澤) ・トマトの瓶詰め 11月まで (中田) ・バジルペースト (相原・中田) ・キュウリのピクルス (中田) ・唐辛子醤油 (山下) <p>9月</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ヨモギエキス (中村) ・栗の渋皮煮・ジャム (海老澤) ・しその実塩漬 (中田) ・柚子コショウ (山下) <p>10月</p> <ul style="list-style-type: none"> ・トマトソース作り (藤崎・諏訪間・笹村) ・あわせんざい (海老澤) ・柿酢・干し柿 (瀬戸) <p>11月</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鶏・卵 燻製 (笹村) ・かりん酒 (笹村) ・摘果ミカンジュース (前田) ・そば (海老澤・松本) ・干しいたけ (相原) ・こんにゃく (山下) <p>12月</p> <ul style="list-style-type: none"> ・柿酢 (笹村) ・たくあん (田中・そらや・千田) ・白菜漬 (海老澤) ・柚子マーマレード (笹村) ・柚子酒 (笹村) ・餅 (そらや・海老澤・千田) ・干し柿 (前田) ・切干大根 (松本) ・年賀状のモデル (相原) |
|--|--|

年間通して

- ・ラード (豚脂) を使っています。精製まではしないけど (相原)
- ・炭・どぶ〇く (前田)

あしがら農の会

通信 2007年 1月号

第57号 2007年1月18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 0465-82-1353 (tel/fax)

ktrack-cafe05@lapis.pala.or.jp

畑便り

Junkan 農園 田中大樹

新年を迎え、皆様いかがお過ごしでしょうか？
今年はずっと暖冬のような感じです。昨年の冬は寒さが厳しく、風も強く、毎日の作業が大変で、春が待ち遠しかったのですが・・・。

畑では、大根、人参、里芋、ねぎ、白菜や葉物類が、収穫されるのを待っています。冬野菜は今が旬真っ盛りで、香りと甘みがあり、とてもおいしいです。

人参とかぶを収穫しながら手にとって眺めてみると、もう根が動き始めています。春になると、白く細い根が新しく生えて来るのですが、早くも春の訪れでしょうか。冬の間は畑でじっと寒さに耐えている野菜達も、ざわざわと動き始め、花が咲く季節がもうすぐやってきます。

春と言えば、何かが始まり、さあやるぞ! という気持ちになる季節ですが、一方で、そろそろ端境期のことも気になり始めます。2月になると、畑の野菜が減ってきて、それと共にお届けできる品数も減ってしまいますが、僕の場合は、完全に無くならない様にするため、トンネルやマルチの力を借りて、種まきをしたりします。

今年もそろそろギアチェンジをして、寒さに負けず、がんばります。

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)

たんぼの会: 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(お米・大豆から作っています)、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。

連絡板

1月28日(日)

二宮町で住みよいまちづくりフォーラムが開かれます。徳島県上勝町(ごみゼロの町)の町長の講演が聞けます。(300円)

みそ作りの会

今年はお米もお米の農の会産。おいしいお味噌料理の試食会は28日のお昼頃。自慢のお味噌料理をもってみそ作りの見学にいらして下さい。

1月21日 麴作り

1月28日 みそ作り

場所: ブルーベリー農園 旭

あしがら農の会2月定例会

『たんぼ会議』のお知らせ

場所: 大井町ブルーベリー農園「旭」の喫茶室

日時: 2月9日(金) 18:30~21:15

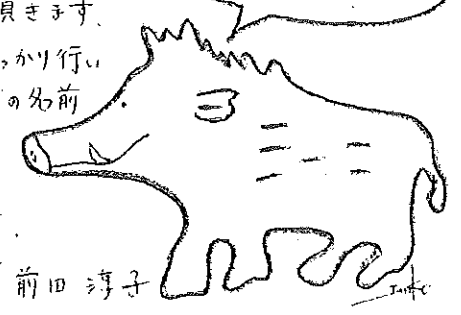
今回はたんぼの話が中心です。ふだんは各たんぼそれぞれに独創的な米作りに取り組んでいますが、「今年の苗代どうする?」「機械のメンテナンスは?」などなど、たんぼ同士で調整が必要な話もいろいろ出てきています。たんぼに片足つっこんじゃっている皆さま、またそれに続こうという皆さま、お忙しい中とは思いますが、時間を作ってお越し下さい。今年はお米を自給してみたい!どこかたんぼの仲間に入りたい!と言う方、是非ご参加ください。

作美尚子 (とらや)
大井町に住んで5年目にたります。
お米と野菜を作っています。
今年は少し余裕を持って野菜作り
ができたらいいなあと思っています。

中村隆一 (ほろこファム)
二定例大磯町で野菜、お米、その子
みかんを作っています。
今年の抱負
いよいよ二定で農業を始め、10年目には
はりうとしていきます。自分たちの自然農業
のスタイルを確立したいと思ひます

みかん、はさく、梨... 昨年
借り始めた2つの畑には100本位の
木があります。三山みかんで
鳥が食べても気にせず甘く実らせて
からもう私たちに30リ頂きます。
今年は剪定と摘果をし、かり行い
つ かん畑に集まる鳥の名前
も覚えてみます。こうして
畑の観察帳が少しずつ
作れたら... と思ひます。
— 山の畑やまきた — 前田 淳子

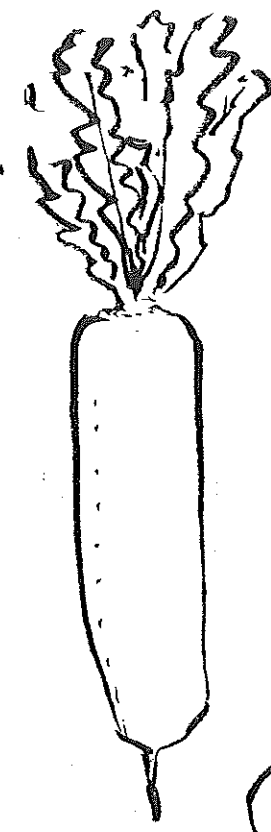
2007年は
柑橘類に愛を込めます



大根を食べつくす!

先日おそば屋さんからきた食方
「大根おろしの汁に、みそとネギを加えて
そば(うどん)を食べる!」
...
というもの。
辛味大根食べたが試食した次の日
イ本がホカホカでした。

(葉) ゴマやシソといっためたり、おせきにしたり。
でも、ゴワゴワしていたり、黄色くなってしまったり
日陰で干してカラカラにして。さらしに袋
に入れて、お風呂に入れると、びらびらする
ほどイ本があたたまります。

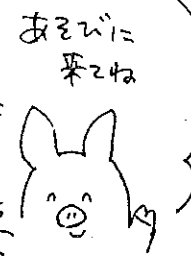


(土) 大きな風呂に石し上げていすか?
うちではよく「ぶらぶら大根」にします。
皮ごと2-3cmの車輪切りにした大根を
大鍋にご飯をき、その上に並べます。
中火で、沸いてきたら、ごく弱火でかき。
透明になったら、しょうゆを少し入れて完成!
ネギ、人参、ごぼうなどを弱火でいためたものに
汁を加えたものを、お味噌汁でいただきます。

(下) 昔みと辛みは、辛味大根に近いです。
おそば屋さんのお法で! 汁のない
大根おろしに、味噌、塩、ネギを
加えて、フライパンでこんがり
大根おせきの完成!
今日のレシピはJUNKAN農園担当
ました

2007年 今年の抱負

今年の抱負
真実の愛
小宮真一郎



相原佑子 (農場こぶた畑)
今年も豚さんたくさんいまーす! まずは
きちんとお肉として命を食べてくれるよう
出荷、加工、配達の日々の仕事に真面目に
取り組みます。でも、そのときまのちよとした
時間に、ホッとお茶を飲む。そんな余裕を
皆さんと共に楽しみたいと思ひます。

相原海 (こぶた畑)
食へ行くこと、前進する
こと、でます"は貯金できる
ようにする! といいな

田中大樹 (Junkan農園)
毎日畑仕事をがんばっています。宅配も
させて頂いており、いつの間にか30件に達し
ました。二年前に足柄野へ移住してきた
頃からは想像もつかなかった状況です。
今年もしっかりと腕を磨いて、着実に
野菜作りを続けていきたいです。

10の産卵数の
平均化に挑戦せよ!
(おずかしい!) 山下

最近のヒット!
ぶらぶら大根のおやつ。
うちでは、いつも余るのでおが、
それにネギ(下田)と
ホウレンソウを加えて、
塩としょうゆと味噌をどとの
まよ。
食べる時に、大根おろし
おせきを入れると、
お味噌煮みたい!
おいしい! 田中君に感謝

今年の抱負 海老澤昌宏
畑のぼは自給用の規模に留め、畑作
の機械化による積極的な規模拡大。
自給農と経営としての農業の両立を目指し、
ひだまり屋の農産物加工販売所を持つ
が、出まらば飲食店舗を持つ。

中原茂樹
今年、自給率を上げて
もっともとのんびり
くらしたいと思ひます

中田早保 (Junkan農園)
大井町、開成町、南足柄で野菜、
みかん、お米、小麦を2月にJunkanから
作っています。この通信も1年作ります。
今年の抱負
(じもイ本も健せかに、日々、命を
大切に暮らしたいです。
今年、小屋を建てるゾ!

諏訪間直子 (親子たんぼ)
だんだん子どもが少なくなってきた親子たんぼ、
仕事で忙しいお父さんの、お母さん、
なにかあります。お田んぼに行くと安心です。

笹木カヨ子 (あいうえ)
小田原市久野で養鶏を
しています。このところ毎日や鶏肉
のクセイ作りにこなっています
今年の抱負
鳥インフルエンザが、気がかりですが、
免疫力の強い鶏を育てる事を
日々、こころがけてい
思っています。

瀬戸知子 (自給農)
曾比で百坪の畑をやり、ほろ田んぼで
米を作り、お茶の会の茶を飲み、味噌の
会の味噌作りもベテランになってきました。
腰痛のせいもある野菜の出来高は減って
ますが、今年「おいしい」を楽しみたい。

飄風飄風と...
千田正弘

今年、
拓く。ひす。
千田高美子

前田裕司 (山の畑やまきた)
1年半前に山北町に移りました。山の斜面にある畑を耕作し、炭を焼いて
います。今年の抱負 石油に頼らずに人力で作る野菜、米、茶
果物を多くの人に提供したいです。体が強く限りますが、

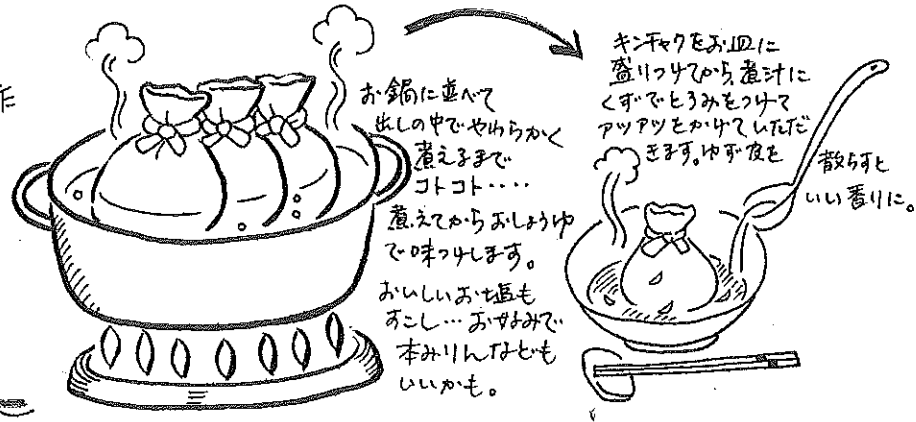
松本利裕 (みくら農園)
小田原で有機農業を中心に、農作業に励んでいます。
"見て美味しい、触って美味しい、食べては本当に美味しい"
という野菜が畑にたくさん溢れ、おもしろい工作を
目指しています。

笹村出
最小限の家
自給の畑
共働きの田んぼ

加藤明 (とらや)
農会のお母さんのおかげを持
ちて5年目を迎えた今年、
業(お米)に近づき、
今年、
したいと思ひます。

learning & dinning

はじめまして！今年の1月から小田原で Open した
マクロビオティックの料理教室、ラーニング&ダイニングです。
毎週届けていただく農の会の元気な野菜とホウレンソウの
玄米を以て穀物菜食の美味しいレッスンをしています。
とんぼ料理？と見てみたかった。“玄米は関係”で
検索していただくと一緒に、出ますので
ぜひごらんください。
Junkan 農園の野菜と
えりやさんのモチキヒで試作
してみた“きんちゃくレシビ”を
かいてみました。とても
カンタンバージョンにして
ありますので試してみ
てください。



↓ 毎月その時に作る加工品の作り方を紹介していきます

初めての醤油づくり

そうや

「わが家で作るこだわり麹」(農文協)という本の醤油作りのレシピどおりに作りました。材料は麹菌、大豆、小麦、塩、イースト菌、水です。まず、豆麹を作ります。味噌と比べると米麹より面倒くさいです。小麦の粒を炒ってから粉にしたものと煮た大豆を混ぜ、そこに麹菌を混ぜます。これを温度管理しながら、72時間面倒をみます。ポイントは温度を上げすぎないことです。米麹より温度が上がりやすいので気をつけないと納豆になってしまうそうです。豆麹ができたなら塩水を作りそこに豆麹とイースト菌を入れて攪拌すれば仕込みは終了です。さてこの液体をもろみというのですが、もろみの管理を1年間しなければなりません。味噌は仕込んで終わりですが、春秋は1週間に2回、夏は毎日かき混ぜます。これで1年くらいして液体と固体部分が分離してきたら、しばって、火入れをして出来上がりです。
まだ、完全に分離しないので、絞っていないのですが、お正月に少しだけ絞ってかまぼこを頂きました。「醤油の味がする」というのが実感でした。今回作ったのは少量で、1年分を作るのは結構大変だと思います。でも出来れば自給したい1品ですよ。

連絡板

2/9 田んぼ会議が開かれました。たくさんの田んぼメンバーが大集合。今年の田んぼのことが話し合われました。

2/24(土)10:00~金井島の苗床に鶏糞をまきます。興味のある方どうぞ。(お昼には終わる予定) 3/4(日)秋に大活躍したハーベスターの掃除を行います。各田んぼからどなたか参加してください。(笹村養鶏場の機械置き場にて)

新永塚田んぼの中原さん、これまで田んぼの会代表ありがとうございました！今年は、あみだくじの結果、親子田んぼから代表が出ることになりました。よろしくお祈りします！田んぼの会計は福永さんが継続してください。会計補佐は永塚田んぼになりました。よろしくお祈りします。

あしがら農の会 3月定例会『お茶会(議)』のお知らせ
3/9(金)18:30~21:15 山北町 岸の堀内亭にて
今回のメインテーマはお茶畑です。五月のお茶摘みが今回も滞りなく行われるために集まりを持ちましょう。今年も自給のお茶を美味しく味わいたい方はどうぞ来て下さい。(初めての方も歓迎、差し入れも歓迎です)
場所のお問い合わせは相原まで 080-3002-8585

久野里地里山発表会
3/18(日)10:00~12:00 諏訪の原 フラワーガーデン
講演:片桐 務氏 報告:一寸木 峯生氏・石綿敏久氏
里地里山は農業者が営みとして行ってゆくのが一番。こういった視点で、研究会をする予定です。参加費は無料です。地場の生産品と言う事で、笹村養鶏場の燻製卵を食べられます。ぜひご参加ください。

あしがら農の会

通信 2007年 2月号

第58号 2007年2月16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 0465-82-1353(tel/fax)
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(お米・大豆から作っています)、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。

ゆるゆる 畑 便り

立春も過ぎ厳しい寒さも和らぎ春の訪れを感じる季節となりました。という時候の挨拶から始まるのですが、今年は冬があったのかというぐらいの暖かさ。寒さの厳しかった昨年と比べて野菜の生育は良くここまでは順調にお野菜をお届けすることが出来ました。(昨年は1月末より一部の方には各週での配達となりました)本日お野菜のこの先3ヶ月の長期予報が出されました。もちろん的中率...?【2月】人参・葱・イモ類はまだ余裕あり。数は十分ではないが大根・白菜・キャベツ・ブロッコリー・葉物など。確実に野菜の量は減るでしょう。レタス・キャベツ・ブロッコリー・トマト・ナスなどの苗作りスタート【3月】人参・葱・イモ類は段々数が減りこの先が心配...ダイコン・白菜・葉物は菜バナに変身!端境期突入...露地葉物の蒔き時到来!【4月】冬野菜はすっかり姿を消し、暖冬の影響で春野菜が早めにお目見え(4月下旬より出始めるエンドウマメが少し早めにお出まし)。アスパラ・タマネギ・キャベツ・レタス・春の葉物がこんには...でも成虫の姿で冬越した虫たちがサンバにあわせて踊りだす...今、ハウレンソウ・コマツナ・コカブの種をまけば4月には採れるかな?抽台には要注意!端境期がとて心配。でもトマトとナスが芽を出し心は少しウキウキ...

松本 邦裕

田んぼだより

石釜ペンで書かれた、天豆さんの田んぼだよりです。今月から田んぼだより、リレーでも行うことになりました。ご自分の田んぼだよりの書き手は、あなたかもし!

天豆田んぼ 山崎 篤史
いつも農に携わっている方のお話し興味深く、また感じて読んで頂いています。
私たちは一家3人で(夫婦+5才娘)と畝半程の田んぼを8年位米作りしています。天豆ペン屋と同時進行です。田んぼを通じて(多くの方々へ)合う事が出来たのでそれだけでも田んぼには感謝しています。周りで米作りにいる人が多くおたのび(農の会の方)後に続けみたい他人任せ的に米作りにいる私達です。情熱不足で量は一向に60kgの壁を越えられません。それでも自分産で汗してとれた米はおいしくて又来年も頑張ろうという気になさしてくれます。田んぼでの作業は大変ですが何かすがすがしく気持ちがいいです。ただ仕事するには、自分には覚悟が出来ません。農を生業としている方々には田んぼに行く度に感心させられます。みんなどういった経緯で...などと想い巡らせてはいます。私達は薪を調達し石窯を使い、パン用の酵母を育てパン屋をやっています。植物も菌も複雑な要因がからむ中で育つ行くので状況は常に変化しています。その状況が生み出すものご自分の望むものとの折り合いが技術だとも思います。でもその折り合いがつかない事がよくあります。予想外の結果、原因不明のケスに出くわします。扱が出たくありません。化学的でも均一な品物や食べ物に慣れてしまっている私はそうぞない不安を感じています。売ることにはおいしい物というものはありますけれど...大切なものはどうにもならない状況に真っ直ぐに向き合う事。そういう事に慣れぬために思えばそれが農へ連がるのではと思います。

味噌の会

2007年1月21日・28日

1月21日と28日、恒例の味噌の会が開かれました。21日は麴作り。多くの方が自前のお米を持ち寄りました。28日はブルーベリー農園旭の小宮真一郎さんの叔父様が素適なティピと大きな大きなかまどや大豆を潰す大きな桶などみそ作りの道具と場所(そして火の番まで!)を貸して下さいました。その大きな大きなかまどで今年は農の会の畑で作った大豆と額田さんの大豆を笹の葉と共に茹でて味噌を作りました。今年のお味噌の自給率が高いですよ。

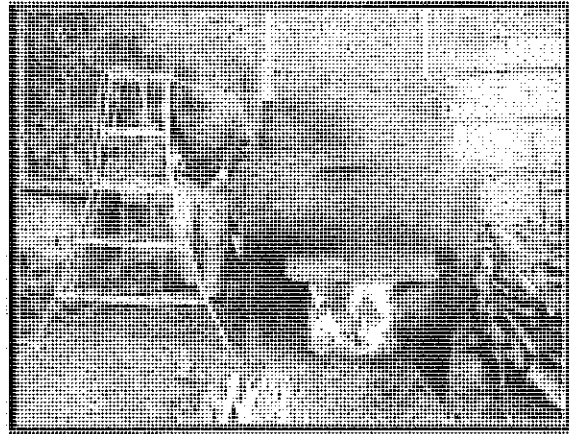
仕込んで約1ヶ月、皆さんのお味噌の様子はいかがですか??



大きな桶に茹でた大豆を入れて杉の棒で潰します。これがかなり大変。小宮さんのおじさんの歌も飛び出しました!

大井町在住のの漆作家、築地さんから感想が届きました!

収穫祭の大豆の脱穀から麴作りだい、大豆の掃除にと楽しく味噌作り初参加させていただいた築地です。自宅での麴作りには仕事の関係で少々'そらや'さんに手伝ってもらいましたが家中麴の香りでいっぱいになった時には、嬉しくて面白くてしょうがなかったです。ただ、麴の産毛を生やすところまでは行かなかったのが残念でした。各家の味噌の自慢料理をいただいたり1年、2年、3年物の味噌を試食させてもらったり、その美味しさに一層自分で仕込んだ味噌への期待がいっぱいに膨らんでいます。仕込みから1週間経って少々味見をしたら塩っぱいながらちゃんと味噌の味になっていました。これからも他の会に参加させて頂きたいと思っています。美味しい物が大好きな築地家でした。



小宮さんのおじさんと大きな大きなかまど

28日のお昼は大豆が茹で上がるまでの間は、お味噌料理の一品持ち寄りランチでした。二つ並んでぐつぐつ煮えた大きなお鍋の中身は農の会の野菜をつかったあったかーいおみそ汁と、しし鍋。みんなが持ち寄ったお料理もとてもとてもおいしくアイデアいっぱいのもばかりでした。ご紹介します!

お団子の甘酒味噌

白玉粉と上新粉のお団子に麦味噌と甘酒を混ぜたたれをかけます。

ぬた

ねぎ、ニンジン、イカをゆでたものを、お酢を加えて味を調えた味噌で和える。

味噌から揚げ

鶏胸肉を一口大に切る塩、コショウ、味噌をからめて20分置く片栗粉をまぶして油で揚げる。

大根サラダ

1. 大根、キャベツ、わかめを切る
2. 塩を振ってませる
3. スープ煮のツナ缶のスープを絞る
4. 味噌、マヨネーズ、ごま油を良く混ぜ、3のスープでのばす
5. ツナ缶の中身を2のサラダにのせ4のドレッシングをかける。

大根サラダ

味噌ドレッシング
・柚子、梅酢、塩、オリーブオイル、味噌、醤油
大根と切干大根とあらめと水菜、玉葱と人参の塩蒸しを混ぜてドレッシングをかける。

しそまき

味噌とくるみを混ぜたものを青じそ(冬は無いので冷凍してとっておいたもの)で巻いて、ごま油で、こんがり焼きます。

卵の黄身の味噌漬

味噌+砂糖+酒(本来は西京味噌)容器の底に味噌を敷きガーゼをかぶせて生の黄身を並べ、その上にガーゼを敷いてまた味噌をのせる。3日間おいて出来上がり!

里芋のコロッケ

里芋をふかしてつぶして塩をするお鍋にみじん切りにしたゴボウ・ねぎ・レンコン・人参などを並べて塩と味噌をのせて蓋をして蒸し煮する。それと里芋を混ぜて丸めて衣を付けて揚げます。

大根の柚子酢

大根をいちよう切りにする柚子(絞り汁と皮)・昆布酢・梅酢・味噌・甘酒を混ぜた物に大根を入れる。

「石釜を作ります!」

ブルーベリー旭の雑木林のふもとに石釜を作ることになりました。長年の夢が、多くの方の応援によりスタートします。

夏のブルーベリー、秋冬春の大きな目玉として石釜が活躍できるようになればと考えています。今回の石釜は今後の展開も考えて、保健所の許可も取れるものになります。

パンやピザなど、石釜ならではの香り、野性味、魅力があります。

今回は、耐火煉瓦250個、普通煉瓦600個を積み上げて、直系120センチの石釜を作ります。

14日、水曜日、こつこつ積み上げ、一ヶ月はかかりそうです。

そこで、制作体験したい方は是非参加してみませんか。

17、24、25の土日。また平日でもお電話いただいでから来ていただければ大歓迎です。

ブルーベリー旭

小宮真一郎 090-5406-7149

果樹剪定講習会のお知らせ

やらねばと思いつつ尻込みしてしまう果樹の剪定を、樹木医さんにお話を伺って、実際にやってみましょう。

日時 2月25日(日) 午前10時頃から午後2時頃
場所 山の畑のみかん畑 (山北駅から見える高松山方面の山)
講師 樹木医 長谷川芳男(はせがわよしお)氏
内容 果樹(みかん、梅)の剪定

持ち物 各自が剪定に使う道具(軍手、剪定鋏、鋸、脚立など)
 昼食 食器類(椀、箸) & スープに入れたい具材

参加費 無料
申込み 2月18日(日)までに、電話かメールでご連絡下さい。畑の場所をご連絡します。

備考
 ・雨ニモマケズ 小雨決行です。(大雨の時は、室内の場所を検討中)
 ・駐車スペースの都合上、なるべく乗り合わせてお越し下さい。
 ・スープの具材他、差し入れをお待ちしています。
 ・山北町在住の、天然酵母「精進パン BERG」さんも参加します。全粒粉・(玄米)・酵母・塩・水だけで作るパン、お楽しみに!当日、昼食・お土産用のパンを御希望の方はHP↓から事前に予約注文して下さい。(http://www17.plala.or.jp/shojinpanberg/BERGHP/)

山の畑やまきた 電話 0465-75-0720
 yamanohatake@alpha.ocn.ne.jp 前園 裕司/博子
 ※ミカン・はっさくご希望の方、当日お渡し出来ますので、お伝え下さい。

ニュース!

「地域に根ざした食育コンクール」2007年度においてあしがら農の会の「市民自給の会」が食育推進協議会会長賞を受賞しました。

自給の会の民さんおめでとうございます。副賞が、聞き書き・ふるさとの家庭料理(全21巻)です。ご利用下さい。

食育という言葉が普及してきましたが、農的な生産という側面を除いた、食育ではあつてはならない。と考え、あえて応募してみました。他の受賞団体を見ると、やはり食生活の改善がテーマのようです。市民自給の会の受賞は、それなりの社会的意義があった、かもしれません。

(笹村)

地域に根ざした食育コンクール

提唱：農林水産省
主催：地域に根ざした食育推進協議会・(社) 農山漁村文化協会
後援：内閣府/文部科学省/厚生労働省

ぶた小屋通信 07 '02

これまで、お肉屋さんの一画を好意で貸してもらっていましたが、年末から、加工所の建設に取り掛かりました。木造の蜜柑小屋の一室を、海が床を塗り、佑子が壁を張り、杉崎さんにも手伝ってもらって天井を張りました。

今まで拾っておいた壁板、流しと蛇口、照明器具やアルミサッシが、まるでもう20年も使い込まれたような顔をして、県の検査官を待ち受けました。緊張の瞬間、幸い話の分かる(笑)方でしたので、永年?の課題であった自前の加工所が認可されました。予算5万円で加工所を建てたい方は、お気軽にご相談下さい。(注・文中の加工所はお肉を切り分ける場所です、ハム、ソーセージとは関係ありません)



相原 海

3月の自給のレシピ：毎月その時期に自給できる、身近(?)なものの作り方をご紹介します。

卵油の製造法

春、卵が余ると卵油を作る。風邪のとき、体が疲れたとき効果があるからだ。但し、製造法はちょっと難しい。一冊の本があるほどだ。卵の黄味だけをガンガン熱してゆき、卵の油だけを抽出する。ただ、信じられないような製法なので、短文では難しい。大やけどをするかもしれない。もうもうと煙が出て恐怖感もある。

卵の黄味だけを100個分大きなフライパンで、炒めてゆく。その間ジャガイモつぶしで、ひたすら細かくする。米粒ぐらいのサイズで、パラパラになるよう。細かくする。あくまで強火で行く。家庭用では、最大火力でも少し弱いぐらいだ。40分ぐらいすると色が変わり始める。熱い、軍手を2重にしてもまだ熱い。我慢して、かき回し手を交替しながら、60分ぐらいすると、煙が強くなる。更に色が黒くなる。わずかに油が染み出てくる。更に粘りも出始める。頑張っ続けて。全体が一塊になり、油と分離してくる。ここまで来たら、塊を抑え絞りながら、油だけを他の容器に移す。多分、これで出来る人は居ないと思います。やってみたい人は、笹村まで申し出て下さい。我が家で作る時、お誘います。
3月10日 あいらんど 笹村 出

お茶会議報告

去る3月9日、山深い堀内亭で、お茶の自給のための会合がもたれました。農道から肩まである菜の花の間を降りると、そこが会場です。

参加者は、遅れて着いた大磯田んぼの人含めて25人。一番の世話人である笹村さんが体調不良でダウンしていたため、皆で頭を掻きかき、脱線しつつも、淳子さんの司会のおかげで、まあなんとか今年もお茶にありつけそうな体制だけは確認しました。

今年は前田さんの茶畑もあるので、人数は多少増えても大丈夫かな。もう少し受付や計量なども、役をふってもらえば根本さんも楽になるかな、ということで、そのうち皆さんにもお声がかかります。(詳細は掲示板を <http://bbs1.parks.jp/20/nao517/bbs.cgi>)

さて、田んぼ、お茶と、大枠を決める話はずいたので、**次回定例会**(4月13日 PM6:30~山田亭小田原永塚)は何について話し合いますか?

お喋りのつまみになるようなテーマの差し入れをお待ちしています。 相原 海

自給レシピ JUNKAN 農園 田中大穂より

ハコベの 歯みがき粉

「ハコベ」は、春のと草のひたして、畑に生えています。白い花が咲き始めています。今の時期に採ってしまおう。少しの量で、自給出来ますヨ!!

作りか

①生のハコベをミキサーにかける。(水を少し加えるとまこいく。)

②①をさらし布などで、しぼり汁をとる。(深緑色)

③塩を②に入れ、フライパンで蒸らす。

④水分が蒸発し、塩が細かく軽い感じになるまで炒る。出ま上がり。

①ハコベを乾燥させる。(ハコベの量)

②塩を炒る。(ハコベの量)

③①②を抄鉢で混ぜ、出来上がり。

※塩は、必ず、炒って下さい。そして、自然海塩を使って下さい。

必ず歯研方には、びんに入れて保存。食へても大丈夫です。

- 連絡板
- 2/24 親子田んぼと女性の田んぼのメンバーが稲の苗床に鶏糞をまいてくれました。
 - 3/4 ハーベスターの清掃作業をおこないました
 - 3/9 お茶会議がありました。←左記
 - 3/18 (日) お茶畑に鶏糞をまきます。
 - 4/1 (日) めだかさミットが開かれます。午後は小田原アリーナで宇根豊さんの対談や、冬水田んぼについての分科会もあります。ぜひご参加ください。
 - 4/8 (日) 田んぼ種まき。いよいよ今年も田んぼが始まります!
 - 4/13 (金) 定例会 左記
- 今年は、暖冬の影響でお茶のプロにもいつが茶摘シーズンになるのか、全く読めないそうです。が、今年も4月下旬~5月上旬でお茶摘みの予定です。

菜の花シーズンです。おひたし、胡麻和え、ゴマ味噌和え、ナムル風、からし醤油和え、などなど我が家の食卓では、菜花三昧の日々が始まりました。ハコベの歯みがき粉を作るときに出るハコベの絞りかすに地粉を混ぜてお焼きにしたり、ヨモギの様子をうかがって...

あしがら農の会

通信 2007年 3月号

第59号 2007年3月16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 0465-82-1353(tel/fax)

ktrack-cafe05@lapis.pala.or.jp

~そらやの細便~ 2007・3・11

暖冬、だんとう、と言っている間に本当に冬が無いまま春が来てしまった感じですね。この通信がお手元に届く頃にはそろそろ桜のつぼみがほころび始めたなんてことになっているのでしょうか?畑でも早くから菜の花が咲き、紋白蝶もふわふわと飛び始めました。冬の間にしておこうと思った事も春の訪れの早さにちょっと待って、まだ冬仕事が終わらないと言っているのは私だけでしょうか? 野菜生産者はそろそろ夏野菜の苗作りに取り掛かっています。珍し野菜が好きで私はまたまた変な野菜の種を何処かから見つけてきては果たしてどんなものができるのかしらとワクワクときどきしています。

アブラナ科の野菜達が皆花を咲かせるこの時期が本当の端境期になります。例年農の会の端境期はちょっと長かったですが、今年は何とかみんな頑張っで今までお休みなしでお届けしてすることが出来ました。幸い暖冬のお陰で今年になってから播いた葉物類の成育が早くこのまま4月を乗り切ることが出来るかも?生産者の技術力も少しはアップしたのかな?しばらく品目は少ないかもしれませんが、ご理解の上、春夏野菜の登場をお待ち下さい。作美尚子

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(お米・大豆から作っています)、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。

田んぼ便利 (女性の田・福永祐子)

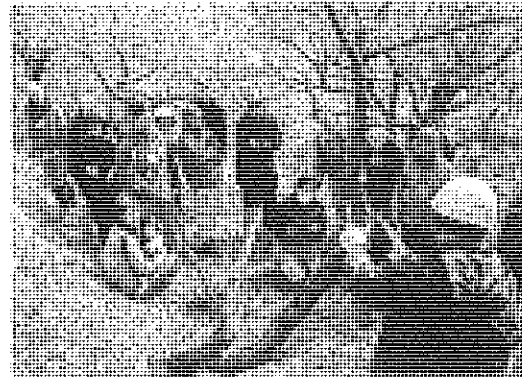
女性の田は、今年、不耕起5年目になります。農の会では一番長い不耕起歴を誇っています。耕さない田は固いので、手作業で穴をあけて苗を植えていく田植の労力は木田並みのものです。我々のように6畝で大変に思いますが、一反以上の広い田では、どれ程大変なんでしょう。けれども耕して、代かきをする時のように大きな機械を扱わずに済むところが、素人の米作りには心強いみたいです。草が生えてくると、草刈りの手間が省けるのも大きな魅力です。

という訳で、徐々に不耕起の輪が広がって、今年もポチ田んぼもデビューあるとのこと...と、とても楽しみです。

いよいよ田んぼの季節が始まって、先日、2月24日には、苗田に鶏フンをまきました。固い田に植えた苗が元気に生長し始めるのは普通の田より時間が掛かります。丈夫で良い苗を作るのが肝心なので、心を入れ、まんべんなくまきました!!

お天気にも恵まれ、講師の長谷川さんと25名の参加者で行われた講習会。最初に、樹木の一般的な剪定方法についてお話を聞き、いざ各自1本づつ剪定! 大胆にバサリ切り落とす人 最小限にとどめる人 様々でした。切り方さえ間違わなければ良いそうです。切った後は、腐りが出ないように切り口に刷毛で墨液を塗り、午後は各自が手掛けた木を廻りながら、皆で仕上げをしました。

↓ノコギリの入れ方を実演中 長谷川さん(右下)



木をいじめてはいけない 木は素外素直である 木は奥が深い 杉 節

Point

- ・切っても良い場所について
- ・切ってはいけない場所について
- ・切らなければいけない場所について
- ・切る場合の切り方について

↓農の会の人々にふれて こんな感想も。

剪定した木の姿にそれぞれの性格が表れていて楽しかったです。素晴らしいのは講義内容もさることながら、会費が無料ということ。お昼ごはんは、料理やスープの具を皆が持ち寄って講師へのお礼も、農作物や手作りのお菓子などを少しずつ出し合うというように、場所の提供からすべてが人の善意で成り立っているのです。

『経済の発展=人の幸せ』という図式が行き詰まりを見せている今ひとつのヒントを与えられたような気がします。参加費無料のこの仕組みは、物々交換を思わせる古くて新しい方法で今後の方向性のひとつとして世の中に広まってほしいです。切り口が正しく切れていたかどうか一年後にわかるというのも楽しみです。

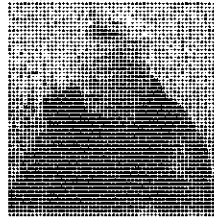
精進パンBERG 佐藤 茂樹

レシピ紹介 ヤーコンの炒め煮 材料(4人分)

- 材料 ヤーコン 大1個、油揚げ2枚、だし汁 100ml、油、しょうゆ
- 作り方 ヤーコン(←木切りで良い)油揚げを千切りにしておく。少量の油でヤーコンを炒める。ざっと火が通ったら、だし汁と油揚げを加え、ひと煮立ちさせ、しょうゆで味を調える。火を止め、冷める間に味をしみこませる。
- ヤーコンは煮ている間に、どんどんオリーブオイルが出て甘くなるので、砂糖は不要。油揚げの代わりに、さつま揚げでも美味しい。(そらや)

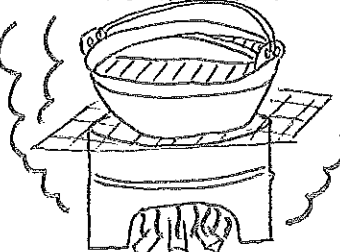
【講師紹介】 中村 隆一 長谷川さんは、私が出会った10年くらい前のころは、二宮町の吾妻山公園の管理を無農薬でされていました。その管理の仕方のすばらしさにひかれた、横浜市の西部公園事務所の方にスカウトされ現在は樹木医として、横浜市のごども自然公園に関わられています。また、湘南地域の唯一の樹木医として銘木古木の診断や治療を行っています。ちなみに樹木に関しては、樹医という資格もありますが、こちらは通信教育で誰でも取れる資格であり、一方の樹木医は国家資格で毎年合格率は30%程度の難しい資格です。長谷川さんは、この資格に60代後半から挑み始め数年かけて70代になられてから取得しました。お会いになられて分かる通り厳しい方ですが、自分にはなお厳しい方です。常にどうしたら世の中が良くなっていくか、このお年にして、いまだに追求している方です。

少なくとも、これを踏まえて剪定していけば、今後の木の成長に支障が出ることはないといえます。実際の剪定方法については十人十色です。剪定の基本なくして果樹の剪定もありえないし、逆に言えばこの基本さえはずしていなければ、どんなやり方もありだと長谷川さんはお考えのようでした。ただ一点、来年自分が切った木がどうなったか検証できる機会を設けて欲しいとのことでした。



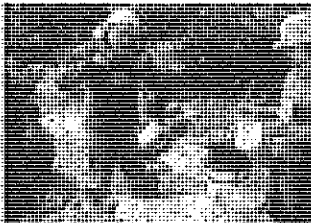
↓川崎から参加のイガイガの感想。行きも帰りも山北駅から徒歩。歩く楽しさを知っている。山の上の方にある前田家のみかん畑は見下ろすと、梅の白、菜の花の黄色、横には、みかんの橙そして緑(湘南電車色ですね)、色々な色に囲まれていました。山北の町並みが一望でき、遠くには湘南の海も顔を出して、あたりはまるで桃源郷のようでした。このような所が仕事場だなんて、前田さん達は羨ましいと思った一日でした。樹木医の先生に説明を受けた後は、みかんの木を一人一本の割り当てで、それぞれ剪定するという実習、そして、昼食は皆で持ち寄った具材を入れた鍋(舌鼓)を打ち、一日楽しく過ごすことが出来ました。これってグリーンツーリズムと云って良いのじゃないかなとも思っていました。講習の帰り道、木を見ると、この枝はいらないなとか そんな目で見ていた自分に気が付きました。

皆の気持ちがぎゅっと詰まった 持ち寄り品大公開



- 豚骨スープの具材 あれこれ 大根・山東菜・人参・里芋・豆腐・ラディッシュ・昔風さつま揚げ・麩・ネギ・菜の花・ちくわ・水菜
- 長谷川さんへお礼の品々(気持ちの持ち寄りセット) すりこ木で初搾りしたお米・もち米・黒米餅・人参・里芋・葱・手作りケーキ・小豆入り玄米蒸しパン・BERGのクッキーパン・みかん・はっさく・ピートモス
- ランチに並んだ差し入れ クロワッサン・全粒粉パン・豆とひじき煮のおにぎり・焼きねぎとひたし豆のマリネ・ミズナ・からし菜・タマゴサラダ・パンプキンサラダ・かぼちゃ煮・公魚の佃煮・キムチ・大根の赤紫蘇漬け・菜の花・はっさくのピール・キャロットケーキ・アップフェルケーヘン(←リンゴケーキ)・かりんとう・梅ジュース・前田茶・ヤーコンサラダ・ヤーコンの炒め煮・七輪で揚げたて!ヤーコン天ぷら (↑そらや・前田の もっとヤーコンを食べよう 促進運動でした)

「天ぷらにするともう美味しくなるんですね〜!」 「……え?」



【 終りに 】今回私達は、皆が出せる物(物・お金・力・知恵など)を少しずつ持ち寄る形のイベントをやりたいと思いました。お金をかけずにやる方がずっと大変なのですが、お陰様で素晴らしい講習会となりました。協力して下さった皆様、ありがとうございます。普段は沢山いる鳥が姿を潜めてましたが、とても楽しいひとときでした。本来なら講師料をお支払いするところ、無報酬で快く受けて下さった長谷川さんにはこの場をお借りして改めてお礼申し上げます。木は、切りっぱなしが一番良くないとは、お聞きになった通りです。参加した皆様、ぜひ自分の切った木がどうなっているか、見にいらせて下さい。まずは摘果の時期でしょうか。炭焼き作業に興味のある方、今度は窯のある山でお待ちしております。

山の畑やまきた 前田裕司/淳子

やはり貴重な大事な作業だったので、今年山のトイレを使わせて下さい。気持ち良いでしょうね。 三木陽子 ←ぼく うんちしたよ! なかはらゆうと

ゆるく ゆんたく広場

冬野菜は畑から皆様の食卓へ旅立っていき、寂しくなっていく、わった一畑。茶色に染まった畑を再度緑色に染めようと春野菜の種を播き始めました。2月、3月にはコマツナ・ホウレンソウ・チンゲンサイなどの葉物に、大根・コカブなど。今年の2月に新設したビニールハウスにはインゲンも。今は本葉が2枚ほど展開しています。収穫はエンドウマメの収穫に続き5月頃かな? そう言えばエンドウマメもだいたい背丈が伸びてきました。早く花が咲かないかな...ニンジン・ゴボウも早く種蒔きをしなければ...4月になれば今度はサトイモにヤマイモ。4月も終わりになればお米の苗作りも始まる...2日ほど前に1回目の冬葱の種蒔きをしましたが、昨秋播種した夏葱の苗を移植しなければと、溝も掘り始めました。忙しすぎて働くのが好きなのですが、もう少し時間と体力が欲しいな...1月末に種蒔きをしたトマトとナス。トマトは芽が出て本葉が展開し始めた頃3寸ポットに鉢上げをしました。今は3枚目の本葉が開き始めました。来月にはハウスの中に定植します。6月には無事収穫が始まるかな?一方ナスは生長がゆっくりでようやく本葉が出てもう少ししてから鉢上げ。4月末~5月にかけて畑に植えます。毎朝苗が鼠に食べられていないか心配なのです...

松本 邦裕

畑を借りてから、あ、という間に、一年が過ぎてしまいました。一年を振り返り思ったことは、いろいろな農家さんで研修をして、ひと通りの作物をみてきたつもりですが、自分一人でやってみると、あれ?あれ?何で?と農業の厳しさを痛感するばかりです。しかし、どんなに小さな野菜でも、適期により土に育った野菜の味が、どんなに濃く、おいしいものか、野菜作りが楽しいのか、よくわかりました。あとは今年の目標である農の会に定期的に野菜が出荷できればなあ。頑張ります。 吉田 裕香

新しい田んぼ 仲間入り!

私たち「わくわく田んぼの会(仮名)」は、普通の会社員の集まりです。平日はそれぞれの会社で夜遅くまで働いていますが、休日は一緒にマラソンしたり、山に登ったり、自然の中で体を動かす時間を大切にしています。体を動かした後は美味しいものを食べに行く、ちょっと食いしん坊の集まりでもあります。そんな私たちがご縁あって週末ファーマーとして大磯で田んぼ作業をすることになり、この会を結成しました。この場を借りて、関係者の方に感謝申し上げます。

私たちが田んぼ作業をする理由は2つあります。1つは、安全な食べ物を口にしたいからです。今の世の中、お金をせばどんな食べ物も手に入れることができますが、誰が何処でどのように作り、どういう過程を経て届いたのかが見えにくい状況です。この仕組みに私たちは不安を感じており、私たち自身の手で安全なお米を作り、仲間と共に美味しく口にできる仕組みを作りたいと思っています。もう1つは、人々、特に同世代に対して食の大切さを発信したいからです。私たちがのような会社員は、忙しさのあまり食事を疎かにしがちです。田んぼ作業を通して、大地と繋がることの喜びや楽しさ、作物ができるまでの苦勞などがわかり、食に対する見方や考え方が変わると思います。そのことを身近な人たちに伝え、少しでも食生活を改善していければと思います。

ぼんぼこファームの極私的農業考

ある冬の日ことでした。晴れてはいませんでした。暖冬の暖かい日でした。私は一人で、ひたすら田んぼの水路にたまったドロを、鍬を使って畦に上げていました。こういった単純な仕事をしているとき、頭の中は色々な考えが巡り始めます。

ふと、「自由自在」という言葉が頭の片隅に引っかかりました。

「自由自在」? どういうこと?

とりえずこの言葉はそのままに作業を続けます。今度は「自然体」この言葉が引っかかりました。

「自由自在」「自然体」? ? ? ? ?

そのうち突然、「自然農法の極意とは?」という言葉が湧き上がり、すべての言葉がつながりました。

「自然農法の極意とは、自由自在に自然体であること」

気が付くとこの言葉で頭の中がいっぱいになっていました。そしてこの言葉に得心している自分がありました。

極まれに、頭をカラッポにして、一人で孤独に、仕事をしたり風景に眺めいつたりしているときにこんな事があります。

ある暖かい冬の日のことでした。



ぼんぼこファーム 中村 隆一

今年果樹を植えたのでとても良い勉強と経験をさせて頂きました。内園

枝の基本的な切り方を教わりとても勉強になりました。松本

お天気も良く木の切りやすかったです。作業

メダカサミット in 小田原 ~コウノトリの里、豊岡の田んぼに学ぶ~

メダカとコウノトリ?と思う人もいるでしょうが、どちらも日本の水田になじみの深い生き物でした。ところが、コウノトリは日本で絶滅、メダカもはや絶滅危惧種です。「メダカを守りたい」多彩な人たちの集まるこのサミットで、「農業」が初めてテーマに挙がりました。午前中は桑原のメダカの生息地見学、午後は講演と分科会。私の参加した分科会では、豊岡の農業改良普及員、西村さんのお話を伺いました。

まず、コウノトリが日本にいたともよく知らなかった私。「あんなに大きいのか?声の代わりに嘴をカタカタ鳴らす?」そのユーモラスな姿に感激。これを人工繁殖してコウノトリ園を作る・・・ここまではお役所のやりそうな話。豊岡のすごいのは、これを本気で人里へ返そう!!としたことです。「コブナ釣りしかの川」が三面コンクリ張りになったのも、農薬頼みの米作りも、全国で起こったこと。豊岡でも同じでした。今更やめろなんて、農家にしてみれば「鳥のために米作ってんじゃねえ!」と頭にくるのも当然(しかも「近代化」を勧めたのは農政でした)。西村さんは怒られながらも「鳥のためだけではない、コウノトリでも生きられる環境が私たちにとっても大切だと思いませんか」と気持ちを伝え、観察や研究を農家と一緒に進めたそうです。そして生まれた「コウノトリ育む農法」冬にも田んぼに水を入れておくことで、(コウノトリの餌になる)生物を養い、また抑草効果も発揮します。豊岡の市民はこのお米を買い支えています。

野生生物のように生息地をそととして置けばよい、というのと違って、身近にコウノトリを迎えるとなると、こちらの生活を変えなきゃならない。この点が、大事だと思いました。「環境を守る」は抽象的になりがちです。ひとりひとりが「生き物を育む農業が地域にあること」を本当に望むのか、そのためには何が出来るのか、コウノトリは問いをつきつけ、豊岡の人たちは見事に答えを示したのだと思いました。

さあ、小田原メダカに、わたしたちはなんて答えましょうか?!

相原佑子

春野菜のレシピ

玉ねぎ

玉ねぎの味噌かけ

- ① 焼き網でたまねぎをこんがり両面焼きます
- ② 味噌を少量のだし汁でゆるめ、練りゴマ、すりゴマ、しょうゆ少々を混ぜます
- ③ ②の味噌だれを①にかけて召し上がれ。

玉ねぎの煮物

相性の良い組み合わせ。

- A:玉ねぎ+もどした切干大根
- B:玉ねぎ+人参、蒟蒻、油揚げ、豆腐
- C:玉ねぎ+竹の子、切り昆布

- ① ABC いずれも食べやすい大きさに切る
- ② 油を熱していきこを炒め、良い香りがしてきたら①を入れて油でくるむように炒める
- ③ ひたひたに水を入れて煮立たせ、しょうゆと塩で味をつけて完成!

たけのこ

筍の煮付け

- ① 竹の子は皮付きのまま先端を斜めにおとし縦に切れ目を入れる。米ぬかを加えた湯で40~50分ゆでそのまま冷ます。冷めたら皮をむいて水につける
- ② 油でいきこを炒め、香ばしい香りがしてきたら食べ易く切った竹の子を加えるひたひたまで水を入れる。
- ③ 煮えたらしょうゆで味をつけ、火を止める直前に塩を一つまみ加えてうまみを出す。仕上げにもどしたわかめを入れて炊き合わせても美味。

あしがら農の会 1ヶ月の報告と連絡

- 3/18 久野里地里山発表会 報告記事は前ページ
- 4/1 めだかサミット in 小田原が開かれました。↑
- 4/8 田んぼ種まき!今年はずっとスムーズに種まきができました。寒くてまだ芽は出ていません。
- 4/13 定例会@永塚 山田邸
今月の定例会は盛りだくさんでした
- ① ポチ田んぼの額田さんが不耕起の田植えのために道具を開発してくれています。固い土にズボッと穴を開ける大変な部分を足でやるというものです。見たい方・使いたい方、掲示板に投稿してください。試作品で実験できます。
- ② 掲示板が新しく生まれ変わりました。小林ゆみさんが、使い易くダウンしにくい掲示板を作ってくださいました。ありがとうございます。↓アドレスです。
<http://nounokai.com/wforum/wforum.cgi>
- ③ プチ種苗交換会が開かれました。
- ④ 農の会ショップについて。まとめきれないほどの話し合いになりました。詳しくは掲示板に。ご意見もお待ちしています。

お茶摘みの予定

今年は5月9日(水)と13日(日)の予定です。お申し込みはお早めに! Tel/Fax: 0465-38-3191

e-mail: root.mk7@dk2.so-net.ne.jp (根本)

今年のお茶畑の管理日は5/20(日)、7/1(日)、8/29(水)、10/21(日)。忘れずにご参加ください。

次回定例会は、5/11(金)ブルーベリー農園旭にて18:30~です。

あしがら農の会

通信 2007年 4月号

第60号 2007年4月19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 0465-82-1353(tel/fax)

ktrack-cafe05@lapis.pala.or.jp

畑便り

Junkan 農園 田中大樹

早くも4月の中旬となりました。カモがよく空を飛んでいます。キジも田や畑で見かけるようになりました。卵を温める場所を探しているのでしょうか?今年も畑で、キジの卵を見つけました。(草むらに多い...笑。)

1月、2月とかなり温かかったので、このまま暑くなっていくとどんな夏になるのだろうかと思っていましたが、この頃は、気温が低く推移し、雨も多いですね。

夏野菜の苗はハウス内で毎日大きくなっていきますが、一方で、苗を植え付ける畑の準備が進められません。畑の野菜も、少し成長が鈍くなっております。

畑と並行して、田んぼの作業も始まるので、晴れの日が続くようになると、いよいよ農繁期となります。快晴の一日が待ち遠しいです。精一杯働こう!

さて、今月の出荷予定の野菜として、葉物類、レタス、スナックエンドウ、絹さやえんどう、春大根、などがあります。玉ねぎも少しずつ出始めます。また、たけのこが旬を迎えます。来週くらいから来月の初旬あたりまで、伸びてくると思います。野菜セットにご一緒させていただきます。

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。

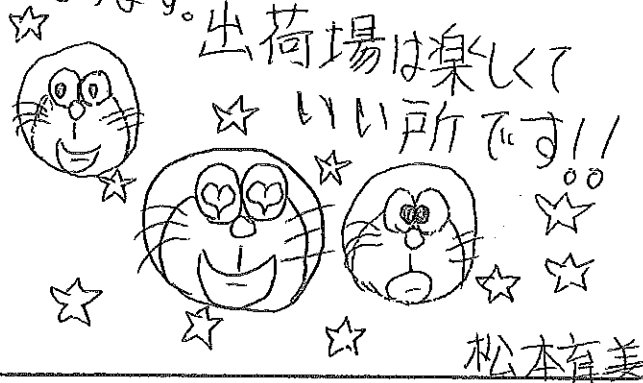
料理の会: 2月には味噌を麹から手作り(お米・大豆から作っています)、6月には梅をもいで梅干作りを...などなど、できる限りの自給を目指して行っています。

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。

— 私と「農の会」 — と言っても、我が家の関わり方としては、田んぼを借りて、自分達の食すお米を作っているだけ。あまり積極的な会員ではないのだが... 親子田んぼで8年目。中1と小5だった娘2人も、社会人と高3に。瘦れ、面倒だ、という娘を、「売られていくお米だって、どこかで誰かが一生懸命作ってくれたもの。お礼にお金を払えば食べられるけど、我が家のお米は仲間と作ったもの。一緒に汗水たらさなきゃ食べられないよ」と連れだして行く。実を言えば私だって子供と同心気持ちはある。週末はシジャーと休養に使いたい。別に生活に困っている訳じゃない。お金貯めに入るなら、その方が楽じゃないって... でも、お金の問題だけじゃない。田んぼは色々お話を教えられる。自然の中に生きるといふこと(不条理なこともある)仲間との協働作業(不平の中のバランス、個性)、人の力の強さと弱さ。作れ出す苦勞と恵みの喜び。そして生命をつなぐといふこと。帰りの車中で各々に感じたことと話を、同心事をしたり、見たり聞いたりしても、感じ方は違ったりして、それこそまた面白い。取り留めのない文になっちゃいましたが、最後に、農の会の存在に感謝し、次の方にバトンを渡します。親子田んぼ上澤孝子

楽しい出荷場

春になるとホカホカ日は、ねむくなります。出荷場では、いろいろな人たちにやさしくしてもらっています。出荷場では、いろいろな思い出があります。心に残ったことが二つあります。一つは「出荷場作り」です。屋根に登って少し屋根の上も歩きました。風がとてすずしくて気持ちよかったです。そして、もう一つは、お母さんの「そら」です。そらは、目かくりくりしてかわいいです。そらが散歩をしている間は、お父さんとあから農の会の人のお手伝いをしています。野菜が多いと、つくえの上が見えなくなります。



安全な苗を育ててみませんか？

【アクセント野菜苗販売のお知らせ】

量は少しでも、手近に置くと、必要な時に摘んでお使い下さい、食卓がぐっと豊かに彩りよくなりますよ。自分で育てる楽しさ、喜びをご一緒にしませんか？

今年ご用意する苗は、

バジル パセリ 青紫蘇 ピーマン

ミニトマト ニラ 唐辛子（鷹の爪）

ワケギ（ワケギのみ、種球でお届け）

直径15cmの大きなポットで、一鉢250円

ご注文は5月第二週までに瀬戸まで

電話：090-1545-3157

Eメール：sophy@kxb.biglobe.ne.jp

お届けは、5月下旬の予定です

苗の会

稲苗の準備が始まりました。先日、60℃のお湯で種モミの消毒をして、今水に漬けています。もうじき種まきです。

3月末に田んぼのアゼの手直しをした時のことです。その日は、青い空をバックにうす紅色の早咲き桜と黄色い菜の花が花盛りで、あたり一面桜と菜の花の香りに包まれていました。ブーンと耳鳴りのような音・・・よく見ると、たくさんのハチが桜や菜の花に群がっています。長いアゼの途中で一休みしようと腰を降ろすと、菜の花に埋もれて、やがて自分が透明になってあたりに溶け込んでいくように感じました。ふと我に返ったとき、たくさんの元気をもらったような気分になりました。

5月にこの田んぼに降り立つ稲たちも、たくさんの元気をもらってほしいものです。

2007・4 みなみ足柄 千田正弘

「やまん鶏農場」だより 山下 黎丈 H19.4.10
家の窓から見える広い斜面に緑の新芽が出始め、あっという間に枯れ草が緑一面になりました。山の桜も一時の賑わいを終わり、鶯の鳴きかたもうまくなり、ひき蛙の産んだ卵がオタマジャクシに解る頃になりました。そして樹々の緑が日々変わっていく楽しい毎日が始まりました。今年はずかかったのでしょうか、我が家にしては珍しく野菜がまともに(?)できて冬からずうっと食卓が豊かになっていました。遅ればせながら今年も野菜を植え始めました。ジャガイモ、ニンジン、ゴボウ、カブ、シュンギク、ホウレンソウ、コマツナ、ミズナ、ダイコンなどです。猪や鹿が来るのかなど気にしながら。鶏のヒナを入れました。導入時期の選択も考慮点なのですが大体は飼主の都合で決まります。今回は寒さの強まる12月の末でした。厳しい環境に負けずに育てて丈夫な親鶏になって美味しい卵を沢山産んでくれるよう期待して育てています。いじめの事が世では大きな問題となっていますが鶏の世界でもいじめがあります。鶏にも序列があるようで雄鶏にもボスがいてその威厳、風格は他を寄せつけません。しかし、そのボス鶏も寄る年波には勝てなく、次に台頭してきた若鶏に追いまかれ、しまいには隅の方にしょんぼり一羽だけいるさまになります。可哀相でもあり、君臨した過去の姿を思うと哀れも感じます。自然界の厳しさではありますが、集団の中で役に立たなくなれば厳しい末路が待っているのみというのも考えさせられます。次回はいじめについて。

第2回栽培技術勉強会(3/15(木))について

昨年に引き続き自然農法国際研究開発センター農業試験場育種課石綿薫氏を講師に招き勉強会が行われました。まずは実際に苗作りが行われているハウスで幾つかのアドバイスを頂きました。トマトなど苗作りの際落ち葉などを堆積・踏み込み発酵熱を利用して加温するが、堆積した落ち葉の上に苗を並べトンネルがけするだけでトンネル内に炭酸ガスが発生し光合成を促す効果が大きいこと。育苗の際に肥切れをおこしたりした場合にはポットを地面にじかに置いたりポットの下に育苗用土を少しひくだけでお急措置可能。でも時間があれば鉢上げすること。植付けする場合には元肥を多くやるよりも1℃地温を上げるようにする。早めにトンネルをしたり、草処理が大変ならばトンネルがけするビニールをべたがけにして地温を上げ植付けの際に草抜きをしてトンネルがけをする。場所を会場に移してから興味津々な話の数々。ニンジンの栽培はなるべくあつ蒔きにして3回に分けて間引く。サツマイモとマリーゴールドやクロタリヤなどを混植するなど。外にも参加者から実際に直面している問題について積極的に質問がされました。今回は書ききれませんが田圃の雑草に関しても驚きの話がありました……

松本 邦裕

報告 みんなで学ぼう!—久野里地里山— 笹村 出

18日午前中小田原フラワーガーデン事例発表、一寸木峯生さんの峯自然園、石綿敏久さんの自然農法園の紹介。どちらも久野の可能性を感じられる報告だった。結局久野の持つ自然の力が、まだ十分に生きていけるという事だろう。この残された自然をどのように活用し、より豊かなものに育ててゆけるのかは、ここに暮す一人ひとりにとって、重要性が益々高まる事だろう。里地里山の自然環境が市民全体に波及して行くことで、地域の暮らしの豊かさ、深まりに成るのだろう。行政が準備万端してくれて、下支えてくれた事もありがたいことだった。休日にもかかわらず、多数の市の職員、県の職員が出てくれた。行政からは小田原市の企画政策課の内野さんが、今までの流れを説明してくれた。17年9月の先進事例の見学。11月一回目の勉強会。その後6回の勉強会が開かれたこと。市から県に対し、久野地区を実施地区として要請をし、4月に県のほうで決定があったということらしい、初めて聞いた。久野での里地里山事業は小田原市の小田原ルネッサンス事業のふるさと原風景再生事業の中に位置づける事。その100選に久野の自然も選ばれている事。などが話された。今後の展開に対する考えは特になかった。行政・市民・地域農家。この三者の役割の分担がどうも見えない。今後行政は何を目指そうとしているのか、本当に開きたかったのはこの辺だったが。今回の「みんなで学ぼう!」で見えてきたのは久野には、多様な活動がすでに存在している事。但し、その位置づけが行政としても、地域住民としても、明確で無いこと。また、市民活動間の連携も無いこと。これを誰がどのような役割分担をして、統括し、進めてゆく原動力になるかが課題と考えてきた。この3者の役割分担は自ずと見えてくるはずだ。この先のストーリーを描き、コーディネートしてゆく潤滑油のような役割を、今まで行政に推進力としての役割があると考えていたが、どうもそうではないようだ。むしろ行政は指示待ちのようだ。市民がこうしてくれと言うので、要望に対応する。そんなつもりなのだろう。今回はこのことが理解できたのが、一番の収穫だった。

左記勉強会のつづき……

人参を栽培するとき、種は厚まきにして間引きは葉が触れ合う程度に何回かすると覚えていたので、厚まきにしなければ作業は楽なはずなのと思っていました。石綿さんのお話を聞いて、たくさんの種が力を合わせ「人参園」を確保し続けると知りました。そういえば、一本の人参に種がたくさんつくのも、うなずけました。 千田富美子

そらまめをイネ科の植物の間に穴を掘って播いていましたが、よく育たない!ソラマメの原産地(地中海のあたり)の稲やかで強い草の生えない環境を作ってあげないと、せっかく根粒菌が捕まえた窒素分もイネ科に持っていかれてしまう、とのこと。考えてみればそらまめの近くの草ほど、大きかった……

農の会の田んぼを(不耕起は別?)悩ませる草、コナギ。このコナギはイネ由来のもので、非常によく育つと教えてもらいました。稲藁を田んぼに返したり、米ぬかを入れたり、よかれと思ってやっていたことが、コナギを呼んでいた……。同じワラでも小麦のワラはコナギを呼ばないそうです。ちなみにコナギは稲作文化と共に成育圏を広げたそうで、放棄された田んぼではヨシ、ガマなどに覆われ、生きていけないんだそうです。また、葉草の本によればコナギは全草を干して煎じると夏の日射病にきくとあります。コナギの草取りで日射病になってコナギ茶を飲んで直す……?

自給のレシピー4月 すぎなのふりかけ

すぎな

畑では嫌われ者のツクシの親、すぎなですが、乾燥重量の7割がカルシウムです。そのカルシウムは光合成によって作り出された酵素態のため、動物に吸収されやすいんだそうですよ。

人がすぎなを食べるとき

チャーハンに入れても食べられますが、菌がキシキシします。「トクサ」という、昔刃物を研いでいた植物の仲間なので、この食べ方はあまりお勧め出来ません。

おすすめの取りいれかた

生のすぎなを急須に入れて、熱湯を注いで5分ほど置くと、きれいなグリーンのすぎな茶になります(煮出すのはNG)。むくみに効くそうです。そしてやっとお題のすぎなふりかけ。とってきたすぎなを干します。乾燥したら、ヘラですぎなをホロホロとほぐしながら軽く炒って、すり鉢ですります。そこに炒り塩も入れてすり混ぜたら完成!瓶に入れて日にあたらないように保存。ご飯にかけたりてんぷらにつけたりして下さい。嫌われものの草なのできっと誰でも喜んで提供してくれると思います。

Junkan 農園 中田早保

らっきょう漬け



一塩漬けらっきょう

(材料) 生らっきょう5kg、塩500g
根と頭は切らずに泥をきれいに洗い流す。らっきょうがかぶる程度に水を入れその水の量を別の容器で計り、その1/3をすて、その捨てた分量だけ酢を入れる。これに塩を加える。容器に付け汁を入れ、らっきょうが浮き上がらないように押し蓋をして軽い石をのせ、漬け汁が上がるようにする。10日くらいでカビが浮いてきたらすくって捨てる。食べる時はうすい塩水に5時間くらいつけるとちょうど良い味になる。



一蜜らっきょう

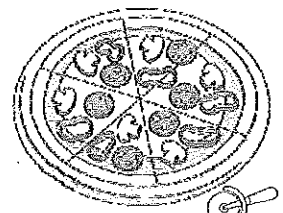
(材料) 塩漬けらっきょう1kg、砂糖1.5カップ
蜂蜜1カップ、酢1/3カップ、塩一大匙
両端をきれいに切り落とした塩漬けらっきょうを水の中でゴリゴリとこすってよく洗う。大匙1の塩を加えたたっぴりの水に、らっきょうを入れて呼び塩として塩を抜く。1日置いたらよく水を切り、ボールに入れて砂糖をからませてから、蜂蜜をかけて2~3日の間、時々かき混ぜる。砂糖が溶けたら瓶に移し、上から酢をかけ、蓋をして2~3日上下に振ってよく混ぜ合わせる。15日くらいでおいしい蜜らっきょうの出来上がり。
(佐木村カヨ子)

うちではラッキョウを簡単しょうゆ漬けにします。瓶に洗って根を落としたラッキョウを詰めて、口までお醤油を入れます。次の日に美味しいおつまみになりますし保存もききますよ。(中田)

石釜のある暮らし

このゴールデンウィークは、家族でブルーベリー農園旭さんへ行き、新しくできた石釜でピザづくり体験をして楽しみました。園主の小宮さんが石釜を作り始めたときに、石釜の目地埋めをお手伝いさせていただきました。その石釜が立派に完成し、そしてピザやパンなどのいろいろ食べ物を石釜で焼き、出来上がったピザやパンの美味しいこと。言葉に表せません。「石釜のある暮らし」にあこがれてしまいました。(^^)

ゴールデンウィークのほとんどを旭さんの農園で過ごしたので新しい人々との出会い、おいしい食べ物との出会い、学びや気づきを頂き、家族揃って旭さんに感謝です。石釜がおいしい食べ物を作るだけでなく、来た人の心も温め、心地良いコミュニティーも作り上げてくれているようです。次のイベント参加を楽しみにしています。



やまもと のりこ ゆうき

自給のレシピ

自給レシピ → 梅干しの漬け方 ~ Junkan 農園 田中 大樹

- 梅干し... 胃腸の働きを整える。アレルギー食品。夏バテ予防に。
- 作り方手順
- ① 梅は、さっと洗ってへたを取り、一晩水につける。よく熟れている梅は3~4時間で良い。へたは、取らなくても可也。
 - ② ざるに上げて水を切り、梅の2割の重さの自然海塩で、混ぜながら、かめ(樽)に入れていく。同量の重石をのせると、2~3日で、梅酢が上がってくる。
 - ③ 赤シソを用意する。梅の重さの3割くらい(目安)シソの葉を摘み、塩もみする。(シソの葉の重さの1割の塩で)しなりさせて、ざるにしっかりもむと、紫色の汁が出る。最初の汁は使わない。さらに塩をかるくもむと、また紫色の汁が出る。(これは取っておいで使う。)
 - ④ 梅の中へ、シソを入れる。上からのせるだけでも良い。すぐに透明の梅酢が、赤色に染まる。再び重石をのせる。
 - ⑤ 7月の土用に、天日干し。カルの上で、三日間。夜露に当たると、梅の皮やわらかに。また、最終日は、温かいうちに梅干しに戻すと、色良く仕上がります。これで梅干しと、赤シソのゆかりの出来上がりです。今年も、食べ比べしてみたいですよ!!

あしがら農の会

通信 2007年 5月号

第61号 2007年5月18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 0465-82-1353 (tel/fax)
ktrack-cafe05@lapis.pala.or.jp

味噌 畑 便り

今年は暖冬の影響か端境期を何とか無事乗り越えることが出来ました。5月に入り徐々に野菜の量も増えるところですが、今年はまだまだのようです。2月に発表された長期予報もはずれ気味。何故か今年には各生産者ともエンドウマメ・アスパラガスが不作です。これからの野菜の出荷状況はどうなるのでしょうか?なんくる農園の状況を中心にお知らせ致します。大根・玉葱は引き続きお届けできるでしょう。徐々に人参・レタス・甘藍・ブロッコリーも採れ始め、この時期豊富に採れるはずのエンドウは終わり、ソラマメそしてインゲンへと... 仕上げは枝豆??? 期待の夏の果菜類はキュウリに始まりナス・トマト(本当に大丈夫?) 葉野菜好きの方には残念ですが何故か不調です。今月末には田植えが始まります。昨年は不作でしたが今年はどうでしょう。今のところ苗は元気に育っていますが...

味噌の会から丸得情報!!!

今年も昨年に引き続き味噌の会では大豆から手作ります。畑も耕運を始め、6月下旬には「みんなで手軽に自宅で出来る大豆の種蒔き」ご興味のある方はご連絡下さい。尚、詳細は来月号に掲載されます。連絡先:味噌の会代表(中原 0465-42-7099 まで)

松本 邦裕

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(お米・大豆から作っています)、6月には梅をもいで梅干し作りを... 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」と農の会

- ① 田んぼの会
親子でいっしょに稲作の7年目。いつも来季に向けてみんなについています。娘4人は習得できる年歳になってから、少し足加減のいていますが、大きな作業の時はなるべく連れていきます。田んぼは気持ちいいので家にはいてはもったいない。夫は山の家で1番かんぱいでいます。良い仲間にも恵まれました。
- ② 農産物の宅配
消費者です。何か何なのか、とか、味の違いは... など楽しんでしています。
- ③ お茶の会
お茶摘みの参加、今年で2回目です。一杯の口茶の中にもたくさん作業が詰まっているので、おいしいです。
- ④ 料理の会
味噌作りを2回、今年味噌、って本当なんだ! と思いましたが、梅干し1回作りました。

毎日に余裕がなくて、面倒だと思う時もありますが、少しづつ体が軽くなってきています。フェイスブックには参加したことばありませんので、自覚はありませんでした... 会員は、梅干しや...

今年農の会では坊所、千田さん、山の畑やまきたの3箇所でお茶摘みが行われました。新茶の味はいかがでしたか？

まだ味わっていない方、千田さんのお茶が今年豊作のようです。

山の畑やまきた 茶摘み 前田淳子

八十八夜前後に摘んだお茶は最高級のお茶といいますが、製茶工場と自分達の都合で急遽5月3日に決定した茶摘みでした。手仕事を大事にしたい私達は、整枝作業も刈込みバサミ、草刈りも手鎌です。山の畑の茶摘は多くの人の手を借りて行う手摘みです。畑の準備・摘み手の募集、日を決めてから実施までの1週間が慌しく過ぎました。農の会では、他の行事が重なって反応が悪く、山北町内の人へは張り紙で呼びかけ、知り合いに思い付くままに連絡しました。不安な気持ちを励ましてくれたのは、農の会のお客さんと生産者です。「行かないけれど頑張る」など、こんな、ちょっとした言葉が私達を支えてくれました。言葉の持つ力は大きいものです。

こうして迎えた当日は、晴天の中総勢27名が集り、65.4キロの生葉を摘むことができました。葉が小さく一日かけても6キロ摘めた人はほとんどいなく、初心者も尚更です。2日後に製茶工場に受け取りに行った車中では、茶摘に来てくれた人達が新茶を楽しみに待っているだろうと思い、幸せな気持ちで一杯になりました。摘んだお茶の半分は参加者分、残りの半分が自家用と販売分です。販売分といっても微々たる量で、100g1000円という価格には見えてこないものが、このお茶にはあります。来年山の畑に摘みに来てくれる人が増えることを楽しみに、また一年間畑に手を入れる私達です。

稀少 手摘み 一番茶 完売致しました。贈答・自家用には、品質確かな千田さんのお茶をお求め下さい。

ぶた小屋通信 0705

近く、この地域でも、多くの農家が、高齢のため、耕作できなくなります。

市民の多くは、そのことに無関心です。じゃあ農家はそのことを本気で心配しているか、というと、「ぼんやりとした不安」という感じらしい。

先祖伝来の・・・と言ってみたとこで、耕作しないと土地が消える訳ではなく、自給畑以上は耕作していても何かの利益があるわけでもない。不動産としてみたときの農地は、草があろうと無かろうと、値段に違いは出てこない。とりあえず相続税さえ減免されれば・・・。そんなところでしょうか。

農業を守れ、と言っではみても、どう守れば良いかと返されると、安売り直売所を指して地産地消と呼ぶくらいです。誰かが見通しを立てる必要があります。

そして、農の会にとっては、市民による営農が、どこまで本当に農地を担っていけるのか、それが問題です。自給を楽しみながらも考えていかなきゃならんことです。

相原 海

今年も新茶のつみとりをおこないました。5/4、5/5 両日ともよく晴れた新緑のまぶしい日でした。今年の新茶は成長がよく、初参加の人でも毎年参加している人もたいていの茶を7人で分かれたようです。9日は180kg、12日は240kgものお茶をつみました。さて、新茶の味の方は口にふくむとやわらかな苦みが広がりそれが森の薫りにかわり、飲みこむと口中に涼しい風が、新茶もまた旬の味なのかなと思いましたが、参加された方々の感想も聞きたいです。新茶の味も新茶で飲みたいと思ったり、おっかしな味だと思った方もいると思います。そして農の会の進行も随分と進んでくれたので、ありがとうございました。お茶摘み担当 山本 たいけん

あいらんど通信 63 5月11日

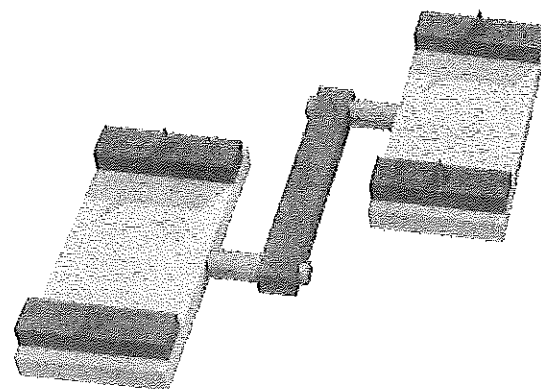
今は、ヒヨコが沢山います。大変可愛いです。笹鶏もほぼ完成固定され、赤系統、百系統の2系統の固定種を孵化します。次に、雄鶏を交換し、交雑の養鶏を孵化しました。

見た目は様々になりますが、産卵性、産卵性養鶏としての能力は、高い物になります。と言っても、産卵性を50%を越すのは、中々大変な事で、毎年のテーマとなります。やはり純系の2種が産卵性が低いので、全体としては低くなります。でも、この百家繁殖で、養鶏を行う事は、種を農家の手に取り戻す意味で、大変大切な事になると考え、取り組んでみました。今のところ、こうした取り組みは、誰一人試みようという人が現れていません。私もどれだけ続けられるかは分かりませんが、養鶏業は止めるにしても、鶏種の保存だけは、生きていく限り続けようと考えています。

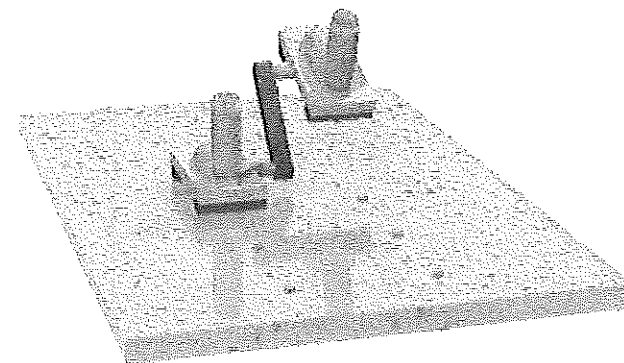
笹木 出

不耕起田んぼ穴あけ機

不耕起田んぼは穴あけ作業が1苦勞です。腰を曲げて力を入れるから相当にきつい作業が続きます。そこで腰を曲げないで歩くだけで穴が開く道具を考案してみました。歩いた後からどンドン苗を植えて行けます。少々なら田んぼの凸凹を吸収できる様に歯も付けました。これじゃ～ほんとに下駄ですね。(^^)



裏側(尖ったコーンが4つ)



歩く様子(自然にまっすぐ歩けます)

大きな機械ではなく道具として考案したので器用な人なら自作できます。ほとんどが木で作れます。

この道具の原理はコーンが2つ付いていることで千鳥にならずに穴が開きます。2つ以外ではきれいな穴は開きません。歩幅は植え付け寸法の倍ですから大人が普通に歩く感覚に近いでしょう。植え付けの寸法はコーンの位置と真ん中のシャフトの幅を調整すれば自由です。一応24から30cmが実用的でしょう。また、歯を取れば畑で大根等の種まきにも使えるかも。今年はこちらで実験してもらい改良をして本当に使いやすい道具に発展したいと思います。あしがら農の会のオリジナル1号機にしたいものです。

ぼち田んぼ(Nukada) May 2007

晴天が続いた5月8・9日、5年目の新茶刈り採りをしました。翌日には製茶工場から新茶を受け取り、すぐに袋詰めをしました。

茶畑をお借りしてからずっと、茶園の管理は地主の湯川さんと二人三脚でやってきました。湯川さんはそれまで慣行農法でお茶を作っていましたから、私たちが化学肥料や農薬をいっさい使わないと話したとき、とても不安だったと思います。そこで私たちは、作業の折々に、仕事が始まる前はいつも話をし、その内容を理解していただくようにしました。「土着微生物発酵肥料」は実際目の前で綿のように固まった土着菌を採取してお見せしたり、「モミ酢」は一瓶お渡しして、湯川さんに使っていただいたりしました。一番驚かれたのは、お茶刈り3週間前、葉に散布する「ストチュウ」でした。ストチュウとは酢・砂糖(黒)・焼酎のことで、葉に活力を与え、虫を寄せつけない効果があるといわれています。それらを300倍の水に入れるとき、毎年のように「もったいないなあ。焼酎は人が飲むものだよ」と笑っておっしゃいます。でも残った液は庭の木にかけます。湯川さんのお年は90歳くらいですが、まだまだ元気。私たちも見習いたいところがいっぱいです。

みなみ足柄 千田 富美子

そらやの百姓日記

2007・5・15

先月から大井町の山田に畑を借りました。これでそらやの畑は4枚になりました。畑は1箇所にまとまっていた方が便利かと思っていましたが、土質の違いとあるとそれぞれの良さを活かせるのでそれはそれで良いと思うようになりました。

昨年借りている赤田の畑は丹沢の山並がよく見えて、鳥の声も美しく、とても気持ちが良いところです。先日、野うさぎを見つけました。畑でうさぎを見たのは初めてでちょっと感激。その畑に昨年春に植えたのがアーティチョークとルバーブです。一昨年、下大井の畑に植えた時はしばらくして皆枯れてしまったのですが、山の畑には根付くことができました。アーティチョークは巨大なアザミのような花の蕾を食べる野菜です。ヨーロッパでは普通に食べているそうです。先日3年越しで生まれて初めて食べることができました。若い蕾を天ぷらにしました。ルバーブは蕾のような茎をジャムにして食べます。酸味のあるおいしいジャムができます。

趣味は何と聞かれたら、日常的に食べる野菜ではない野菜をつくることと答えようかな。もし、食べてみたいと思った方はそらやまでご連絡ください。この時期限定です。

作美尚子

番茶

2年前に番茶(?)を初めて作りました。これは知っている番茶とぜんぜん違う!と思いつつも、慣れてしまえばこういうものだという感じで飲みました。そのときの作り方を少し改善して今年も挑戦予定。興味のある方は、土用の前に連絡いただければ一緒に作れるかもしれません。作り方は以下。

土用の晴れた暑い日に、お茶を摘む
お茶の葉がひたひたになるくらいのお湯を沸かす。
お湯にお茶の葉を入れ、2~3分ゆでる。
ざるに上げて煮汁を切って(煮汁は捨てない)、日当たりの良い場所でむしろに広げる。表面が乾いたら時々煮汁を霧吹きでかけながら、一日干す。
アイロンがけの時にしわが伸びやすいくらいの湿り気になるように、お茶の葉に煮汁をかけ、むしろでくるんで2~3日、風通しの良い日陰に置く。
3日目に日にあててからからになるまで干して完成!
お茶缶などで保存します。飲むときにほうろくできると香ばしいらしいのですが、やったことはありません。

むしろはうちにはないので、味噌作りの時に作ったものを、もうひとつ作って、使いましたが、これだとちょっと乾きすぎます。今年はむしろの上にさらしをして、その上にお茶の葉をのせようかなと考え中。

Junkan 農園 中田 早保
0465-82-1353

田植え



不耕起と耕起で栽培している、「新 永塚田んぼ」の中原さんが送って下さいました。

乾燥山くらげの作り方

~山クラゲとは~
レタス=チシャ(乳草)の仲間。レタスは次のように分類されるようです。玉チシャ=玉レタス、
葉チシャ=リーフレタス等、
立ちチシャ=コスレタス等、
掻きチシャ=サンチュ等、
茎チシャ=山クラゲ



~栽培方法~
春播き(3月)と夏まき(8月)の年2回栽培可能。
葉が伸び始めたら下葉から適宜葉を掻き採ります。
掻いた葉はサラダとしても食べれます(少し苦味があります)。丈が30~40cm位になったら収穫。

~乾燥方法~
茎の部分の皮を厚めにむき、縦に4割または8割に切り、重ならないように天日干し(4~7日位)。

~料理方法(山クラゲのピリ辛炒め)~
水で戻し2cm位の長さの切り、ごま油で軽く炒め、味噌・砂糖・醤油で味を調えお好みでラー油を加えて辛味をつける。

松本 邦裕

あしがら農の会1ヶ月の報告と予定

6月上旬(田んぼ):農の会の各田んぼで田植えが行われました。今年は苗の出来が今ひとつ?何とか大きくなって欲しいですね。5月号に載った不耕起田んぼ用の下駄を履いて田植えを試したところもありました。ポチ田んぼでは不耕起の田植えを機械で(!)行ったようです。

6月上旬(小麦畑):麦秋を向かえて、農の会のメンバーの小麦も収穫されました。田んぼに囲まれた場所で作るとスズメの餌に、山で作るとスズメはこない!ということが分かってきました。お醤油の自給のためにも利来シーズンはより多くの方が小麦作りにチャレンジするかも?!

6/8:あしがら農の会定例会@山田邸
7月の定例会の場所ははまだ決まっていません。掲示板をご覧ください。(7/13の予定です。)

7/1(日):第二回お茶畑の管理作業日です。
7/4 味噌の会大豆種まき
7/14 味噌の会 大豆の定植

あしがら農の会

通信 2007年 6月号

第62号 2007年6月14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 0465-82-1353(tel/fax)
ktrack-cafe05@lapis.plala.or.jp

畑便り

ぼんぼこファームを二宮の地で始めてから、10回目の季節が巡り始めました。思い返してみると、この足かけ10年の間一度として同じように季節が巡ったことが無いことに気づきます。

つい最近まで、この思い通りに巡らない季節に翻弄され、多くの失敗を積み重ねてきました。そんな時にふと気が付くことがありました。思い通りにならないと思うなんて、なんて傲慢なんだろう。自分自身が、その年のその時の季節に合わせて農を営むことができれば、それ程に大きな失敗は無くなるのではないのだろうか。

そろそろ夏の定番の野菜達が出始めてきました。トマト、キュウリ、ナス、ピーマン等々、今年も出番を迎え始めました。

これらの野菜達が宅配の常連になるのも間もなくです。そしてそれぞれの生産者が、それぞれに新たな定番以外の野菜を作ることに挑戦中です。

私自身は、これらの夏野菜の他に、新たに夏大根や夏のほうれん草を作ることに挑戦中です。自然の流れに沿った中で、それらをうまく作ることが出来るのか、色々模索をしているところです。



ぼんぼこファーム
中村 隆一

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(お米・大豆から作っています)、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。

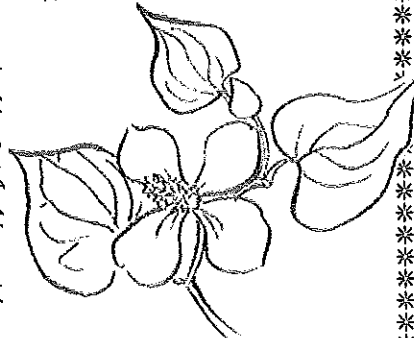
田んぼ便り ~ ぼち田んぼの巻 ~

ぼち田んぼは、曾比の額田邸前に広がる1.5反の田んぼで、参加メンバーは10軒。昨年の収量は12俵で、初年度にしてはなかなか優秀な成績なんだそうです。

2年目となる今年は、額田さんが発明した田植え機を使った不耕起田んぼに挑戦!原稿提出日が田植え初日なので、その様子をお伝えできないのが残念ですが、なにしろ本邦初の方式ですから、貴重な経験ができそうです。近隣の農家も熱い視線を注いでいるとか!?

今回原稿を担当するワタクシ、大日野は東京より移り住んで4年。田んぼに参加してからというもの、個性的な友人が増えて、小田原生活が数倍楽しくなりました。

理想的なコミュニティとしても大きな可能性を秘めている農の会は、いまや私にとってなくてはならない存在です。これからもどうぞよろしく!



いよいよ今年も田んぼが始まりました。また1年生き延びる為のお米が出来るかどうか、毎年、雑草に悩まされ、なかなか克服できずに5年目を迎えた今年はさて、どうなることでしょうか。先日、捕植をした時にすでにコナギが沢山芽を出していました。先が思いやられます。

一方、畑では、麦秋を迎えました。昨年は全てスズメの餌と化した小麦でしたが、今年は大分食べられはしたものの、どうにか収穫できました。昔はこのあたりでは皆田んぼの裏作に小麦を作っていたので、一箇所のみだけが食べられてしまうことは無かったのでしょうか。農の会の仲間達の中でも、小麦を作る人が増えてはいますが、まだまだ、スズメのお腹を満たして余る量ではなく、残念ながら被害に遭ってしまった仲間もいます。

お米も麦も野菜も作付けはしても収穫に至らないと言うことはままあります。この春は畑ではネキリムシの被害が多く、植えつけたキャベツの苗をことごとく食べられてしまったり。

でも全てがダメなわけでもなく、なんとかなるでしょと思えるようになってきたのは5年目の収穫物でしょうか。
(作業 尚子)

夏へと向かうこの時期、農作業の忙しさはピークを迎える。一日ではとて終わらない作業の群れが、どと押し寄せてくる。

夜、寝る前に、気持ちを落ち着かせ、次の日の作業の流れを想像し、明るく朝目が覚めたら、実行に移すために、田・畑へ出発する。

田植え、麦刈り、玉ねぎ、じゃがいもの収穫貯蔵、さつまいもの苗の植え付け、夏野菜の手入れ、どんな作業も、年に一度の行事と思えば、楽しめるようになる。

一作一品、すばらしい収穫を迎えられるように、作業の精度を上げていきたいと思う。夏野菜の収穫まであとひと息だ!!

苗のお買い上げ、有難うございました。

苗の会 瀬戸知子

その後、順調に育っていますでしょうか、いつも心配です。

去年のお客様に昨秋に書いていただいたアンケートでは、あつという間に虫に食われたり、水をあげ過ぎたかとお心配だったり。

虫は、毎日良く見ていただく事しか解決法がありません。喰われた葉があると、必ず居ます。よく捜して、虫を取り除いてください。私も昔は割り箸でつまんでいたものですが、さすがに自分の畑を持って4年目、素手でひねりつぶせるまでに成長(!)しました。

新芽や葉の裏には、細かいダニ(アブラムシ)が付く事もあります。素手に自信のない方は、筆に水を含ませて取るといいですよ。

水遣りは、必ず毎日やる必要はなく、土の表面が乾いたら、たっぷりやってください。

紫蘇を買ってくださった方は、ぜひ、実がつくまで大切にしてください。実をしごき取って瓶に詰め、醤油漬けにしてください。香りがよく、プチッと歯ごたえがよく、とてもご飯に合うのであつという間になくなりますよ。

農の会的「手前味噌作り」

- ①7/4頃 種大豆をトレーに蒔き、苗を作ります。
- ②7/14 苗を畑に植え付けます。
- ③7~8月 雑草に負けないように、草取りをします。
(8月後半に花が咲き、9月にはサヤかできます)
- ④11月中旬頃 サヤを振るとカラカラ音がするようになったら収穫。刈り取ったら、しばらく干します。
- ⑤12月 十分に乾燥したら豆をサヤからはずし、ゴミと選り分けず。
- ⑥1月 糶を仕込みます。(農の会のお米で)
- ⑦そして味噌の仕込み
食べ頃までじっと待ちます。(数ヶ月~3年)

まずは7月の種まき、苗作り、そして畑への定植です。まだまだ協力者募集中です。

担当 中原 snakahara@fancy.ocn.ne.jp 又は
0465-42-7099(Tel&fax)

【ブルーベリーガーデン旭夏祭りのお知らせ】 開催日 7月28日(土)11:00~18:00

今回の祭りは、農園のある大井町の里山の歴史から「縄文」、そしてこれからの大井の里山を盛り上げていく希望を込めて「石釜」という2つのキーワードをもとに「野焼き」と「石釜料理」をメインに行います。太古、大井の土地で暮らしを営んでいた縄文の人々に思いをはせる「野焼き体験」。そしてこの春完成した石釜でピッツア、タルトなどを焼き、農作物のおいしさをシンプルに楽しんで頂ける石釜ならではの香りや野性味をご提供したいと思っています。また昨年に引き続き、こだわりの料理や雑貨などの屋台群も出店して頂きます。これからホームページ、ブログにて「夏祭りのお知らせ」をアップさせる予定ですので詳細は下記をご覧ください。
『募集します!』
◎個人、またはグループで屋台の出店をされたい方、募集中!一緒に楽しみましょう♪
◎夏祭りスタッフ募集中!一緒に盛り上げましょう♪

ブルーベリーガーデン旭: 園主 小宮真一郎
ホームページ <http://www.15.ocn.ne.jp/farmcafe/>
携帯番号 09054067149

面倒くさいけど大事なこと

自分がこういうことをやっていると気づいたことは、心の中である「意識」が変わることです。自分の中で大事なものが順位を変えてくるのです。好きがそうではないんじゃないかになり、普通だったことがへんじやないか変わってくるのです。

具体的にいきますと、物事がうまいかなくなります。うまいかなから「意識」も変わるんだと思います。状況を前にして変わらざるを得ないというのが正確なところでしょうか。豚に餌やっても感謝されない。なつめにお手を教えてもまず言うことを聞かない。(座ってお茶していると後ろから頭にお手をしてくる)それが豚であり犬(なつめ)です。

道具を使えば何とか...ならない。火をつけても消える。釘を打っても真っ直ぐ打てない。ただ真っ直ぐに打てば言いただけの話なのに、オマエわざとか?といたくなるくらい親指をよく打ち付ける。(もう痛いからやめようね)梅を伐るにも、イメージのとおりやろうとするが丸坊主になってしまう。

アタマの中での「こういうはずだ」が打ち壊され、修正を余儀なくされます。作物を植えても、虫にやられてよくお亡くなりになります。上を見上げれば、天候によくいじめられます。「こういうはずだ」が「ああ、こういうもんだ」に変わるのには案外早いものです。

それだけ私のアタマは過去の生活に都合よく出来ていて、身体はサボっていたということでしょう。堆肥を持つにも、鍬を振り下ろすにも身体とよく相談しなくてははいけません。そういうことは、感覚的なことですので、おはなしでどうこうというものではありません。

それじゃ何でこんなこと続けているのか、といいますと、「サボっていたものは取り返さないといろいろとまずいんじゃないの?」であり、「お天道様の下で働きたい」というごく自然な欲求だからだと思えます。

私がこういうおはなしに身を置き、半年が過ぎ、暑い季節になりました。生きていくことは案外面倒くさいですね...

だけどサボっちゃいけませんよ。大事なんですから。
杉崎 聖

野菜のレシピ ジャがいも

ジャガイモもち

- ① ジャがいもはゆがいてつぶす。
- ② つぶしたジャガイモに自然塩を加え片栗粉を加えてよく混ぜ丸く平たい形に整える。
- ③ フライパンに油を熱し両面がきつね色になるまで焼く。
- ④ かぼす醤油をつけて召し上がれ。

ジャガイモのニョッキ

ジャガイモ: 400g 地粉: 100g~150g 塩: 小さじ1/4

- ① ジャガイモをゆでてつぶす
- ② 他の材料を加えてよく混ぜる(卵黄加えると固まる)
- ③ 親指の太さで伸ばして2cmの厚さでカット真ん中を押して、つぶす
- ④ 熱湯でゆでる(ゆですぎると形が崩れる。)
- ⑤ 好みのソースと合わせて出来上がり!

うちでは、オイルでニンニクを炒めただけのものや、そこに大切に保存しておいたトマトを加えたものからめて頂きます。時にはおいしいのあるチーズとからめたり。

あいらんど通信64

6月12日

中国の農村に行ってきました。自然養鶏の技術指導ということで、行きました。実は中国の方が養鶏では歴史も長し、まだ、庭先養鶏も残っています。但し、日本の1960年当時の再現です。農業離れです。

在来種も100種はいます。平均の農家の耕作面積は3反です。日本と同じで小さい農業が自給的に行われています。まだ、間に合う。自給的農業の厚みが、あるうちに、小さな自給的農家が、社会主義国家の利点を生かして、成り立つように願っています。

在来の雛を多様に交配し、漢方的薬草を利用した養鶏もすでに工夫されているようです。発酵技術も歴史も長いのですが、養鶏では、以前取り入れようとした、現在はないようです。指導に行ったとは名ばかりで、教わることはばかりでした。色々ブログで書いております。農の会のホームページにリンクしております。

笹村 出

乳酸発酵保存食品 シュークルット

日本のキャベツは柔らかく素晴らしいのですが、採り遅れた位の固めのキャベツを利用します。シュークルットはフランス語ですがドイツではザワークラウトと言います。どちらも同じ食品です。乳酸発酵食品なので程よい酸味が心情的健康食品です。レストランでもお酢を使った料理が出て来ますがこれはインチキなんですけど美味ければま〜いいか。

作り方

固めのキャベツを千切りに刻む。塩はキャベツの量の4% 粒胡椒、青唐辛子、ハーブはお好みで(セージ、タイム等) 水は一切使いません

仕込み方

実に簡単で、刻んだキャベツと用意した調味料を入れて必ず水分が上がってくるまで良くかき混ぜます。これがポイントです。落し蓋と適当な重石をして涼しい所に置いて2週間位で食べられます。その間漬物と同じで毎日手で良くかき混ぜます。乳酸菌がどんどん繁殖するので食べながら適度に水分を抜くと良いでしょう。どの位保存できるかは皆さんの腕次第。ポイントは酸素量の調節と、多めに作った方が上手く行きます。塩を多めにすれば1年くらい持ちます。さすがにドイツ料理、ソーセージとビールが良く合います。う〜ん おいび〜い (^^)v

ぼち農園(Nukada) Jul. 2007

☆ 夏こそ甘酒を飲もう! ☆

~甘酒は江戸時代、疲労回復・夏バテ防止の飲み物でした~

米麹とご飯を発酵させて作る甘酒はビタミン、酵素、アミノ酸の宝庫です。甘酒の甘味はブドウ糖100%。整腸作用もあり、体内をキレイにしてくれます。

酒粕を溶かして作るものとは別物です。「甘酒」は本来、砂糖不使用なのです。新酒の初搾りが2月で、その後おいしい酒粕が出回ります。甘酒は冬のものというイメージはここから来たのかも知れません。

冬の温かい甘酒も美味しいのですが、夏の冷たい甘酒もかなりいけます。昔から、すり入れて飲む習慣があるショウガの収穫が夏というも領けます。

ビタミンや酵素を生かすために温める時はお鍋でゆっくり60℃位までにします。チンしたら終わりですので気をつけたいものです。季節の無農薬野菜や果物でビタミンCを補えば更に完璧! また、甘味料としても使え発酵が進むとお酢になります。

~簡単! 甘酒の作り方~

1. モチ米1合をトロトロのお粥に炊く。
2. お粥を冷まして(60℃以下) 米麹1合を混ぜる。
3. 炊飯器を保温にして10時間程度で出来上り。
4. すぐに飲まない分は冷凍保存します。

ひだまり屋 (海老澤 昌宏)

あしがら農の会

通信 2007年 7月号

第62号 2007年7月17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 0465-82-1353(tel/fax)

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(お米・大豆から作っています)、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。

自給のレシピ 7月

ヤブキさんの『キウリの福神漬』

〜キウリがとれない時、とれない時の料理〜

材料 キウリ 10本(適量)

- | | | | |
|---|------|-----|------|
| ① | しょうゆ | カップ | 1 |
| ② | ごま油 | " | 0.7 |
| ③ | ごま | " | 0.5 |
| ④ | 鷹豆 | " | 0.25 |



- ① キウリに塩を5%の塩で〜晩つ(18〜20時間)漬けてお水で洗い、絞る。(お水は絞らなくていい)
- ② ①を煮立てた中に②のしょうゆとごま油を混ぜ、煮立てさせ、ザルにあける。汁は捨てる。
- ③ 汁をもう一度煮立て、再びキウリを混ぜ、煮立てさせ、ザルにあける。汁は捨てる。
- ④ 汁に鷹豆を加えて、また煮立て、キウリを入れる。煮立て、適当に火を止める。そのままです、できあがり。
- ⑤ 冷蔵庫で保存する。

※しょうゆの味が濃くなりすぎる。もし、みょうがとか、若いうりとかを加えると、もっとおいしい。ヤブキさんの昔の話をききながら、もっと、もっとおいしい!

文責 (作・食べました) ヤブキ

あしがら農の会 報告と予定

- 7/1 お茶畑の管理作業2回目。
20名ほどで草取り、竹切り等を行いました。6月にお茶を刈り込んで、通路に光が当たるようになったため今年は草が元気なようです。8月に参加される皆様がんばって草をとりましょう! ね。今回は8/29です。
- 7/4 大豆種まき
- 7/10 定例会@中屋敷公民館
昨年草に苦しんだポチ田んぼが今年、一転して草一つ出ない田んぼになりました。不耕起機械植えで順調に生育しているポチ田んぼと不耕起田植え機を見ながらの定例会でした。不耕起で草取りの苦しみから解放される? 詳しくは来月号で。
- 7/14 台風到来直前、雨の中、大豆を定植しました。
- 7/28 ブルーベリー園旭夏まつり
農の会はそらまめさんの石釜パンに笹鶏や野菜をたっぷりのせるオープンサンドやスープ、デリのお店を出店します。是非大きめのお皿やカップを持っていらしてください。その他にも田んぼメンバーの屋台なども出るようです。
- 8/10 定例会です。場所や内容はまだ未定

畑便り

本格的な梅雨を迎え蒸し暑い毎日です。トマト、ナス、きゅうり、ピーマンなど元気いっぱいの夏野菜が出始めています。

不耕起の千田の畑では、ナスの畝に現れたトマト、トマトの畝に出てきたきゅうり、昨年のニガウリの畝には再びニガウリの列が...とこれらの「勝手野菜」たちに、とまどいつつ世話をする毎日です。抜いてしまうにはおしい、こぼれ種は強いと聞いているので、できたら種取りをと欲が出ます。畝の主たちには迷惑でしょうね。

ようやく夏野菜が出始めたとホッとしていたら、秋野菜の準備がせまっていたのでした。のんびりしてはいられません。こんな時... 季節ごとに「勝手野菜」たちが畑いっぱいに出てくれたらいいなあ...と勝手な夢をみながら、あわてて種の注文をしました。

みなみ足柄 ちだ 富美子

田んぼだより

大磯の中村さん田んぼ

自然農『ぼんぼこファーム』の中村さんのお手伝いを始めたのが去年の秋。何もわからないまま、稲刈りのお手伝いしたのが私の田んぼデビューでした。場所は、湧き水に恵まれた大磯の棚田。谷戸を通る風がさわやかで、ちょっと背伸びすれば相模湾が見える、とても気持ちの良い場所です。今年の冬から休耕田を開いて田んぼに戻した『大磯わくわく田んぼ』とはお隣同士で、まさに兄弟田んぼ。よちよち歩きの弟の面倒を見るうちに、兄貴の田植えはちょっと遅れましたが、東京は江戸川区の小学生5・6年生20数名が田植え体験に参上! 今はアオサギとマガモが稲をなぎ倒す傍らで補植を続けつつ、雑草と格闘中。でも、田んぼ初心者の方は、田んぼの感触と水音が気持ちいい! いろんな生き物にビックリ! コロガシって迷走... じゃなくて、瞑想にいいわ! 水温、水深、土の具合によって変わる田んぼの姿は奥深い! 畑もおもしろいけど、田んぼもね! 稲作ができる日本の風土はありがたい...と、すべてを新鮮に楽しませてもらっています。

(藤崎智子)

今年はさらに充実！予定。ソースの会

トマトが最近の雨続きで割れてきています。このトマトを煮詰めて保存して、おいしいソースにするソースの会が今年も秋頃行われる予定です。トマトを煮込んで保存して下さる方を募集中です。内容は、農の会の配達の際にトマトをお届けします。そのトマトの皮をむいて、半分以下まで煮つめて冷凍保存して置いてください。ソースの会のときに特典があるかも！「煮込んで良いよー！」という方は配達の前までどうぞ。

大豆苗の定植

7月14日(土)台風接近中の西大友の畑で、昨年の2倍の面積での大豆作りが始まりました。4日に種まきした分の苗は大雨の中定植完了。が、苗が足りなかったため、近日中に種まきをして22日に定植します。今年は、大豆の発芽率が低く、また発芽していても、徒長苗が多かったです。原因は雨続きのこの天候。発芽する前に土の中で、腐ってしまった様です。また発芽してから雨に濡れ続けて晴れなかったため、徒長してしまっただけです。

大豆を播くのは梅雨シーズンになるので軒下などであまり水をかけずに、育てましょう！これで味噌まで一歩近づきましたね。



そらやの百姓日記

2007・7・15

「くさ(雑草)との闘いだなあ」と近所の農家のおじさんに毎年この時期になると声をかけられます。今年は例年に無く雑草の生え方が早いと思っっているのは私だけでしょうか？実際のところ、耕作面積が増えているのだから、今までと同じ管理の仕方では間に合わなくなっているのですが、さて、どうしたものか？来年はマルチを使うしかないかなあと思う今日この頃です。さて、昨年は色々なトマトを作ってみて、青枯れ病に強かった品種を選んで今年は作付けしてみました。同じトマトでも品種によって味も育ちも随分違うことが良く分かり、今年は茄子で、試しています。普通の茄子の他に加茂茄子、青茄子、水茄子、長茄子、白茄子、米茄子など。意外に青枯れに弱いものや思った以上に美味しいものと、茄子も奥が深い野菜だなあと試してみたり。こうやって、毎年、いろいろ試して作ってみて、全部の野菜が気に入った品種になるまでには、何年掛かることでしょうか。もしかして、一生終わらないかも。でも、それが楽しくてやめられない。作業を単純にすればよいのに余計な仕事を作っては草に追いまかれる夏の畑のひとコマでした。 作美尚子

夏！野菜レシピ

トマトウイユ 旭の夏まつりで農の会ブースで千田さん特製ラウトウイユ食べられます。千田さん現在研究中！！

【材料】

・夏野菜(ナス、ピーマン、ズッキーニ、トマト、インゲン、玉ねぎ、後はお好みでキュウリやかぼちゃもあり。)

・ハーブ(月桂樹 オレガノなどお好みで)・にんにく・オイル、

【作り方】

- ① にんにくと唐辛子をオイルで炒めて香りを出す
- ② そこに適当な大きさに切った野菜を加えて、ぐつぐつ煮る。(30分くらい)
- ③ トマトの量で水分が多めになったり、少なめになったりします。水は加えずに野菜から出る水で煮ていきます。塩コショウで味を調えて完成！

夏野菜のうまみがぎゅーっと詰まった一皿です。冷蔵庫に入れて保存。冷たいままでもおいしいので暑い日にともうれしい。

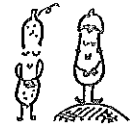
ナス丼

【材料】

ナス、菜種油、醤油、炊き立てご飯、キュウリ、玉ねぎ、酢、塩

【作り方】

- ① 菜種油で半分は切った皮側に切れ目を入れたナスを蓋をしながらじっくり両面焼く。焼けたらお醤油に漬けておく。
- ② 2cmの輪切りにして塩を絡ませておいたキュウリと塩でもんでおいたスライス玉ねぎに酢、塩、シソの千切りを加え和える。
- ③ 炊きたてご飯にこれらを載せて、夏井、ナス丼 完成！我が家ではシソをバジルにかえたり、トマトを載せてみたり、網で焼いたズッキーニに塩をかけたものを載せたりしています。もちろんナスだけでも、生きていて良かった！と心から思うくらいおいしいです。(是非おいしいレシピ教えて下さいね。)



はじめまして、神田麗です。

今年から、中井、大石に畑を借りて、野菜作りを始めました。農の会の皆様には、当初から大変お世話になり、本当に感謝致しております。

農作業の経験はあつたものの、一から始めるというのは実に難しいもので、まだ半年ですが、随分と勉強になりました。

田んぼも中井で仲間と共に始めましたが、厳しい条件ながらも稲と田んぼの素晴らしさに感激しています。

6月から、独自で野菜宅配を始めたいです。一生産者として、食卓がより身近なものになるよう、励み所存です。よろしくお願ひします。 野草畑〜麗

6月中は雨がなかなかなか降らず野菜もバテバテ状態でした。ここにきてやっと雨らしい雨が降り作物も草も(?)生き生きとしています。昨年は雨が降らなくても畑の隣の田んぼの水がもくらの穴を通って畑に流れ、いつでも畑が潤っていましたが今年もゴマを播きました。黒、白ともきれいに芽が出ています。またまたあのよいゴマの香りを嗅ぎたい。草まけしないように頑張ります!! 吉田裕香

美しくおいしいゴマが話題になっている吉田さんです！

ゆんたく広場

今年は空梅雨で水不足かと思っておりましたが、7月に入ると雨続き。また、この時期としては珍しいほどの大型台風がそこまで迫っています。

ここまで順調に育ってきたキュウリ・ナス・トマトなどの果菜類も強風でどうなることか…。支柱への誘引をしっかりとしなおし、身を軽くするために収穫や摘果したり…。ナスやキュウリは風にあおられるとすぐに傷が付き硬くなったり、また曲り果が増えます。トマトはこの大雨で実は割れてしまっています。トマトソースに使うトマトがたくさん増えそうです。これは楽しみかな…。

日頃から水はけが悪く苦労している畑では、昨日から少しでも水はけを良くしようと溝を掘り直しています。でも、今までの中ではもっとも雨量が多く水浸し。かなり畝を高くしてはいるのですが、水を媒体に病気が感染しそうで…。ハウスが2棟ありますが、大げさに言えば沼の中に建っているようです。こんな状態で暴風にあおられなければいいのですが…。

畑の心配ばかりしていますが、自宅はわった〜よりも年長で、雨漏りがひどくバケツをセットしました。

沖繩では何度か大きな台風と遭遇しましたが、台風のさなかには泡盛飲んで台風の後の畑の被害を見ては、「あいえな〜あきさびよ〜 うう なんくるないさ〜」

山の畑やまきた

前田 淳子

うちの借家は、山北の一等地にあるにもかかわらず、汲み取りが必要だ。それは大抵、雨の日に行く。

マンホールのフタを開けると、自分たちの排泄物がすぐに見えるのでそれを、酒屋さんが使っていた長い柄のひしゃくですく。焼酎のペットボトルを漏斗にして、灯油缶などの容器に移して。トイレトーパーを使いすぎると漏斗に詰ってしまい、「使いすぎだ」とか文句を言いながら裕司さんが棒でつついて移していく。雨に濡れながら、手は汚物で汚れながらの作業だ。私は後ろで傘をさして、終わるのを待つ。1回の汲み取りで容器に3つ。自分の出したものとはいえ、そこまでする彼を偉いと思う。

こうして定期的に汲み取った汚物は山に運ばれタンク内で熟成させて、肥料となる。液肥を薄めて、野菜やみかんの根本に撒いている。昔は、こんなことが当たり前だったのだろうに、今、農家は化学肥料に任せている。田んぼの草取りをしていて、目の前をうんちがぷっかりぷっかり…なんていう話だが、少し前まであったのに。(注:皆様、うちはこんなやり方していませんよ。熟成させていますからね。)

汚い話して申し訳ないけれど、汚い物にはふたをずるといふ生き方は、感心しません。

Junkan 農園 だより

7月だというのに大型の台風がやってくるというので、どうなることかと思いましたが、この地域という Junkan 農園には大きな被害もなく、ホッとしています。

畑がひろがり、作付けは悩みの種です。もっとシンプルに植えればよいものを、ナスは3箇所、キュウリも2箇所に植わっていて、収穫のためにあちちに行ったりこちちに行ったり。同じ科のものを連作しないためには、来年も作付けが飛び飛びになるような気がしてきています。かといって畑の準備がそうもまとまって整わない。欲張りの畑作りは難しいです。畑作りといえば、冬、草の勢いの弱い時、道を歩く人が、いい匂いだな〜と感じられるようにと植え付けたハーブ、この農繁期の様々な作業や、梅雨時の天候と草の勢いに、弱気味。あー草刈り機で周囲をぐるり刈れないって大変！と自分も弱っています。

明るいニュースを。今年 Junkan 農園ではかぼちゃが豊作です。ナスも昨年までと比べるときれいなものが採れるようになりました。これまで出荷用でほとんど食べられなかった分を取り返すように食べています。トマトは病気になるてしまいましたが、農の会にはすばらしいトマトの作り手がいるから、安心！皆様にはおいしい夏野菜スペシャルが届くことでしょう！

中田早保

自給のレシピ

ヨモギエキス

夏の後半も過ぎるころになりますと、あちらこちらでヨモギの背が高くなり繁茂する姿が見られます。このころのヨモギは、春先と違い茎がかなり堅くなっています。ヨモギエキスは、この茎が堅いヨモギを根際から刈り取って作ります。茎ごと使うことに意味があるようです。

- 1、刈り取ったヨモギを鍋に入る大きさに切りそろえる
- 2、ヨモギを鍋に入れ、ひたひたに浸るくらいの量の水を入れる。
- 3、中火で、水が半分になるまで煮詰め、煮汁を木綿の布で濾し取る。
- 4、煮汁をさらに煮詰めて、煮詰まってきたら小さい土鍋に入れ鮎状になるまでとろ火で煮詰める。

この鮎状に煮詰まった物がヨモギエキスです。見た目は、香りこそ違いますが、梅肉エキスにも似ています。誰でも簡単に作れますが、何より気長に煮詰めることがポイントです。このヨモギエキスは抗酸化作用も高く、腸の汚れを取り、万病に効果があるとされています。また、エキスからローションを作ったり、薄めて入浴剤に使ったりなど、直接肌に使っても効果が高いようです。

ぼんぼこファーム中村隆一

大豆の様子

台風直前の14日の定植後22日、26日に続大豆の定植&草取りが行われた大豆畑。台風の風にも負けず、強烈な日差しにも負けず、湯きにも負けず、大豆順調に育っています。8月12日の日曜日、すごい暑さの中、草取りが行われました。草刈り隊と、鎌隊で半日で全面の草取りが終わりました。11月の収穫まで作業はないようです。場所はR255沿いの新鮮館のすぐそば。是非様子を見に寄って下さい。



ブルーベリーが「デン」旭 便り♪
 ◎◎◎ブルーベリーの美味しい頂き方◎◎◎

こんにちは! Farme's cafe 山海亭の鈴木です!
 夏になり、太陽の光をたっぷりあびたブルーベリーは
 甘くて食べ盛り♪そんなブルーベリーの超カンタンな
 美味しい頂き方を紹介しま〜す! もちろん
 生で食べるのも
 あすすめ♪

① 冷凍にする
 凍らせたブルーベリーは口の中で半生になり、
 ジャベット状態に! 保存にもなりますヨ
 ヨーグルトやアイスにかけてもぜひ! <3>

② シヤムにする
 レシピ (いagara 3汁風) 用途はいろいろ♪

ブルーベリー 300g
 レモン汁 ... 半分
 グラニュー糖 お好みで! (トースト用2割り)

ブルーベリー 1/3 はあらかじめミキサーにかけておく
 全品を鍋に入れてませ、沸騰したらアクを取るの
 ち10分程すると、泡が食色になったら完成!!

①-2用は... ヨーグルトやミルクとませてもス〜す! 朝食のヨーグルトに!
 ①-1用は... 炭酸で割っても美味しい
 ◎9月上旬まで旬園中! 090-5406-7149 小宮まで♪◎◎

あしがら農の会 報告と予定

- 7/28 ブルーベリー園旭夏まつり
賑やかなお祭りになりました。農の会の生産者のブースもあっという間に完売。ありがとうございました。
- 8/10 定例会にて有機農業研究会理事の久保田さんに「有機農業推進法」の成り立ちや内容についてお話いただきました。報告は農の会掲示板に。
- 8/26 お茶畑の管理作業3回目です。暑い日々ですが、作業で汗をかいた後のお茶畑の木陰はさわやかで気持ちいいですよ!是非ご参加ください。10/21がお茶畑の管理作業最後になります。
- 9/14 定例会 場所については掲示板をご覧ください。

農の会掲示板のアドレス↓
<http://nounokai.com/wforum/wforum.cgi>

田んぼではお米の花が咲いています。

ハス畑ではハスの花が咲いています。

あしがら農の会

通信 2007年 8月号

第64号 2007年8月20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 0465-82-1353(tel/fax)

ktrack-cafe05@lapis.plala.or.jp

畑便り

山の畑 やまきた

この時期、畑へ行くと必ず出会う昆虫を紹介します。

・ニジュウヤホシテントウ (テントウムシ科)



背中に28個の斑紋がある。5月頃ジャガイモの葉を食べ、それが枯れる頃、ナスが畑に定植される

のでそちらに移って葉を食べる。見つけ次第、捕殺している。多い時にはジャガイモ10株当りに7-8匹ついている。体長は6-7mm。

・ウリハムシ (ハムシ科)



体長7-8mmで、クマシメの皮のような色をしている。その名の通り、ウリ類(カボチャ、スイカ、キュウリ等)

の葉を食べる。しかし、ゴーヤの葉を食べているのは見たことがない。こしらも見つけ次第、捕殺しているが、人の気配を感じると飛び立つことが多い。しかし、飛び方はの3いのでつかまえやすい。多い時でカボチャ1株に、2-3匹ついている。

前田裕司

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。

大豆の会、味噌の会: 大豆は7月に苗作りから始まり、11月に収穫。その大豆と、各自が田んぼの会で作っているお米で2月には麴作りから味噌作りを行っています。

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。

田んぼだより

「舟原田んぼ」から、

笹村の家から300メートルほどの所に舟原田んぼはあります。2反5畝。自分が暮らす地域で、農の会の仲間と田んぼが出来ると、素晴らしい夢のような事です。地域の人との会話も増えました。「おまえっちがやるなら」と言う事で、止めるのを止めた田んぼ。耕作を始めた田んぼもあります。何となく力がいった感じがします。とうもろこしを作ったようだけど、みんな食べられちゃうぞ。言われたとおりでした。

今年は初期の日照が少なく、ちょっと苦しい始まりでしたが、このところの暑さで、一気に追いつきました。

メンバーは10家族です。多士済々、実にいい仲間として、やってこれたと思います。お米は沢山は採れませんが、こちらはいつも豊作です。最初の塩沢からの15年の人も居ます。淡々と続けてきたと言う所です。「やれる者がやる。必要な者が、たべる。」そう在りたいと。

年10回の活動、費用は1万円、100キロのお米を配る。これが目標です。今年は1トン。大丈夫かな? 今年の研究テーマのソバカス抑草が成功し、雑草は転がしに1回入って、草は抑えられました。蕎麦麦にはすごく可能性を感じています。 笹村 出

出荷場のゆかな仲間たち



出荷場のゆかな仲間たちは、土の中、土の上で育っています。まかした胡瓜、鼻が出た茄子、足かはえた人参、大根と、ふれあっています。

とっても楽しいです。

↑なまぐる農園の出荷を手伝っている、いくみちさんか！
楽しいイラストを書いてくれました。松本 育美

毎日酷暑ともいえるほどの暑さが続いています。気をつけると山の木の葉は秋の色を付け始めているのがあります。もう立秋なんです。暑いあついとってはおれないと、コンニャク畑(と言っても50本位)の草刈りをしました。ここは昨年借りた畑ですが、種芋を植えてからしばらくほったらかしにしておいたのがいけない。ある日、すっかり無くなっていました。盗難!? がっかり。それでも草を刈らなくちゃと先日行ったら草に埋もれてコンニャク達がいるではありませんか。えーっという驚き、ああ良かったと嬉しくもあり、人を疑ったりなんぞと複雑な気持ちです。鶏もこの暑さでばて気味です。産卵が落ちるのではないかと冷や冷やの毎日です。一時、7月の中頃から卵が減り始め、まずい今年も昨年の二の舞かと思いつきながら、餌の量を増やしたりくず米を多用したりしながら二週間何とか持ち直しています。その間、東京から来たお客様がわざわざ直販所に寄ってくれたのですが無くて、携帯に問い合わせが来たのに無かった。お客様はがっかりして帰られたと後で聞き申しわけない気持ちと何ともできない歯がゆさに悔しくなります。これからも工夫を重ねお客様に豊かさを!

スイカがとれています。昨年は7月中旬ごろの収穫でしたが、今年は8月に入った頃からとれはじめました。暑くて、雨がでない日々。畑でスイカを探して、たたいて、品種や大きさで音も違って、この音は完熟なのか?と確かめるために(本当です!)いくつも、割っては食べ、水路で冷やしては食べ、顔をベタベタにして食べました。体が涼しくなって、うれしい収穫作業でした。これからは大玉スイカ(中玉になりそうです)がとれてきます。スイカですが、一度つくと8年ほどおなじ場所では作れないといわれています(ウリ科の後も、もちろんだめ)。ではスイカ農家はどのようにしているかといえば、カボチャやかんぴょうにスイカを接木して、連作を可能にしています。この接木の技術は驚くようなものです。植物もよく騙されてくれるものだなと思うのですが、果実の栄養素は本来のものとは変わってくるといわれています。(それでも、売っているスイカのそろい、熟し具合は見事です。) Junkan 農園では、根っからすいかを作ったのは今年で2度目。今後8年間もウリ科を作らずにいられる場所が存在するのか、覚えていられるのか、見当もつきませんが、夏を涼しくしてくれるスイカを食べるためにも、なんとか、場所を確保したいと思っています。

残暑お見舞い申し上げます

毎年巡ってくる夏、平和への思いを大切にしたいですね。先日の大井町旭夏祭りでは、「ネパール教育支援の会/NESEA」で出展しご協力いただきました。ありがとうございます。今回はネパールの話。

◆ネパール女性自立の支援活動◆

ひよんなことからネパールでのボランティアに係わってはや八年。ここ数年は1, 2ヶ月の駐在員生活を楽しんでいます(交通費や生活費などすべて自費! 農の会の活動はサボリ気味?)。現地の人との交渉は楽なことばかりではありませんが、職業訓練センター(無償で技能技術を学びます)を卒業した生徒の感謝と喜びの顔を見ると、その苦勞もどこかに飛んでしまいます。初めてのネパール訪問でショックを受けたのは、寒い冬の最中に川に入って砂を取っている女性たちの光景でした。その砂を売って家族の生活を支えているのです。ネパールの女性たちは宗教的に、社会的に差別され、人間としての権利が保障されていません。

小さなNGOのこと、五年間で約100名の生徒が卒業して仕立屋を開いたり、工場に勤めたりしています。

成果こそ小さいけれど、大きなNGOでは味わえない人と人との触れ合いで心暖まり、初めはボランティアをしてあげるといふ気持ちでしたが、今は逆に援助させてもらう喜びを感じています。

◆一緒に活動してみませんか◆

もう一つ、ネパールに係わって感じたのは異文化を知ることの大切さです。言葉や生活習慣の違いでお互いを理解することは簡単なことではありませんが、平和で豊かな暮らしを望んでいることは、どこの国の人と同じだと感じました。それとネパールで暮らしてみると、日本や世界の姿が別の視点からよく見えてくるのです。

強大な経済力と軍事力で世界を支配しようとするアメリカが恐ろしい国に見えるのです。経済大国の日本が軍隊を持ったらどう思われるでしょう。豊かな日本と言われても人々は生活に追われ、他人のことも考えられない状況。外国のことはなおさらと思いがちですが、小さな国を知るだけで新しい世界が開けてくると思います。(年費約3000円です) 関心のある方は是非ご連絡下さい。阿部武 女問合せ 090-2553-2417

レシピ しば漬け

- 材料: アカシソ 大きいもの3本
- みょうが 30個
- ナス 5本
- 塩 20%

作り方
この漬物は食べる時に洗わないので材料はきれいに洗っておく。
アカシソは葉をむしり、洗って、塩をふりかけてよくもみ、絞り、あくをとり、ざるに上げて水気を切っておく。実の出来る頃には、実も一緒に使う。
みょうがは縦に大きいものは4つに切っておく。
ナスは皮のまま半分縦にうすく切る。
器にまずシソを底が隠れるくらいにならべ、みょうがを一にぎりばらばらとちらし、その上にナスを両手一杯くらい入れ、軽く1にぎりの塩をふりかけます。
次にシソ、みょうが、ナス、塩と同じ順序に何段にも重ね、一番上にシソをおき、押し蓋をして重石をきつくして、上から紙で覆っておく。20日位おいてから食べます。食べる時は、軽く汁を絞ってみじんに刻んでいただきます。重石をとらず汁を捨てなければ味は変わりません。

ぶた小屋通信07'08

うちの農地は、カラムシという草が繁茂しています。紫蘇に似た葉で、茎から強い繊維が取れる、カラムシ織という布の原料です。豚が好むので、春~秋までの緑餌として重宝です。

そのカラムシに、毎年フクラスズメという蛾の幼虫が大発生します。黒に黄の縞があり、頭と気孔が赤い、ケバイ虫で、大きくなると9cm程になり、その大群はおぞましいものです。はじめの年は、農場中のカラムシを食い尽くして、そこから中をうろついて、いやいやながら大豆の葉まで食害しました。

今年はいつもより早く、梅雨時に発生しましたが、直径で10m位を食い尽くして、5cm程に育ったある日、そのあたりにスズメが集まっていた。近づくと50羽位が飛び立ちますが、皆、口からビロンと何かをたらして飛んでいきます。数千はいたであろうフクラスズメは、3日で全く見なくなりました。

生態系だとか食物連鎖だとか、説明は簡単ですが、それからはスズメを見るこちらの意識に、尊敬の念が生じています。

自給のしほ

レシピ 柚子こしょう
とうがらし(ヘタと種を除いたもの) 50g
塩(とうがらしの30%) 15g
柚子(皮をすりおろしたもの) 50g
塩(柚子の30%) 15g

- ①とうがらしはヘタと種を除き小口切りにし、すり鉢かミキサーにかけペースト状にして塩と混ぜ合わせる
- ②柚子はおろし金で表面のみをすりおろし塩と混ぜ合わせる
- ③①と②をすり鉢かミキサーで混ぜ合わせる。
- ④ビンに入れ冷蔵庫で保存します

とうがらしと柚子の時期が異なるのでとうがらしはペースト(塩入り)にしたものを冷凍しておくといよ。
「青とうがらし+青い柚子」
「青とうがらし+黄色い柚子」
「赤とうがらし+黄色い柚子」 組み合わせいろいろ
食べ方…鍋物、麺類、刺身など工夫して楽しくどうぞ

↓
レシピ とうがらし醤油
とうがらし 適宜
醤油 適宜

- ①とうがらしのヘタと種を取り、5mm位の小口切りにしてフライパンで乾煎りする。ちょっと焦げ目がつく程度
 - ②冷めたとうがらしをビンに入れ醤油をヒタヒタに入れる
 - ③とうがらしは熱々のご飯にのせて頂きます
- 上記のような面倒なことをせず唐辛子そのままに醤油をそそぐだけでも。どちらも1週間位で出来上がり

スペイン風簡単野菜カレー

- ① 中玉の玉ねぎ1玉をみじん切。又はうすくスライスして、タかのつね(好みの量)と一緒に多めの油をひいたなべで15分程中火でいためます。
 - ② 玉ねぎがきつね色になり、油としっかり分離したら小さじ2杯のガラムマサラ(スパイス等が売っています)を加え、よくなじませます。
 - ③ そこにさいの目に切ったトマト(中玉1玉)を入れ、トマトをつぶしながらよく混ぜ、小さじ1杯の塩で味付けして、カレーパウダーを加え、(4人分です)
 - ④ 大きめに切った好みの野菜(4人分)をカレーパウダーの中に入れ、からませながら5分程中火でいためます。
 - ⑤ ひたひたの水を加え、ふたを掛け弱火で30分程煮込めば、できあがり
- ※ 圧力なべを使えば、3分加熱、5分おくらして、スピードクッキング!! (この場合、水は少し少なめで下せし)
- 冷蔵庫に残った野菜などでためてみて下さい。 — ナマステ —

栗の渋皮煮の作り方

☆材料
栗 鬼皮のまま1kg (採りたての新鮮なもの！)
砂糖 1kg (甜菜糖でも同じ)
重曹 40g

若干根気が要ります。新鮮な大粒の早生栗が手に入ったら挑戦してみてください。完熟一步手前ぐらいの方が渋皮煮に向いているらしいです(お尻がちょっと白い粒)。

1. 甘皮に傷が付かないように慎重に鬼皮をむく。1時間くらいお湯に浸けておくと楽です。
2. 鍋に重曹20gを水に溶かして、むいた栗を入れて煮立たせます。弱火でアクを取りながら15分。
3. 煮汁を捨て栗を水にさらしながら、皮に残ったスジをこすり取る。串を使うと良い。栗は常に水の中に入れておく。
4. 1~3をもう一度繰り返す。
5. もう一度水から煮る。沸騰後弱火で10分。
6. 煮汁を捨てて水にさらし、5を繰り返す。
7. 鍋に栗がヒタヒタ程度の水と砂糖を加えて弱火で20分~30分煮る。紙蓋をすると良い。
8. 火を止めてそのまま一晩置く。
9. 味がしみ込んだら出来上がり。
10. 味が薄い様なら煮汁を煮詰めて栗を戻し保存する。

ひだまり屋 (海老澤 昌宏)

あしがら農の会報告と連絡

- 8月29日 お茶畑の草取りが行われました。一時は大雨になりましたが、総勢14名で全体の草取りが終了しました!(すごい!!) お疲れ様でした。次回は10月21日。9時からです。担当は根本さん 0465-38-3191
- 9月1日 田んぼ見て歩きが行われました。中面に記事。
- 9月14日 定例会がNPONGOの家で開かれました。田んぼの様子、10月のシンポについて、などが新しく見えた方々も交えて話しあわれました。これからの地域の農業についての見通しや、有機農業推進法に関わる動き方についての話も出ました。
- 10月6日(土) 13時よりマロニエにて有機農業推進法シンポジウムを行います。詳しくは別紙をご覧ください。
- 10月12日(金) 定例会
- 9月下旬から10月上旬にかけて、各田んぼで稲刈りが行われます。興味のある方は、関係者に声をかけてください。

←マロニエの根本さんのしほです。

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。

大豆の会、味噌の会: 大豆は7月に苗作りから始まり、11月に収穫。その大豆と、各自が田んぼの会で作っているお米で2月には麴作りから味噌作りを行っています。

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 2007年9月号

第62号 2007年9月20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 0465-82-1353(tel/fax)

ktrack-cafe05@lapis.plala.or.jp

田んぼだより 中井町で新しく田んぼを始めたかじか森田んぼから届いた田んぼ便りです。

畑便り

夏の果菜類胡瓜・茄子・トマトなどが徐々に減り、人参・大根・葉物などの秋野菜へと徐々に切り替わる季節となりました。今年は酷暑の影響か、台風の影響か、いやいや畑の土の未熟さの影響で、果菜類の秋の粘り・回復力が極端に悪くとも寂しい……

また人参の播き時の7月末から8月初めの高温・乾燥の影響で発芽不良、またそれ以前に播いたものも生長が遅いようで今後が心配です。せめて薬物が順調に育ってくればな〜。

常備野菜としての玉葱も在庫が乏しく小玉ばかり…春ジャガは薩摩芋そして里芋に取って代わっていくことでしょう。明るい畑便りをお知らせしようと考えていたのですが、いざキーボードを打っているとだんだん寂しくなっていくのが偽らざる現状のようです。

秋から冬にかけて野菜が豊富に採れるようにキャベツ・ブロッコリー・白菜の苗作り・定植、大根・人参の間引き、ネギの除草・土寄せ、薬物の種まきに除草等々。楽しい作業が山ほど。がんばるぞ〜

田んぼに目を向けると黄金色に染まったお米の刈取りもそろそろ。収量の悪かった去年に比べて今年は少し良いと思っていたのですが昨年と同じぐらいのようで少しがっかり。とはほ……でもなんくるないさあ〜

松本 邦裕

数年前永塚田んぼの田植えに子どもと参加させていただいたとき当たり前に食している「ご飯」がテーブルに並ぶまでにこのような手仕事があるのだと目に見えない世界への気づきの機会を頂きました。そんな時に「つむぎ農園」の井上さんとの間で田んぼをやってみましょうか、という話が浮上し、好奇心旺盛な私は、無知がゆえにすぐに賛同し、2007年冬から田んぼの準備が始まりました。日本の里山の霧阻気がまだ残っている中井町で日本古来の米作りに近いやり方で稲作に取り組みるとはなんて素敵なのかしら……。知らないとは恐ろしいことです。

田んぼの作業第一歩は種初めの温湯消毒、塩水選……という理科の実験のような作業、苗を育てるためにこのような手のかかる作業が人知れず行われていたことに驚きました。そしてその後、草刈、畦作り。田んぼの取水が難しいかじか森田んぼでは田植えまでに毎週1から2回の土木作業が必要であることが判明。ただでさえ自分の畑仕事が忙しい時期に予想外に田んぼに足を運び体力を消耗する仕事をこなさなくてはならなくなり大変でした。

やっとこさわが田んぼが田植えに辿り着いた頃は周囲の田んぼはずいぶん前に田植えが終わっていて、それはそれでプレッシャーでしたが大勢の仲間が駆けつけてくれたおかげで何とか無事に田植えを終えることが出来ました。周囲の田んぼより一回り小さいけどお行儀よく並んだ稲が風に揺れる田んぼの風景を眺め、自分たちの手でここまで出来たという清々しい喜びを皆味わうことが出来ました。

「田んぼ」前と後では車を運転していても風景に対する視線が変わってきました。体験し感じることで今まで目に見えなかった世界が見えてくる、そのことが、何よりの驚きであり、いま、新たな好奇心の芽生えを感じています。

小林 純子

田んぼ見て歩き! 田んぼめぐりほど、面白いものはありませんね。三者三様で、それぞれの農の形が現れます。これが本音だからおもしろい。合理的にやろうと言う人。とことん学級的な人。収穫など二の次かと思われる人。野生的な人。過剰な情熱の人。田んぼめぐりは、人めぐり。一巡り。人というのはなかなか、不可思議なものです。一期一会、今年の田んぼにはもう会えない。田んぼを見ていると、まことに学ぶもの、感慨深い味わいがあります。田んぼ探偵団。こんな面白いことを、一人でやっていたらもったいないと思い、今年は、皆さんに呼びかけて、大勢で廻りました。それぞれに楽しかったようです。大勢なので、計測係りを分担したりして、昼は、赤松カレーハウスで、楽しい昼食会。最後は、大磯ワクワク田んぼの一等賞田んぼで、日が暮れました。(笹村) 以下の表は藤崎さんが記録してくれました。

田んぼ名	大きさ	品種	生育状態 種の長さ、莖数、高さの順	草ほか	水温ほか
船原たんぼ	2反5畝	アキニシキサトジマン	20cm、9~25本 (ばらつき大)、アキ92cm、サト89cm	上段の水が浅い場所にヒエ発生。下段ほど収量が良い	19℃
コッコ牧場	2反	サトジマンもち米	19cm、17本、101cm	イモチ病でもち米弱るもサトジマンには影響なし。草が目立つ	19℃日当たり悪い。
石綿たんぼ	1反	ユメツクシ	20cm、20本、94cm	ヒエ、下葉枯れが目立つ。今年はすずめが少ない。	18.5℃日当たり悪い。
CLCA田んぼ	1反		20cm、10本、89cm	出穂が遅れている。ひょろっと背が高く弱弱しい印象。上段に草が目立つ。	18℃
ポチ田んぼ	1反7畝	キヌヒカリ、サトジマン、もち米	キヌ:16cm、14本、87cm サト:19cm、21本、93cm キヌヒカリの苗の生育が悪かったのが株の生育の差として出た	田植え機がターンする場所土を掘ってしまい草が出てしまったが、それ以外では草は目立たない。キヌヒカリのほうにすずめ被害が集中。	21℃
がんこ村田んぼ		布マルチ	ばらつきが極めて大きくまったく育っていない場所も目立つ。生育しているところも分けつが少なく株が細い	布マルチ+不耕起 2年目。土がとてもし硬い(写真①)踏んでもまったく沈まない硬さ。	23℃
Junkanたんぼ	1反4畝	キヌヒカリ、もち米	19cm、21本、88cm	葉の緑が濃く、株がしっかりしていて強い印象。下葉が枯れない。品種の乱れが生育具合のばらつきになって現れた?	19℃
千田田んぼ		キヌヒカリ、もち米	キヌ:17cm、13本、90cm もち:21センチ、20本、96cm	土は固め。キヌの生育がやや悪い(苗がうまくなかった?)もち米は大丈夫	20℃(西日がすぐかげってしまう)
山北田んぼ		ユメツクシ コシヒカリ	ユメ:21cm、18本、86cm コシ:16cm、20本、90cm	土やや固い。「草ではそれほど苦労していない。」穂の出方が2段階?	19.5℃
前田田んぼ			10~16cm、14本、90cm	ばらつきが大きい。下葉枯れが目立つ	19℃水の出入り多い。
海老沢田んぼ		キヌヒカリ	14~19cm、20本、95cm	これまで見たキヌヒカリの中で一番生育が良い	21℃
そらや田んぼ		キヌヒカリ もち米	18cm、18本、88cm	ヒエやコナギが目立つが、稲自体が負けていない。スズメ害が目立つ。	20℃
親子田んぼ		キヌヒカリ アキニシキ	キヌ:19cm、21本、79cm アキ:21cm、15本、95cm	土がとてもし硬い。下葉枯れが目につく	19℃
女性の田んぼ		キヌヒカリ	15cm、16本、88cm	土が固い。葉の緑が濃い。ツトムシ害目立つ	19℃
永塚田んぼ	1反5畝	イセヒカリ	22cm、15本、90cm	アゾラ発見!(写真②)	20℃
新永塚田んぼ	2反	キヌヒカリ	20cm、15本、90cm	良い生育状況。ここでもアゾラ発見!	20℃
大磯わくわく田んぼ	1反	イセヒカリ	21cm、21本、95cm	株に活力を感じる(写真③)	20℃
ポンポコ田んぼ	2反	イセヒカリ サトジマン	イセ:ばらつき大 サト:21cm、22本、95cm		20.5℃



左: 写真①
紙マルチのがんこ村田んぼ



右: 写真②
永塚田んぼ

そらやの稲刈り日記

2007・9・18

田んぼの畦に彼岸花が咲き始め、暗くなる時間が急に早くなって、夏の終わりを感ずる今日この頃です。それにしても、就農5年目を数えた今年の夏は本当に天候に振り回された感があります。春の低温もさる事ながら、空梅雨かと思いきや、7月の台風、その後の雨続き。そして、8月になったら猛暑のカラカラ天気止めは台風9号小田原上陸。毎年同じ夏はないけれど、やっぱり、これは地球の悲鳴?

農作業は当たり前ですが、天気に随分と左右されます。雨続きで土が乾かないと耕すこともできず、播きたい種も播けないし、かといって今年のような日照り続きでは播いた種も発芽もできない。折角播いた種も大雨で流されて播き直しなんてことも。実際、今年の夏は人参の種蒔きに苦労しました。1度目は大雨に流され、2度目はカラカラ続きで水路の水をポンプで揚げて灌水するほど。余計な作業に時間を取られ、草取りが追いつかないままになってしまった、落花生とさつまいも。早く土寄せしてよとネギには言われるし。あーあ、今年の夏は・・・。

なんだかまだ、残暑が続きそうでそろそろ身体も悲鳴をあげそう。でも、明日も畑に居るんです。そこが1番好きな場所だから。
作美尚子

「良い収穫を迎えるために」
自分の行動や気持ちは、作物の生育や収穫にどのように結びつくのでしょうか?とても大切なテーマだと思います。

野菜やお米が立派に育ってこそ気持ち満たされ、安心するという事は確かにあります。逆に言えば、作物が順調に成長し、実り良い収穫を頂くためには、どのような気持ちで、何をするのがよいのか、が大切となります。自分の生活と作物の生長は切っても切り離せないものなのだと思います。「時は米なり!」という言葉が浮かびました。

最近、酪農家で、無殺菌牛乳を可能にされた方がおられるという話や、野菜の有機栽培から無肥料栽培への転換に取り組まれている農家の話を目にする機会がありました。より良い農業を模索されている方々の技術はどこまでも深く、そして魅力的に映ります。自分も百姓の入口に立ち、そのような大先輩の姿を追いかけていきたいと思います。

Junkan 農園 田中大樹

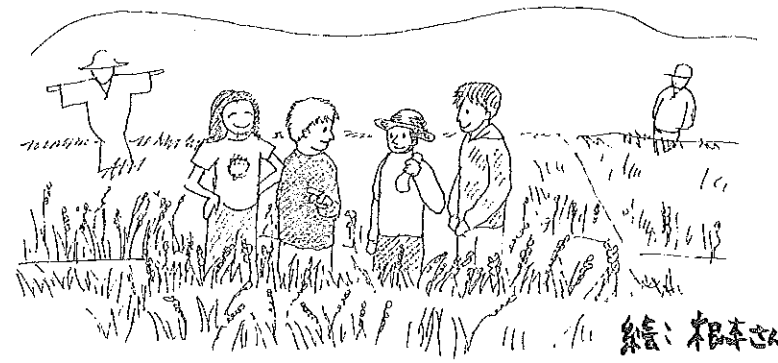
たいふうう... 山の畑やまきた 前田淳子

7月の台風では、畑に行く途中の山道が崩落しました。カーブがごっそりとえぐられたのですが、先日、地主の武さんと助っ人の高橋さんと、私達で修復しました。

今月6日の台風では、山に渡る橋が半分消えました。山の上には鶏小屋もハウスも畑もあるので、別の壊れそうなりつり橋で川を渡り、古道を歩いて登りました。嫌な予感が全体的の中し、ハウス2棟も破けていました。8日、西丹沢・睦ヶ丸登山に向かう予定だった友人が急遽復旧作業に駆け付けてくれました。材料を担ぎ、山道の倒木を片付けながら進み、3人でハウス1棟のビニルを張り替えました。一番下の畑には、上まで登って下って行く、という有様です。そこで13日、翌日の出荷に向けて竹で梯子を作りました。橋の途中から川の中の岩に降りて川から岸へ登る方法です。ザックの中にはロープと畑で収穫したスイカ・素麺南瓜など...この重たい荷物で、心もとない梯子で川に降りる様は、恐怖以上に、滑稽でした。

こうして14日の配達には済ませましたがこの日朝から、また武さんの指揮のもと、復旧作業が入りました。配達を終えて午後私が見に行ったら、杉の木を渡していました。前回と同じ顔ぶれで、崩落部分が8M、それよりも長い12M位の杉を6本、ユンボで対岸へ渡しワイヤーで固定です。その作業は圧倒するばかり...すごいものでした。

でも、長く山と付き合いしてきた武さん達には何でもない事のように。山の畑を続けていると、得るものも大きいなあ...と感じます。これからも、中山間地の小規模農業、頑張ります!応援して下さい。



写真③: 大磯わくわく田んぼ。右下の人のように見えるのは、実は秦山子です。



写真 中原さん

あしがら農の会

通信 2007年 10月号

第64号 2007年10月19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 0465-82-1353(tel/fax)

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。

大豆の会、味噌の会: 大豆は7月に苗作りから始まり、11月に収穫。その大豆と、各自が田んぼの会で作っているお米で2月には麴作りから味噌作りを行っています。

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。

自給のレシピ10月

粟善哉

粟ぜんざいの作り方です。クリではなくア・ワ・ですよ。日本人は長い間、五穀を中心に食べてきました。長寿は雑穀のお陰でもあったのです。雑穀の中でも最も古くから作られてきたのが粟です。粟にもウルチとモチがあります。粟ぜんざいにはモチアワを使います。モチアワは雑穀の中で一番甘味が強いため、あんこの甘さを控えると粟の風味と甘みを楽しめます。こし餡かつぶ餡かはお好みで。粟を炊く鍋は厚底の物を使って下さい。ガスマットがあると焦げにくいです。粟を洗うザルはふるいを使います。

作り方と言うほど大げさな工程は無く、炊き立ての粟にアツアツのあんこを載せるだけです。

☆材料(2人前)

1. 粟 100g
2. 塩 ひとつまみ
3. 水 200g
4. あんこ 適量

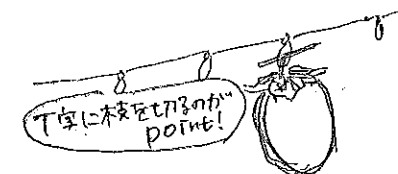
☆粟の炊き方

1. 分量の水が沸騰したら塩を加える。
2. 粟を入れて強火。素早くへらで混ぜる。
3. へらを動かして鍋底が見えるようになったら弱火にし、蓋をして15分。
4. 火を消して10分蒸らしたらへらで混ぜて出来上り。

☆粟を栽培してみたい人は相談に乗ります→<http://hidamaliya.jp>
海老澤 昌宏/雑穀エキスパート(日本雑穀協会)

*****超カンタン自給のレシピ*****

・・・干し柿・・・渋柿の、枝をT字型に残して収穫するのが、決め手です。へたを残して皮を剥き、風通しの良い軒下に吊るすだけ。紐にいくつか輪を作って、T字を掛けてゆきます。まだ暖かいうちなら、一週間で食べごろになります。柔らかくて、信じられないくらい美味しいです。長く干すと硬くなり、保存に向きます。



・・・柿酢・・・

甘でも渋でも、必ずよーく熟した柿を使います。四つ割にしてへたを取り、広口の瓶に八分目詰め、軽く蓋をして暖かいところにおきます。加温も効果的です。泡が出始めたら毎日かき混ぜ、柿が崩れたら手を入れてよく潰します。やがて酢のにおいがし始めたら、涼しいところに移して、瓶の口は布をかぶせて縛っておきます(酸素が必要)。酢がぶんぶん匂ってきたら、ざる等で種とカスを除き、白いゼリー状の幕が出来たら取り除きます。更に放置して透明な上澄みが出来たら、透明な液だけを、ちょうど満杯になるようなサイズの細口瓶に移し、蓋をして寝かせます。もう使えますが、一年程寝かせると、更に美味しくなります。下に溜まる津は食べないこと。この酢は、加熱調理には向きません。(受け売り伝授:瀬戸知子)

畑便り

すっかり過ごしやすい季節となりました。各田んぼの稲刈もほぼ一段落、新米を召し上がったという方もおられるのではないのでしょうか?

さて、畑は今秋野菜作りの真っ最中であります。夏の猛暑の影響か、しばらく野菜を食べる虫が大発生していたのですが、このところの涼しい気候で虫の数も減り、野菜達は順調な生育を取り戻しつつあるようです。葉物では小松菜、みずな、レタス、春菊、白菜、ねぎ等。根ものでは、大根、カブ、ニンジン、秋ジャガ等が日に日に大きく成長していきます。またサツマイモや里芋は早いものは掘り始め、小さいところは少しでも大きくなるように、霜が降りて葉が枯れるまで収穫待ちです。

以上の野菜を中心に、これから11月にかけて、徐々に収穫が始まります。しみじみと感謝を深める季節です。

Junkan 農園 田中大樹

田んぼだより

永塚キャンデーズ(永塚田んぼ団 改め)から

「田んぼを丸ごと楽しむ!」を合言葉に不耕起手植えで多品種のお米を造っています。積極的に外の人達にも開いているので、田植えには毎年百人を超える方が関東一円から参加します。古代赤米の神丹穂などの【鑑賞米】という概念を入れたのも永塚でした。加工した稲穂の束は地元の障害者施設のバザーに出店し、売り上げを寄付させていただいています。これは今や地元の名物となっています。

取水口に【ビオトープ】を作り、水の浄化と共に虫たちの住処を造り、人間のためには花菖蒲を植えました。【案山子】作りにも熱中し、案山子の人口密度日本一を豪語した年もありました。又、永塚から巣立っていった仲間も多くなります。初代リーダーであった相原海さんと佑子さんは「農場こぶた畑」、中田早保さんは「JUNKAN 農園」、井上昌代さんは「農園つむぎ」と、それぞれの場に根を下ろしています。

田んぼの風景から何を汲み取ってくる事が出来るのか?これが我々の課題。これからユニークな発想と実践を積み重ねて行くことで、豊かな田んぼを創造して行きたいと思っています。田んぼで真剣に?遊びたい人、大歓迎です。

&O

10月6日に有機農業シンポジウムが開かれました

昨年12月に出来た「有機農業推進法」。この法律を利用しない手はない!と、久保田先生をアドバイザーに「PeaceCafe あしがら」と「あしがら農の会」との共催で、今回のシンポジウムを開きました。

基調講演はツルネン・マルティンさん、また、地域での実践としてジョイ・ファームの長谷川さん、報徳農場の田嶋さん、MOA 農場の石渡さん、そしてわれらがあしがら農の会から相原海さんが発表をしました。同じ「有機農業」と言っても、それぞれの団体によって、取り組み方も、スタンスも、思いも様々。それを横に並べて見られる機会はそうはない。そういった意味で、面白いシンポジウムだったと思います。

有機農業は全農産物の約1%。超マイノリティだけれど、環境や自給率の問題、地域コミュニティの破壊が進む現代社会が生き残るための唯一の希望と思えるのは私だけではないはず。少なくとも、そうした思いを共有できる同じ地域に暮らす人たちが100人近く集まった意味はとても大きいと思います。

今回のシンポジウムをきっかけに団体同士連携を取り、行政や議会と(市・県職員や議員も参加していました!)意見交換がなされ、有機農業推進法を地域で活用できる方向へとぜひ進んでほしい!と思います。これからどんな展開になっていくのか。うーん、夢は膨らみますねー! うふふふー。
佐々木ナオミ

News

お茶畑の管理作業: 10月21日(日)9時~。今回は刈り込み、草取り、草刈を行います。草刈機をお持ちの方は持参してください。次回は12月頃、鶏糞をまく予定です。これまでこれなかった方、そちらにどうぞ。日程は来月号でお知らせします。

各田んぼ稲刈終了!脱穀して粉摺り中!: 9月下旬からはじまった稲刈り、どこの田んぼも無事に終わりました。今年の収量は? 豊作!という声とんーという声と。一番良かったのは、稲刈りから脱穀まで雨がなかったことでしょうか? 乾いたお米のおかげで機械類は絶好調。お米の粒はいつもよりふっくらとしてきれい!というのが印象です。

有機農業シンポジウム開催: 10月6日、有機農業シンポジウムが開かれました。詳しくは+に!

永耕祭: 今月号田んぼだよりに掲載されている永塚田んぼの神丹穂が見られる機会です。10/20、21 永耕園にて

定例会: 今月は「旭」にて開かれました。詳しくは掲示板をご覧ください。来月は11月9日です。場所は決まり次第掲示板に掲載されます。

新規就農希望者がたくさんいらしています: 定例会や集荷場にこの地域での就農を考えている方が、見えています。海が見える場所でみかんを!という方、海を見ながら畑をしていきたい方など。

大豆の会・味噌の会 今後の予定: 味噌作りは来年1月の下旬を予定しています。その前に大豆の収穫と脱穀作業ですが脱穀作業はポンポコファームで行う予定。詳細は後日

ぼんぼこファームの極私的農業考

九月までの残暑が嘘のように涼しい今日この頃です。季節の切り替わりで体調管理の難しい時期でもあります。風邪などで周りに迷惑をかけないよう心がけています。

季節が巡るごとに、人間の体や心も春夏秋冬のような変化があります。何をしても調子のいい時もあります。何をしても駄目な時もあります。特に心は、ちょっとしたきっかけで切り替わってしまいます。その時その時を淡々と、十年一日のごとく暮らしていければよいのですが、私だけかもしれませんが、必ず一年のうち一定の時期は仕事に身が入らない時期があります。それを超えると、また淡々と仕事ができるようになるのですが、それまでは惰性だけで仕事をしていることが間々あります。自分でも気がつかないうちにそうなっていることが多いようです。ふと気づくと何もかもがうまく回らなくなっています。そして焦りはじめ、ますます深い闇にはまっています。

最近、そういった停滞の時期も必要なのだと思えるようになってきました。そう思えるようになったら、だいたい気が楽になってきました。むしろ、それを一年の流れの中でどうとらえていくかということに興味は移っています。緩急、緩急、自分でコントロールできるようになればありがたいのですが。季節は冬に向かっていますが、畑はだいぶ活気づいてきました。

ぼんぼこファーム 中村隆一



ゆんたく広場

10月7日にうるち米の稲刈り・脱穀に引き続き初摺りを終え、ようやく新米を口にする準備が整いました。また今年からもち米も作り始めました。田んぼの時期には地下水水位が上がり、とても畑としては使えない場所約2反を、この冬に土を削り、畑を田んぼに換えたのです。一輪車でせつせと土を運んだのですが、水平がうまく取れず、いざ水を張ると十分に水につからない部分ができ、草だらけ。さあ草をとってから稲刈り開始！これだけの草をとるのは大変！草をとるより手刈りで稲刈りをしたほうが早いのでは・・・稲だけを刈るのも大変！結局草ごと稲刈り。このもち米でお餅を作ったらどんな美味しい草もちができるのかな???

お米と言えば、台湾では貿易の自由化で、主食であるお米が世界各国から安く手に入り、米の作り手がなくなってきたか。近い将来日本でも同じような事態になる日が・・・日本の米産地でも米価が下がり、米作りが続けられないとか・・・海外では日本のお米は良質で人気が高く、質の高いお米は台湾の富裕層宛に輸出され、日本では安いお米を海外から輸入するという事態がもうそこまで来ているのではと・・・日本でお米など作らなくても海外から容易に手に入るから心配ないという意見もあり、本当にそれで良いのでしょうか???

松本 邦裕

そらやの百姓日記

2007・10・15

夏も終わる頃、今年はなんとなくカエルの数が少ないなあと思っていたら、ヨトウムシ、ネキリムシが大発生。その上、食糧(地中の虫)が多いせいか、モグラも元気に走り回って、散々です。夏の猛暑が影響しているのか、こんなにひどいのは初めてです。

土日は休みと言うわけではありませんが、金曜日の出荷が終わるとなんとなくほっとします。土日はゆっくり仕事ができるので、あれこれ、何をしようかなと考えながら畑に向かいます。10月のさわやかな日曜日、今日は、ネギの種蒔きとレタスの定植をやると思いつつ、キャベツの畝を見るとやはり居ましたヨトウムシ。それから、虫取りが始まってしまいます。よく見ないと隠れているので、1つ1つ、葉の裏も返して見ていきます。次は、白菜。一見大丈夫そうでも、よく見るともう、芯のところにヨトウムシが潜り込んでいるではありませんか。結局、昼過ぎまでかかってしまって、やるはずだった仕事はこれからということに。

聞いてみると、出荷の時顔を合わせる仲間達も皆苦戦しているようす。これからの野菜、ちょっと虫食いが多いかもしれませんが、こんな畑の事情をご理解頂けると有難いです。 作美尚子

すっかり秋となり、朝夕の寒いこと。ストーブに薪を入れ暖を取りたくなる今日この頃です。

今年は暑いのが幸いしてスイカが大きくなり、大小あわせて10個ぐらいできました。味も悪くなく、結構甘く皮も薄く我が家にしては上出来でした。

暑〜い夏の草取りの日冷やしたスイカを田んぼの仲間で食べました。オイシイ、オイシイスイカは暑い日に食べるのが最高だ！

ところがそれで終わらない。10/7(日)稲刈りの日、仲間の一人が「私は食べていない、たまたま夏の草取りにはいなかったの」となり、まだ有ったスイカを又食べました。まだ美味しい。いけるんですねえ。

いわく、スイカは10月に限ると。!?

順調に卵を産んでいた鶏たちも10月に入ったら少し落ちるかなと思っていたら一週間後に激減し始めました。昨年6月に雛を入れたのがさっぱり産まず、夏ごろから産み始めたので今年の秋は産卵は落ちないだろうと期待していたのですが。

やはり動物の季節周期には勝てないか。それから一週間、底をついたサナゴをどんどん与え、うん、回復してきたかな?と期待を持たせるように少しずつ増えはじめました。美味しい卵を産むようにとモーツアルトを聞かせています。



山の畑 やまぎた

前田 裕司

この時期はナス、キュウリ、トマト等の夏野菜を撤去し、コマツナ、ホウレンソウ、大根、白菜等の秋冬野菜に切り換える時です。しかし、小さいナスやキュウリの実がついているとつい「来週もまたとれるかもしれない」と思い、なかなか抜き取れません。そんなことをしていると秋冬野菜の準備が遅れ、この先の収穫に影響するのはわかっているのですか...

ここで野菜栽培に関するクイズです。空欄にあてはまる野菜を考えてください。

①の花と親の意見には千にひとつも伏はない。

②の後には白菜、③十耕

答えは次の通りです。

①ナスの花にはほぼ必ず実が着くことから、このようなことわざがあります。うちのナスには花が少ないなあ。

②ジャガイモを作った所に白菜を植えるとよくできます。私は昨年か実践していますが、白菜の生育は良好です。なぜでしょう。

③まっすぐな大根を作るには十回耕やすほどよく土を耕やす必要があるとのこと。私は二耕か三耕で満足しています。

あいらんど通信66

産卵が少なく、希望通りに配達できず、ご迷惑をお掛けしております。原因は色々ありますが、養鶏業をあと2年で辞める準備に入ったことが一番です。鶏は生き物ですから、徐々に減らして行く他、方法がありません。

60歳で生業としては終わりにすると、始めた時から考えていたことです。日本一の卵を作ろう。自然養鶏が仕事として、可能なことを証明しようと初めました。山北で13年。小田原に来てから9年になりました。

笹鶏を作出し、自分の作出鶏で行う養鶏、これを何とか軌道に乗せられたことが、一番嬉しいことです。今後も、鶏を飼う事は続けるつもりです。「自給自足の暮らしの探求」が、60歳からの目標です。

鶏肉が配達できます。毎年稲刈りの頃に丁度良い肉になります。ご希望の方は、注文下さい。また、卵が不定期で、お困りの方は遠慮なく、中止をお知らせ下さい。

笹村 出

稲刈りが終わりました。

春先の低温で苗の成長が停滞し、苦しい出発に。そういえば6月のホタルも数がすくなくなかったなあ。でも、7月の中干しで用水が止まったときには、水路のマスの中に沢蟹が20数匹いたのにはびっくり。思わず「そんなに集まって、何してんの...?」

夏の猛暑には、人間さまもヒイヒイ。

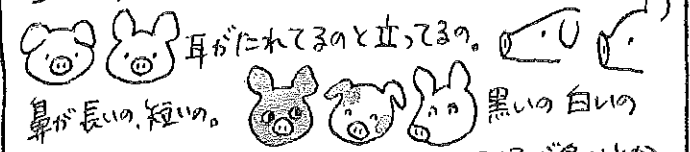
9月末に稲刈りが始まると、バッタや地面を動く虫、飛び交う虫が数え切れないほど...刈り取る先の稲株の間から、ヘビが飛び出す、野ネズミが飛び出す、エサにありつこうと集まるカラスが数十羽。カラスと野ネズミの追いかっけっこは、野ネズミの逃げ切り勝ち。カラスってハンティングがへたなんだあ。

今年もたくさんの仲間たちに支えられて、お米が出来たんだなあ。感謝。感謝。

2007.10 みなみ足柄 千田正弘

づた小屋通信 10月 相原佑子

「こぶた畑のバラ肉 この頃 脂が厚い...?」と思っていた方、それは気のせいではありません。今、こぶた畑の豚さんは脂がノリにノリしています。主な理由は、品種のようです。豚には...



耳が長い、短い。鼻が長い、短い。黒いの、白いの。しましまの...。そしてノズが長いとか子豚が多いとかいろいろあります。私のお気に入りには耳が大きくて鼻が丸い形の黒豚です。小さくて育ちが遅く、経済効率が悪いと評判でしたが、近年「味が良い」と見直され人気が出たのはご存知のことだと思います。元々黒豚の血が入っていたのですが、もっとおいしく、かわいく!と血を濃くしてみると、なぜか同じエサでも脂がのってしまいます。脂が貴重だった昔の品種だからかも知れません。エサも工夫しますが今年いっぱいはこの傾向が続きます。来年からはちょっと違う品種になりそうです。脂が苦手な方には申し訳ないですが、もう少しお付き合い下さい。

笹鶏の燻製レシピ ——笹村 出

燻製は先ず調味液に浸すところから始まる。調味液は伊藤シェフ直伝の「醤油・酒・味噌：等分」で一煮立ちさせたもの。これに、唐辛子を入れる。好みのスパイスなどを入れるもよし。香味野菜も入れると面白い。2重のビニール袋に肉と調味液を入れて、ヒタヒタ状態にして、口を閉じる。冷蔵庫の中で、1日から3日。好みに漬け込む。塩漬けなどの下準備は特にしなくても、たいして変わらない。

取り出したら、乾燥する。冬場なら夜間外干し。寒さと風が欲しい。ないなら、冷蔵庫の中に広げて干す。乾くまで干す。乾きが足りないと煙の味が付かない。

燻製は高温で30分以内の火が通った所で食べるジュースタイプもよし。火が通れば食べごろ。ガスコンロでやるのが、手軽。

又低温で、長時間燻製し、固く仕上げるのもよし。低温燻製の場合は冬場、1日かけて、徐々に水分を抜く。温度は低いほどいい。50度以下で進めて、最後の段階で、70度に一度上げて終わる。

市販のチップなら、問題がないのであれこれ楽しめる。古いものは香りがでない。桜のチップが無難。冬の間は何度かやるので、参加下さい。

10月21日(日)、お茶畑草取り、台刈りの報告です。

約23人の人が、9時ごろから12時ちかくまで働きました。朝つゆでびしょびしょになりながら、もくもくとむしってくれました。

台刈りは、機械のエンジンがなかなかかからないというアクシデントもありましたが、野菜生産者の若いひとたちが代わるがわる運転し、無事に終わりました。

機械を貸してくれた穂田さんが途中で指導してくれたので、後半は美しく刈れました。

みなさんおつかれさまでした。ありがとうございました。

根本 岳彦

こんにゃくの作り方

- 材料 こんにゃく芋……皮をむいたもの 500g
水………1200cc~1300cc(芋の乾燥具合
炭酸ナトリウム…6g(小さじ1) による)
熱湯………150cc位
- ①こんにゃく芋は水洗いし、芽の回りをえぐり取り皮をむくか、金たわしでこする。
- ②炭酸ナトリウムを熱湯で溶かしておく。流し込む容器に炭酸ナトリウム液を手でぬって置く。
- ③こんにゃく芋を3cm角位に切り水と一緒にミキサーに掛ける。(ミキサーの大きさにより何回かに分ける)それを鍋に入れ中火に掛ける
- ④木べらでかき混ぜながら20分位火を通す。初めはピンク色又は白色ですが完全に火が通るとグレー又はベージュ色になる(手を休めずにこねるように混ぜると腰の強いこんにゃくになります)
- ⑤火をごく弱火にして炭酸ナトリウム液を入れ良くかき混ぜる。初めは分離するがかき混ぜているうちに一体となる。
- ⑥容器に流し込み、空気を押し出すように濡らした手で叩くようにする
- ⑦20分位置くか、容器より大きい物に水を張り容器を浮かべて冷やす。
- ⑧固まったら適当な大きさに切り、20分位茹で水に取ってアクを抜く。
- 保存 最初の茹で水に浸して寒い場所に置いておくと1週間位は持ちます。調理する時は再び茹でて水にとってさましてから調理します。

大根レシピ

大根ごはん

大根の香りとうまみがおいしいー！1品です。(白米 2合分のレシピです。)

- ①大根 1/3本の皮を厚めにむき、この皮を4センチくらいの長さの千切りにする。葉もあれば、同じように切っておく。これらをごま油大匙2でさっといため、酒大匙1、しょうゆ大匙1を加える。(ここにお好みでバターを入れてもよい)
- ②研いだお米に、①を全部加え、普通の水加減で炊く。

そぎ切り大根の酢味噌まぶし

おかず、おつまみに！まな板いらすのスピードメニュー
材料 大根：200g 味噌：大匙1 レモン汁：大匙1
うるめ削り：ひとつまみ

大根は皮ごと鉛筆を削る要領でそぎ切りにする。味噌を器に入れレモンを絞り入れて混ぜる。うるめ削り、大根を加えてよくなじむようにあえる。(長くおくと大根から水分が出てくるので食べる直前に作りましょう)

あしがら農の会

通信 2007年 11月号

第65号 2007年11月16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 0465-82-1353(tel/fax)
ktrack-cafe05@lapis.plala.or.jp

～そらやの畑便り～ 2007・11・10

11月ともなると、出荷の朝は「おーさむっ！」という声が思わず出てしまうのですが、今年はやっぱり暖かいです。とは言え、11月は寒さが好きな小麦を播く季節。農の会でもお米だけでは飽き足らずパンやうどんを食べたくて、小麦を作る人々が増えてきました。冬枯れた畑の中で寒さに耐えてひときわ青々とした姿を見せてくれる小麦はとても美しいものです。無事に育って、スズメにも食われずに収穫を迎えられますように。

さて、暖かいとは言ってもさすがに野菜の顔色はいろとりどりの夏からちょっと地味めな冬へと様変わり。でもこれからは寒さが増すにつれて野菜は甘みを増して美味しくなります。スーパーで野菜を見ていると本当の旬はいつなんだ？と思うかもしれませんが、人参も大根もネギもキャベツもブロッコリーも白菜も、みんな冬が美味しい野菜です。今夜のわが家の夕飯は蒸かした里芋と白菜たっぷりの野菜鍋。そんな毎日が始まります。今年は、これにキムチをプラスしたいなとひそかに思っています。

作美尚子

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。

大豆の会、味噌の会：大豆は7月に苗作りから始まり、11月に収穫。その大豆と、各自が田んぼの会で作っているお米で2月には麴作りから味噌作りを行っています。

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。

総会と収穫祭のお知らせ

日時：12月22日(土)午後5時～9時まで。
会場：開成町の瀬戸屋敷です。

～総会～
午後5時から行います。ご参加ください。

- ～お料理～
- カマドを囲んで：料理の会でおなじみ伊藤シェフと一緒に、かまどを囲んで粉を使った一品を作ります。
- 味比べ
お米：グループたんぼごとに炊飯器で炊いて持ち寄ります。今年のお米はどんなお味？
手前みそ・自家製梅干なども持ち寄って味比べしましょう。
- その他：温かい汁物を作ります。無理のない範囲で一品をお持ち寄りください。

～談話会～
食べながらお話しませんか？
●テーマ 「有機農業推進法について」
「伊藤シェフを囲んで 料理トーク」
その他テーマ募集中です。「自家採取」「新規就農希望者相談会」「石綿さんの話を聞く」「家庭菜園(生ゴミ堆肥)(家庭で出来る養鶏養豚)」「たんぼ」などの案が出ています。
会費：大人200円(子供無料)。ご予約いただくと嬉しいです。(飛び入りももちろん歓迎)
お申し込み：0465-32-6733(笹村)
食器類をご持参ください

ぼち田んぼ

今年は豊作でした。(昨年比1.3倍増)初めての不耕起田んぼでした。真夏の草取りが1度も無く、昨年を知っているメンバーは嘖然とした事でしょう。しかし苗作りに失敗して知り合いの農家からお手製の苗をいただいた事が収量にも大きく影響したと思われまます。健康な苗づくりは来年の課題です。

松本田んぼ (約1反)

品種: キヌヒカリ
収量: 5.5俵/反

相変わらず草が多く稲の生長にも影響しています。必殺草とり人を募集しています。来年は1反増やします。

Junkan 田んぼ (1.4反)

品種: キヌヒカリ 喜寿もち
収量: 5.1俵/反

見た目は豊作のようでしたが収量は昨年と同じでした。(苗作りはすずめよけのためにかけていた不織布で低温にあわず、又千田さんの種籾のおかげで生育は順調だったのだけれど。)ただ、玄米を水に入れても浮くものがないし、とってもおいしいです。この冬、田んぼで野菜を作っているの、来年どう影響が出るか見たいです。

そらや田んぼ (4.8反 (7枚))

品種: キヌヒカリ、コシヒカリ
喜寿もち、紫黒米

合計の収量
キヌヒカリ750kg、
コシヒカリ170kg
喜寿もち260kg、
紫黒米100kg

今年も抑草、除草に大失敗! 2反の田は菜の花抑草を企てましたが、菜の花咲かず、早々にあきらめ。全田んぼ除草で臨みましたが、田に入る日数が不足しヒエ、コナギ、センダン草等々水生草の展示場とあいなり、史上最低の収量を記録してしまいました。

'08年は“水飲み百姓生命”を賭して?米作りに臨む所存あります。

ぼんぼこファーム 大磯田んぼ (2反弱)

品種: イセヒカリ、サトジマン
収量: 720kg (6俵/反)

わらに戻すだけの無肥料栽培です。前年の収量が600キロでしたので、2割くらい増えています。特に今年初めて植えたさとしまんは多収な上に食味も良いです。来年に向けて冬期湛水をしたいと思えます。

田んぼの報告

夏の見学会で見てきた田んぼ、実際の収量はどうだったのでしょうか?寄せられた田んぼ報告です。

(注): 畦を含んだ面積が田んぼの面積になります。又、収量は玄米での重さです。

1反=300坪=約10a
1俵=60kg

千田田んぼ (5.8反 (4枚))

品種: キヌヒカリ 喜寿もち
収量: キヌ 4.5~5.5俵/反くらい
喜寿 8俵/反 くらい

春先の低温で苗の生長が停滞した。分けつ数が少なく穂の着粒数が少なかった。イネミスソウムシが出る部分があるのでサラダ油を入荷して滴下した。効果については何年か継続して観察したい。苗が短めだったので初期の除草機がけて回転スピードを上げられなかった。草が多めだった。

新永塚田んぼ (2反)

品種: キヌヒカリ
収量: 677kg、5.6俵/反

苗作りに失敗し、一般の箱苗を使わざるをえなかった。ここ2、3年収量が落ち込んでいるので、今まではレンジだけだったのですが来年は肥料を入れてみます。(つとむしがちょっと怖いけど)

永塚田んぼ (1.5反)

黒米(永黒) 9.40kg 作付面積 69.25㎡ 1.75俵/反
黒米(朝紫) 180.65kg 作付面積 743.28㎡ 4.05俵/反
イセヒカリ 290.40kg 作付面積 713.92㎡ 6.78俵/反

大磯わくわく田んぼ (1反弱)

品種: イセヒカリ、喜寿餅、朝紫(黒米)、神丹穂、長黒

3年間放置した荒れ地からの開墾一年目にしては上出来でした。無肥料でのスタートでしたが来年以降、どうなっていくのか楽しみです。をこの冬上段を開墾していこうと思います。また、今年作った部分は、冬水田んぼにしたいと思っています

親子田んぼ (1.9反)

■上田んぼ 0.8反
品種: アキニシキ・コシヒカリ
収量: 342.5kg 7.1俵/反
■下田んぼ 1.1反 (不耕起)
品種: アキニシキ+コメ
収量: 351.5kg 5.3俵/反
■全体 694kg→6.0俵/反

昨年より 95.5kg 収量増でした。今年は米の粒も大きくできは良かったと思います。ただ、下の田んぼは不耕起の宿命?とも言われている多年草にやられ収量を落としてしまいました。そこはちょっと残念でした。来年は下の田んぼは「耕起」に1年だけ変更してやってみます。来年こそは反あたり7俵に挑戦したい!!

船原田んぼ (2.5反)

収量: 1152kg (9家族各120kg) 7.68俵/反
手植え1本植えとしてはよくとれました。

山北田んぼ

今年は2、6反に面積を増やし、会員も9家族となりました。新しくいろいろなキャラのメンバーがふえ楽しい1年でした。

収量は7俵/反に届かずちょっと寂しい。来年は品質と収量増の工夫とともにあらゆる面での技量アップを目指します。

コッコ牧場 (2反)

品種: サトジマン 1.5反
収量: 760kg (8.4俵/反)
品種: 黒米・もち米 5畝
ほほいもち病で壊滅状態のため。併せて、20kg。
総収穫量780kg (6.5俵/反)

大豆の収穫&味噌作り

みんなで種を蒔き、育ててきた大豆が収穫期を迎えます。刈り取り作業は11月24日(土)の予定です(雨天時は25日)。そして一番大変なのが、刈り取った株をしばらく乾燥させた後、豆をサヤから外し、ゴミ等と選り分ける脱穀作業です。今年はこの脱穀を味噌作りに参加する皆さんに基本的には各自でやってもらいます。

といっても、家には干すスペースがない、要領がわからない方も多いでしょうから、12月中に何度か『一人では大変だから、みんなで協力して楽しく脱穀をしよう』会を催します。一人で脱穀する自信のない方は必ず何処かで参加して、自分の分の大豆3キロを確保してください。

★『～みんなで脱穀～』会の日程と開催場所 (参加する方は事前に申し込んでください)

- ① 12月1日と2日 二宮 ポンポコファーム [9:30 二宮の西友集合]
- ② 12月9日 南足柄市 農場こぶた畑 [9:30~ 定員5名まで]
- ③ 12月12日 久野 笹村養鶏場となりの機械小屋 [9:00~]

※この他の日時でも希望者が2、3名いれば、開催可なのでお問い合わせ下さい。

★味噌作りの日程も決まりました

★麴の仕込み/1月20日(日)

★味噌の仕込み/1月27日(日)

会場は去年と同様、ブルーベリー摘み取り園旭です。

なお、この日程では都合の悪い方もなるべく味噌作りが出来るような方法を講じるつもりでいます。

担当 中原 snakehara@fancy.ocn.ne.jp / tel&fax 0465-42-7099

セルトレ稲苗作り———笹村 出

200穴から300穴のトレイで作る。今年は100枚やった。100枚で11,340円。2万株あれば、尺角植えて、2反がまかなえる。来期は2.5反で5万株の予定。

トレイには山の赤土を入れる。土を軽くならしたら、他のトレイで押し込んで土を凹ます。そこに、種を3粒前後蒔く。蒔き終わったら、土を更にかぶせ均す。そして積み上げて置く。時間は5人で5時間。テーブルで椅子に座って作業ができるので楽。

種の撒かれたトレイは水の来る田んぼに置く。田んぼの土には、冬の間養鶏場の床を均一に蒔いておく。細かく土を耕運する。ベット状態に地面を一段上げ、水平が取れるように準備する。この点では今までと同じ。周辺に水路で回し、水遣りが出来るようにする。

土にめり込むようにトレイを並べる。並べた上にはすずめが来ないように、ネットを張る。パオパオをかぶせて、保温を少し行うのもいい。発芽したら不織布に芽が絡まない内にとるか、浮かせる。水は、朝晩水路に入れて、水やりを行う感じで発芽させる。セルの下の穴から、田んぼの土に根は伸びてゆく。出来れば、5葉期まで置いて、田植えをしたい。

より詳しい内容はブログをご覧ください↓

<http://blog.goo.ne.jp/sasamuraailand/>

ぼちぼち、 やりますか…。

急に気温が上がり、からっと晴れた日に蜂が飛ぶことがある。「分蜂」ではないかという。身の回りの世話をせよとするとするのは、蜂や蟻に限らず、昆虫に多く見受けられる。

眼鏡を人間に向けてみる。女性は身の回りに目がよく行き届く。反対に男は身の回りのことをよく忘れる。女性は家の中で食事に洗濯にほぼ半日を費やす。子どもがいればオムツを替え、危険なものへの洞察に余念がない。昔は裁縫もしていたから目が近い。外でも草取りや田植えとなると男はその正確さと速さに歯が立たない。駅の売店の「キヨスク」は年季の入ったおばさんの特権である。生産ラインの職場も若い女性の特権ではないか。

私は生憎、このような小回りの利くからだを頭を持ち合わせていない。せいぜい、じっくりと腰を落ち着けていつまでも考え込むのが自分の性にあっていような気がする。それじゃ前へ進まぬ。だから、今のところ一生懸命鎌を振るっている。対象との距離がちょうどいい。失敗もないし、常に土の上にいるという安心感もある。程ほどに成果が見えるのも山登りに通じ、なかなか心地がよい。種を蒔けば芽が出るというのが本当か。やってみなければわからない。今やっているのはそんなところである。

急ぎのとき、鍋で米を炊くことがあるのですが、「はじめチョロチョロなかパッパ…」はカマド炊きのコツなので、ガスコンロの時は??と思い、調べてみました。

『洗う』水をたっぷり入れて3~4回。

『水の量』米の体積の1.2倍: だいたい30分以上(水温によりますが)つけます。

『加熱』はじめ強火: 沸騰したら⇒中火5分⇒弱火(蒸し煮)15分⇒消火(蒸らし期・保温)10分
★はじめの沸騰までの時間が15分以上になると下層と上層の米との温度差がつき結果がよくないそうです。

○米の保管は密封できるポリ袋やペットボトルなどに入れて冷蔵庫へ。(低温保存し乾燥を防ぐことで、古米や割れを防げる。)

・冷蔵庫で2~3ヶ月、常温なら夏は1ヶ月、冬は約3ヶ月大丈夫

…ところで、宇根豊さんによると、田んぼは多くの生き物を育てていて、ご飯茶碗1杯のご飯はオタマジャクシ35匹とつながっているそうです。

みなみ足柄 千田富美子

相原さんから畑を引き継いで、あっという間に2年になろうとしています。午前は農作業、午後はバイト、何とかできるでしょうと甘〜い考えで始めた生活、そんな生活にも限界を感じ、いろいろと考え、農業はそんなに甘くない!!と実感しました。



(絵: 大田野尚子)

そして、来年から専業農家で頑張っていこうと決めました。これから楽しみというより、私にできるだろうかという不安な気持ちが大いですが、皆さんからいろいろと学び、一生産者として頑張っていけます。よろしくお祈りします。

吉田裕香

あしがら農の会

通信 2007年 12月号

第66号 2007年12月21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 鈴木 淳子 0465-75-2760

X-11 jimny27@ezweb.ne.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。

大豆の会、味噌の会: 大豆は7月に苗作りから始まり、11月に収穫。その大豆と、各自が田んぼの会で作っているお米で2月には麴作りから味噌作りを行っています。

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。

畑の暦

畑の暦 相原佑子

新編集長の意向により、新連載です。野菜作りを始めた人に向けて、毎月の農作業(予定)をご紹介します。ただし、農の世界は十人十色。これはあくまで私流、独断と思えばいいと思います。お気を付けて!

さて、**1周**は種まきが出来るのはビニールトンネルハウス内のみ。尚多くは寒い大変難しい。でも、端境期(2月~4月頃)に新鮮な野菜をお届けしたいと生産者は苦戦して「1月にまける大根」などに挑戦しますが、自給菜園ではそんながんばるより堆肥やボカシ作りには励みましょ。

また、1年の計画を立てるのも大事な仕事です。いつ何ビニールに植えようか…畑の区割図と年間作業帳に書き込みます(できるだけ具体的に)。年の始めの寒い時期です。種も、その時々園芸店で手に入れるのもよいですが、「自然農法の種子」や「野口種苗(在来種中心のタネ屋)」などのレアものがほしい場合は12~1月に注文しないと売り切れてしまいます。

木の活動もゆっくりとなる冬は、剪定の時期でもあります。落葉果樹は12~2月、みかんは3月。うちには10本の梅があります。花の咲く前、1/19(土)・26(土)頃のつぼみです。



師走のお知らせ

2007. 12. 14

一年の終わりを飾る、ピックアップです!! 離婚し、前田から旧姓の鈴木に戻りました。前田さんは林業に転職し、私が今の生活を継続しています。とはいえ、鶏や、8ヶ所11枚の田畑は大幅に縮小…田んぼとお茶も、苦渋の決断で手放しました。残したのは、炭窯、鶏小屋・畑・ハウスのある山と、自宅から数分の小さな畑とみかん畑です。

一人になってまず、生活していくことに直面しました。宅配の収入は家賃の半分程度…私の下した結論は、午前中は畑、午後から厨房でアルバイトの生活です。家賃以外の生活費、月々4万円位の予定ですが、やっていけるのかな…新たな挑戦が始まりました。今は、燃料の炭がありますが、卓上コンロでガスの消費量の実験を始めました。七輪との併用で、使っても月に2・3本のようでした。

2足のわらじを履いた生活は、忙しいといえばそうですが炊事洗濯、自分のことだけすれば良いので時間も増えました。来年は、丹沢を愛する仲間といよいよ、「丹沢自然学校」を立ち上げます。今、畑やバイトの合間に、その準備をしています。(予告: 3月28日~モンベル南町田店で、県民報告会を兼ねたお披露目を行います。今年度の活動の様子を、パネルなどで紹介します。)

配達は、来春から加わる吉田さんと交代予定です。私は一から野菜作りを学ぶつもりで、自給菜園に取り組みます。また、今月から通信の担当になりました。自分の勉強も兼ねて、田畑が身近に感じられるような構成を考えています。

[新連絡先]

住所は同じですが、電話番号やメールアドレスが変わりました。通信表紙をご覧ください。yamanohatake@alpha…は廃止です。携帯アドレス jimny27@ezweb…にお願いします。固定電話がなくなって仕方なく買った携帯電話でしたが、とんだ事態には大活躍でした。今は、壊れたプリンターと、ネットに繋がっていないパソコンに頭を抱えています。これで通信係りなのだから、情けない…。色々な人にお手間をかけて、何とか発行の通信12月号でした。これから、よろしくお祈りします。

携帯電話: 080-6667-5010

一山の畑やまきたー 鈴木淳子

そらやの百姓日記

2007・12・14

先日、フリーマーケットで野菜を販売しました。以前は時々街で行われる市に参加していましたが、久しぶりだったので野菜はどのくらい売れるのかと計りかねていました。昨今の食品偽装や輸入野菜の残留農薬問題やらで地場産の有機野菜も以前に比べて認知されているのではと思っていたのですが、そうでもなかった。フリマという性格もあったのかも知れませんが売れ行きの悪い野菜を見て「スーパーと同じ値段じゃ売れないよ」と言われたのはがっかりしました。原油の値上がりにつれて多くの物が値上げをしいられ「賢い」主婦は1円でも安い物を買って求めようとする。一体物の値段って何なんだと思います。野菜の値段も高いのか安いのか分かりません。市場に出荷する場合農家の収入は店頭価格の2~3割程度しかだそう。工業製品のように農薬使って大量生産しなければやっていけない。だから農家の子供は継ごうなんて思わない。まだ技術的にも未熟で畑が点在したりろくな機械もなかったり、悪条件の中での農作業なので、休む暇も無くやっとな生活がなり経つような状態ではありますが、心ある皆さんのお陰で楽しく仕事が出来て今年も何とか年を越せそうです。有難うございます。 作美尚子

長寿の村・桐原(ゆずりはら)

桐原という地名を聞いて、すぐに山梨県の長寿の村と思いつけることができる人はそれほど多くないかも知れない。

今年の夏、奥多摩への旅を計画して地図を見ていたら、偶然桐原の地名を見つけ25年近く前を思い出した。無農薬で家庭菜園を始めた頃で、食や健康についての本を読む中で長寿の村の事を知ったのである。どんな村か知りたくて旅のルートに入れた。厚木から相模湖を通り、上野原から山を越えた谷間に村があった。小田原市からこんなに近い所にあるとは思いつけなかった。水田がない! 畑も山にへばりつくような傾斜地に作られている。ここが長寿の村とは信じがたい。人々は何を食べていたのか…? 旅から帰って、本を読み返してみた。

その村でも今は食生活の変化で、若い人が早死にしているそうだ。もう一度私たちの食のあり方を見直さないといけないと痛感した。今回の旅では村を通り過ぎただけであったので、近いうちに再訪して村のお年寄りに話を聞いてみたいと思っている。そんなことを考えながらテレビの料理番組を見てみると、どれもこれも肉を使った料理ばかり! なぜか恐ろしくなった。

(阿部 武)

今年は夏の休卵が強く長かった。これは暑かった夏のせいかもしれない。その反動なのかいつもは少なくなる、11月12月が結構産んでくれている。緑餌の方が割合潤沢にいただけたりして、楽をさせてもらっている。この先の減少分を温存できている。

何故か、今年は下総株らしい大きな株が緑餌に混ざってきた。京菜のようなものや、竹の子白菜のようなものや、色々出てきた。交雑して、ばらつきが強まっている。どう収束するかが楽しみです。

養鶏場の一部の片づけを始めた。以前、友人の養鶏場の片づけを手伝ったが、本人がやれるものではないと思いました。疲れてからやるより、片づけは元気なうちにすることにしました。

小田原に移って10年やっと最初の計画が整い始めました。最初の目標にしていた、自給的農業の中に、上手く組み込んだ、鶏の飼い方。昔の農家が飼っていたような庭先の鶏飼い。誰でもが出来るような、鶏の飼い方。農家の暮らしから出る残渣での養鶏法。昆虫利用の養鶏法。これからはより研究的に進めたいと考えている所です。

中村 隆一

今年一年もあつという間の長い1年でした。冬はキノコ作りを教わって、木を切り出して、菌をうち、伏せこみました。春、玉ねぎが出来てくるころになって、あわてて、初めての小屋作りをしました。今のところ無事屋根が飛ぶこともなく立っています。畑も増えました。キウイ畑、梅林、赤田の畑、秋になって、開成に小さな畑をいくつか借りられることになりました。小麦には苦戦しました。昨年よくとれた畑の小麦はすすめに食べられほぼ全滅。トマトにも苦戦、初夏の雨で次々に枯れてしまいました。ズッキーニやかぼちゃは大豊作。トラックいっぱい！にかぼちゃが採れたのには感動しました。昨年は冬瓜がトラックいっぱいでしたが、それより100倍はうれしかったです。しょうがや葱もよく出来ています。サツマイモはすすめの餌となった小麦の後に米ぬかを少しまいただけでしたが、よく採れました。今は穴の中の温かい場所にしまっています。春先の豆類はうまくいきませんでした。来年にむけて今、たくさんのそら豆が順調に育っています。今年一番うれしかったのは、開成の畑と一緒にしてくれる方々が登場したことです。お二人のおかげで、野菜たちが草に埋もれてしまうことなく育ちました。それになにより畑がさらに楽しい場所になりました。また、お野菜を食べてくださる方も増えました。今年1年、野菜やお米ともどもお世話になりました。ありがとうございます。来年もどうぞよろしくお願いします。

中田 早保

富士山が綺麗に見える澄んだ季節となりました。温かい日が来たり寒くなったりするので、富士山の雪は裾野までひろがったかと思っっているといつの間にか頂上のほうへ押し上げられています。富士のお山も師走で忙しい。

今年こそはと思いつながらソバを植えました。田んぼの水が入り、まったく育ちませんでした。多湿それではパンを作って食べようと、小麦の農林61号とw8を植えました。各30kg合計60kgの豊作。ただいま、乾麺を食べています。おいしいですね。また、味噌を作ろうとそらやさんから豆を分けて貰い大豆、それに黒豆も植えてみましたが、殆どが虫に喰われこれも残念ながら旨くできません。種豆を取っておき残りは豆腐と納豆をつくってみます。懲りずに、また来年やろう。

卵の話、今年も鶏は忘れることもなく産卵のお休みに入りました。おまけに、体力が無いのか寒いのか今日1羽その前に1羽と死んでいます。今までにない現象で、私の飼育が良くないのか今年の鶏の体質が弱いのかまだ解りません。人間と同じく鶏も死なれると辛いものがあります。卵を産まなくなったり、産みすぎたりするなど思うようにいかないのですが、これを乗り越えなくては安全で、おいしい卵を継続して提供する。今後もよろしくお願いします。

農場こぶた畑 相原 海

ぶた小屋通信07 '12

先日屠場で、業者向けのお知らせが貼ってありました。曰く、食品偽装の摘発強化により、製品の回収が相次いでおり、今後、偽装防止のシール機導入に伴い、取扱量に増減が予想されるので、ご注意されたしとのこと。お互い大変ですねーくらいの言い方です。

まあ買う方もネーミングを買っているようなものですから、但馬牛のつもりで食べれたのなら、中身が宮崎牛だろうが、パン粉だろうが、あまり文句を言う筋合いではないような気がします。

「命をいただく意識があれば、日向か但馬か以前に、牛と農家の生き様が重要なはず」という視点は、忠臣蔵並みの時代錯誤なのでしょう。今はとにかく法令順守です。

ミートホープにも、内臓を混ぜるなら、天然コラーゲン配合！くらいの度胸が欲しいところです。

なんにしろ、一段と忙しい師走を迎えた食品業界でした。来年のお節は何が入るか楽しみです。

農場こぶた畑 相原 海

瀬戸知子の自給だより

自給百姓は気楽なもので、自分の食べたいものだけを作ります。ねぎ類は好きなので、葉ねぎ、玉葱、わけぎ、エシャロット、そしてニンニク、ニラ（ねぎじゃありませんけど、臭い仲間）など、欠かせません。

玉葱は、秋の彼岸に種を蒔いて、寒くなってからの定植がやっと終わったところです。

玉葱の種蒔きは、このあたりでは秋の彼岸、と上の畑のおばあちゃんから教わりました。

南北の畝に苗を植える筋を掘ったら、苗を西側に置くべし、と中野のじいちゃんに教わりました。そうすると朝日が少しでも早く当たってよいそうです。

そのあと苗を、一本づつ長靴の底で踏み込んで、霜で浮き上がらないようにする、と千田富美子さんに教わりました。

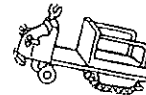
追肥は2月中に終わらないと、首の締まった玉葱にならない、と金子美登さんの本に。

我が家の玉葱は、先輩方の知恵と工夫を頂いて、育っています。独自の工夫は未だに・・・。

年明けの配達日

1月8日(火)

1月11日(金)からです



「田畑と共に」 Junkan 農園 田中大樹

足柄平野へ来て、3年になろうとしています。一年目は畑もなかなか決められず、何をしたら良いのか分からない状態でしたが、今では、およそ1haの農地をお借りし、自給や出荷のために、農作業の日々を送れるようになりました。一反半の田んぼでは、昨年より粒の揃いが良くなり、味の良いお米を収穫する事が出来ました。また、これは趣味ですが、しばらく中断していた合気道も、近くの道場に入会し、週に一度は、稽古に通っています。

この一年で、何よりもうれしいことは、野菜を購入してくださる方が増えたことです。安全でおいしい野菜をお届けしたいという気持ちも、一層大きくなりました。農の会の生産者や、これから就農する仲間と共に、地域の食を少しでも支えていけるよう、がんばりたいです。たくさんの方に励まされながら、とても充実した一年を過ごすことが出来ました。本当に有難うございます。そしてこれからも、よろしく願い致します。良いお年を。

ゆんたく広場

田んぼの風景も今は稲刈り後の稲株から芽吹いたひこばえも枯れ始めているところが多いかと思えます。わった一田んぼは稲刈り後まもなく稲株を来年に向けて十分分解できるように浅めに耕した状態です。先日稲刈り後の田んぼを見て自然農法で栽培した田んぼがわかるとの話を聞きました。“自然農法の稲は、生きた土から稲にとって必要な養分をバランスよく吸収し、特にケイ酸をしっかり吸収し、体をかたく丈夫に育てるのです。そのため稲株を踏むと硬いのです。台風にも病害虫にも強いのです”とのこと。残念ながら自分の田んぼで確かめることはできないのですが、確か硬かったような気が・・・???

また、面白いような頭が痛くなるようなお話も聞きました。夫婦喧嘩ばかりしている百姓夫婦を見て、せめて種まきぐらい仲良くしたらと言われ、言われたとおり喧嘩をしないように意識して種を蒔くようにしてみると、発芽そろいや、その後の生長が明らかに違うことを発見し、その後夫婦で栽培する作物は以前に増して収量が上がったとのこと。なんくる農園の今年の不作そして他のメンバーの皆さんの豊作はこのことの証なのでしょうか・・・???

松本 邦裕

ぼんぼこファームの極私的農業考
炭素循環農法という名前で、自然農法を提唱されている方を長野まで訪ねて参りました。実はこの方は日本人なのですが、ブラジルに移住されていて、5年に一度だけ日本に帰国されているのです。普段はネット上でその考え方や技術を公開されています。ネットだからこそブラジルから発信しても日本で受け取ることができるのです。すばらしい時代になったものだと思えます。しかし、直接会わなければ分からないこともある、そう思い、せっかくの機会なので訪ねて参りました。

まず一番はじめに言われたことは、きちんと土が出来てくれば、虫は簡単にいなくなるということです。虫が発生する原因は、無機態である硝酸態窒素にあります。これは虫のエサであり、人間にとっては毒となる物質です。つい植物の肥料として、窒素という化学的な成分だけを重視してしまいがちです。しかし植物や人間のためには、それらを微生物の働きによって、より利用しやすい有機態の窒素にしなければなりません。そしてその微生物の活動するためのエネルギー源として、生きた形の炭素が必要になってきます。土作りに有効な微生物の活動を介さない窒素は、たとえ有機物からであっても硝酸態の形で植物に取り込まれやすくなります。

ですから、いかに微生物が活動しやすい形で炭素を取り込み、炭素によるエネルギー循環をさせるかということが、土作りで問われてきます。炭素循環農法は、そのための方法論を展開しています。

ぼんぼこファーム 中村 隆一