

健康な地球に生きる健全な人間の姿を求める「岡田茂吉師」が提唱した「自然農法の原理」に基づき、「無施肥無農薬栽培」を通し、生産、流通、消費者がお互いの現場を理解し合える、安全で豊かな「食」の普及に取り組んでいます。

自然の作物で痛風を乗り越える

所沢市 増田和宏



持病の痛風になると、痛みで足全体に力が入り、痛みや腫れを助長してしまいますので、なるべく気持ちをリラックスさせるようにしています。今回、特に食事では、身体に優しく、調味料を使わない、野菜本来の味を楽しむようにしました。

痛風の間、食が進まないことが多いのですが、今回、自然農法の大根を、調味料も入れずにただ煮るだけで、美味しく食べることができました。特に煮汁スープは透き通るような美味しさで、身体がきれいになっていくような感覚を覚え、つらい心を癒してくれました。この大根料理が痛風を乗り越える楽しみになりました。

甘いものが欲しくなることもあります。痛風には添加物や調味料が痛みを促進する場合があります、変なもの食べられません。入間 G の清水さんから頂いた自然農法のキヌサヤを、初めて湯通しだけで食べてみました。口にした瞬間、キヌサヤの甘さが身体中に広がり、全身の緊張が解けて、痛みが和らぎました。このキヌサヤの自然の甘さには大変驚きました。

今回は、自然の野菜を食べることができたというだけでなく、つらい身体や心までも癒してくれる、自然の作物の力に大変驚きを感じて、安心して、いつもより楽に痛風を乗り越えることができました。

生産者の皆様の手間と愛情に、心から感謝いたしました。ありがとうございます。

生産者紹介！ ブルーベリーの丸山さん

今、東中野の直売コーナーに、ほぼ 1 日おきに、新鮮な「ブルーベリー」が届いています。このブルーベリーを作っている「丸山幸博さん」をご紹介します。

丸山さんは、野沢温泉の老舗旅館で働いていて、平成 10 年に木島平村に新居を建て、そこから通っていました。しかし、だんだん農業への興味、憧れが強くなり、平成 16 年に脱サラを決心。48 歳の働き盛りでしたが、これ以上年をとっては本格的な農業はできないと、木島平村の農業振興公社で 3 年間研修を受けます。そのときに、無施肥無農薬栽培を実践する「堀政則さん」に出会います。

丸山さんは、3 年の研修期間と、その後の公社の仕事を通し、慣行栽培農業の実態、生産現場を生で体験し、機械作業がとても多いことと、大量にまかれる「消毒薬」にも違和感を覚えました。そんなとき、堀さんが無施肥無農薬栽培のお話を熱心してくれたのだそうです。以下ご本人談

「正直、できるのかなーと思ったけど、機械も使わず、また、自宅が普通の家なので、作業スペースが狭くてもできる作物として、平成 17 年よりアスパラ畑を 2 反借りました。もともとアスパラの株の植わっている畑で、初年度より無施肥無農薬栽培をしましたが、最初の 3 年は肥料分が残っていると考え、別の所へ出荷し、平成 20 年より東中野直売コーナーに出荷しています。

平成 19 年にさらに畑 2 反を借りて、早生、中世、晩生と 13 種類のブルーベリーを 300 本定植しました。ブルーベリーは水の好きな植物で、根ぎわの水分を保つため、ピートモス(水苔)をバケツ 1 杯くらい根の周りに入れ、また地上部には、製材所からもらった木のチップを保湿のためにしいています。

肥料、農薬を一切使用せず育てています。誤算だったのは、ブルーベリーは病害虫に強いと聞いていて、自分でも庭に植えて実験し、すくすく育ったので大丈夫と思っていたら、300 本中 50 本が枯れたり、育たず、植え替えしなければなりません。病害虫に強いのは昔の小粒の品種で、最近の大粒で食味のいい品種は違ったのです。

昨年までは、全ての果実を落とし、木の生長を促しました。今年は、100 本くらいの木が収穫できましたので、出荷しています。残りの木はまだ木ができていないので、「摘果」しました。3 年後には全ての木から収穫できることを目



指しています。除草、虫取り、夏場の水やり、雪対策のための支柱への枝の巻きつけ、現在は鳥よけのために 2 反の畑に丸ごとネットをかぶせています。ネットだけで、2 人で 1 週間かかりました。手にかかるブルーベリーですが、それだけに愛着が湧いてきます。

8 月上旬まで出荷予定です。配送に耐えられるギリギリのところまで熟してから収穫しています。冷蔵庫に入れておけば、4~5 日は平気です。多少「追熟」して甘くなると思います。できるだけ、安全でおいしいものをお届けしたいと思っています。まだまだ未熟者ですが、温かく見守ってください

鎌ヶ谷頒布会 3 周年おめでとう！

7 月 17 日、鎌ヶ谷の頒布回は 3 周年を迎えました。朝降った雨による心配も何のその、200 名近くの来場者があり、予定時間の 3 時には、ほぼ作物、加工品は完売となりました。

今回は試食コーナーも充実し、多くの方が無施肥無農薬栽培のジャガイモ、タマネギのスライス、ズッキーニ、黒豆、ゆで卵などを味わい、



「朝から食欲がなかったけど、試食をおいしく食べることができた」「初めて来て、ジャガイモの甘さにびっくりした」「口にしたら目が覚めるような感じがした」など喜びの声が聞けました。

午後の座談会では、扁桃腺が腫れ、4 日間飲食ができなかった女性が、市川生産グループのみかんジュースを口にできたことをきっかけに、おかゆを食べることができ、回復に向かったという奇跡的なお話や、数名の生産者の体験談、また、木島平の田んぼの草取りを手伝いに行った男性が、農作業の大変さを経験することで心から感動し、お金では買えないほどの貴重なお米だと感じた、という報告を聞き、とても勉強になりました。

4 年目に突入する鎌ヶ谷頒布会、一層の発展を期待したいと思います！



忙しい仕事の合間の取り組み

柏市 内藤 清



私の農作業経験は、学生時代、母の実家(米作専業農家)で、田植え、稲刈りを手伝ったこと、昭和 53 年から、勝田台の自然農法の田んぼで、お手伝いをした。また、昭和 60 年には、勤務の関係で群馬高崎へ移り、妻から、畑が借りられるので何か育てよう誘われ、自然農法を始めましたが、このころも仕事第一で、多忙であったため、真面目に取り組んだとは言えませんでした。

柏に戻っていた平成 5 年、自宅近くに妻が 8 坪の畑を借りました。ところが妻も色々忙しくなり、畑を返そうと考えましたが、私が取り組むことを条件に、継続することにしました。しかし、ねが飽きっぽく、こらえ性のない性格から、今思うと、誠意のない農作業だったのではと反省しています。

昨年、地主さんの都合で、16 年続けた畑を返却し、代替地探しに苦労しましたが、近所の農家の空地(荒地)40 坪を無償で借りることができました。ただ水田放棄地のため、スギナを中心に、取っても取っても雑草が減らない状況が続いています。農作業は土日、祝祭日中心で、行事、天候等で作業できない日もあり、時間の捻出に苦慮しています。きちんと雑草を取ってから、種まき、苗の植付けをしたいのですが、雑草の伸びは想像をはるかに超えるものです。畑を見れば生産者の顔が見えると言われていたので、恥ずかしい状況ですが、なんとか取り組んでいます。

自分で作った自然農法の作物は安心できます。自家消費は勿論ですが、頒布会で、自分が育てた作物をどんな人が買って、どんな料理で食べるのか想像するのが楽しいのです。最近苗を作って販売もしますが、その場合、購入者に、育てる・味わう二つの喜びを感じてもらえるのが励みになります。

今年も、7 月 17 日鎌ヶ谷頒布会 3 周年に、わずかですが出品でき、皆さんに喜んでいただけたことが大変うれしいです。これらを励みに、これからも自然農法に取り組みたいと思います。

おしらせ

夏季農産展

8 月 3 日(月) 販売 / 8 月 16 日(日) 展示



自然農法頒布会 8 月 18 日(火) 鎌ヶ谷会場 11:00~15:00 (売切れ次第終了)
自然農法勉強会 8 月 28 日(金) 昼の部 10:30~ 夜の部 19:00~ (別院講堂)

お問い合わせ先：編集部 針貝 FAX: 03-3369-3324 e-mail: naturefarming@torek.jp
TOREK 活動のホームページもご覧ください。 http://www.torek.jp