



2013.4.16

農の道 ～ 農、食、命 ～

何故「食は命」なのか。どうも日本人は農業と食べ物は表裏一体であることを認識していないフシが感じられます。フランスでは農業問題となると、俺たちの食べ物の問題だ、という国民的反応をします。対して日本では、農業問題というと農家の問題だ、といった狭小な意味合いしか受け止められない国民性？のようです。

有機農業や無農薬栽培をする農家自身、自分の食べるものを気にしない人が多すぎるのではないか、という声も聞きます。自分で作っている物だけは関心があるけれど、それ以外は関心を持たない。



ナマケモノ倶楽部アンニヤと
ふうらでセッションする高柳

野菜やお米だけでなく、現在の食の環境は危険だらけという事実をもっと学ぶ必要があると思います。380種に及び化学食品添加物の氾濫、年間一人あたり5kgとも6kgとも言われる量を食べているという事実。

通常よく耳にするダイオキシンやPCB、水銀、その他あげるとアルドリソ、エンドリン、ディルドリン、クロルデン、ヘプタクロル、クロルデコン、トキサフェン、マイレックス、HCB、PeCB、β-HCH、α-HCH、リンデン、テトラBDE及びペンタBDE、ヘキサBDE及びヘプタBDE、HBBなどがあり、とても覚えきれないほど有害な物質を作り出し環境中に存在しているという事実。

私達は、自然のポテンシャルエネルギーを形ある、実体にする仕事をしています。簡単に言えば、自然にある空気や水、太陽エネルギー、土からお米や野菜を生み出すのが農業です。そのことによって人間は命をまっとうすることができるのです。お金を出せば買える、といった次元のことではありません。お金があろうがなかろうが、食べ物がないれば命は保てない。そういう意味での認識です。

かって公害問題が大きな問題となった時代がありましたが、そういう公害だけが人間の健康を損ねる者ではありません。自分たち農に関わる者にとっても、命を担う仕事をしているのだ、という認識が大切なのではないのか、という問いの答えが「食は命」なのだ、と思います。

合掌 2013年4月

今月のおすすめ野菜 ～ にんじん&ほうれん草 ～



おかげさま農場の一番人気野菜です。ほどよい甘味とコクがあります。そのままポリポリ食べてもよし。様々な料理の彩に少し入れたり、千切りにして梅酢などでサラダや炒め物、きんぴら、焼き芋ならぬ焼きにんじんなどもおすすめです。

寒さが緩くなりましたが、こちらでは朝晩はまだ冷え込み、ほうれん草もおいしいです。おかげさま農場のほうれん草は、加熱すると、くたっと、とろけて味もしっかりあります。ほうれん草の茎と根っこの甘さも魅力。冬のほうれん草は、寒いと白い粉を吹きます。寒さから身を守るためのシュウ酸カリウム化合物です。白い粉が出るとほうれん草が甘い証拠です。食べ収めに是非。(つや)

旬の野菜たち♪

桜もあつという間に散り、新緑の美しい季節になろうとしています。田んぼにもチラホラ水が入り始め、夜はカエルの大合唱が賑やかになりました。

田んぼは、田植えの準備。畑は、葉物の種まきや植え付け、夏野菜の苗づくりなど、忙しくなってきました。

3月にじゃが芋、とうもろこしを植えました。もう芽を出して日に日に大きくなっています。昨年の秋に収穫したじゃが芋も残りわずかです。キャベツは、5月くらいに春キャベツが出てきます。それまでおやすみです。里芋も終わりで、これから植えて9月ごろにはお目見えます(つや)

野菜名	品種	コメント
人参	浜紅	甘くてフルーティ。火を入れるとまた違ったおいしさ。
ごぼう	柳川理想	ごぼうの唐揚げおすすめです。トマトソースなどの隠し味にみじん切りにしたごぼうを入れ、ごま油で炒めると深みがでます。
さつまい	千葉紅	滑らかな食感が特徴です。ただ蒸して食べておやつ代わりに。
じゃが芋	トヨシロ	煮崩れしにくいので、煮物やフライにおすすめです。じゃが芋も残りわずか。新じゃがは、6月頃に出ます。
大和芋	在来種	甘味と粘りが違います。煮物や味噌汁、サラダに。
長ネギ	分けつネギ	白い部分は、加熱すると甘くて美味。酢味噌和えおすすめです。
ほうれん草	プラトン	おひたし、バターソテーおすすめです。
小松菜	清澄	カルシウムたっぷり。何にでも入れて食べてください。
こかぶ	白鷹	サラダ、漬物、味噌汁、炒め物などおすすめです。
大根	大師・桜風	ハウス栽培。葉っぱもたわわでおいしいです。
小ねぎ	雷山	細かく刻んで、冷凍しておけば必要な量を使えるので便利。
みずな	京みずな	サラダや煮びたしに。おみそ汁もおいしいです。
青大豆	千葉の在来種	コクと甘みがあっておいしいです。ただ煮て塩味おすすめ。

他にも、コシヒカリ(玄米、白米)、殻つきの炒り落花生、トウガラシもあります。

農家のお母さんレシピ♪～人参の味噌炒め～

【人参の味噌炒めの作り方】

- 1, ネギ半分と人参一本を千切りにする
- 2, フライパンにごま油をひき、ネギを入れて炒める
- 3, 良い香りがしてきたら人参を入れて、塩ひとつまみと胡椒を少々入れて、フタをする。火は弱火に。
- 4, 人参がやわらかくなったら、味噌を入れて味を整えて完成！

ご飯がとってもすすむ一品ですよ♪ (つや)



とっても手軽で美味しいんです♪

「おかげさま農場の生産者紹介」

今月は、陽気な佐藤さんと恥ずかしがりやの石橋さんの2人をご紹介します♪
少しでも、生産者1人1人の人柄や野菜作りの気持ちが伝われば嬉しいです。

バク転も出来るスーパー農家！^{よしあき}～佐藤芳明さん(66)、博子さん～

元気で気さくな佐藤さん。学生時代は、体操の選手もしていて身体を動かすことが大好き。その当時を知る方の中には、「かっこよかったのよ～」と黄色い声も聞こえます。奥さんの博子さん、娘さんがたまに手伝ってくれ、かわいい孫もいて楽しそうです。畑の面積は2町歩（約6,000坪）でハウスは2棟です。主に栽培している野菜はキャベツ(3・5・9・10・2月)、人参、小松菜、モロヘイヤ、カブ、とうもろこし、落花生です。葉物がメインのため、空いた畑には麦を蒔いて一年休ませます。取材におじゃました時に畑一面に植えられたキャベツの苗がきれいでした。

〈ウマが合った〉

佐藤さんも、先月号で紹介した高木さんや高柳さんと同じ農業養成所で勉強し、高知で近代的な農業を学んだそうです。佐藤さんに、おかげさま農場に入ったきっかけを伺うと、「みんなとウマが合ったから」の一言でした。

私の知り合いには佐藤さんと同じ世代の有機農業を営む方たちがありますが、ほとんどの方から「村八分になった」などの村との関わり方の苦労話を聞きます。今回で4度目の取材をされていて思ったことは、おかげさま農場の生産者さんのほとんどは村八分になったというような暗い話がないんです。これってすごいことだと思いませんか。有機農業＝仲間を大事にしているおかげさま農場の特徴だと思います。佐藤さんも「あの変人の集まりがいいよ。おれは違うけど(笑)」とうれしそうに話してくれました。

〈自分で食べたいから作る〉

食べるのが大好きな佐藤さん。どの野菜が好きですかという質問に対して「う～む。全部好きだな」の一言。おいしいもののお話をすると佐藤さんのキラキラした目。食いしん坊の私たちと話が合いまくりました。特に、とうもろこしと落花生は自分が食べたくて作っているそうです。「やっぱりなんでも家で作ったものがうまいな。外で買ったものは、おいしくなくて・・・」愛情がある料理って大事ですよね。

〈とにかく動く〉

注文が多い時期は、一人で700個ものキャベツを一日で収穫したり、朝から日が暮れるまで仕事をしてきたそうです。「でもよお～。最近、身体がくたびれちゃうんだよ。そんなときは、ジョギングとストレッチだな」と、元気です。「一週間もらえるならバク宙だったら畑で今でもできると思うよ」と体操選手魂は衰えず。一緒に住んでいるお孫さんに、逆立ちやらバク転などを教えているそうです。

「小さい子は身体が軽いからコツさえ教えちゃえば、すぐできるんだよ」

おじいちゃんが体操をしてくれるなんて、孫からしたら自慢のおじいちゃんではないでしょうか。そんな佐藤さんの仕事っぷりは、人の倍動くと周囲からも言われています。(つや)



畑ではキャベツの苗が生育中です



体操選手だった佐藤さん

冷静だけど恥ずかしがりや^{たくや}～石橋卓也さん(33)、幹子さん～

石橋家は、お父さん、お母さん、妻の幹子さん、小学生の息子さん2人の6人暮らしです。幹子さんは畑を手伝うこともあるそうなのですが、普段は農機具屋さんに勤めているので、大体3.5人で仕事をしています。

畑の面積は、2町歩半（約7,500坪）。卓也さんは、集落の最後の専業農家さんです。ビニールハウスは普通の農家さんより大きなものが12棟あります。主に栽培している野菜は、にんじん、大根、長ネギ、ミニトマトです。

〈恥ずかしがりやの卓也さん〉

とても恥ずかしがりやの卓也さん。出荷場で取材の依頼をした際に「他にもっと適任の先輩達がいっぱい居るじゃん。先にそっちにいきなよ」といつか何とか逃げようとしていました。

実際、取材の当日も「どこにいるか探してください」といって電話を切ってしまうほど。まず居る場所を探しただけでも一苦労でした。ヒントをもらいながら探していたのですが、一番見えにくい畑で作業をしているところを見つけてようやく取材ができました(笑)

卓也さんは20歳で農業を始めました。石橋家は卓也さんが中学生の時におかげさま農場に加わっていたので、卓也さんは最初から有機農業をしています。またお父さんに教わったこと以外でも自分で探求して取り入れている栽培方法も多いようです。

卓也さんは、4年前の30歳のときに正式に跡を継ぎました。現在、就農して14年になる卓也さんに「今までこれは良くできたという野菜はありますか?」と聞いたときの答えが

「今まで一度も納得できるものが出来たことはないですね」

というものでした。おそらく照れから出た言葉なのでしょうが、同時に自分に厳しい人だな、とも感じました。

また、好きな野菜はにんじんで、その理由は「種まきが上手くいかないところ」が特に楽しいそうです。ミニトマトも「毎年同じものが出来ないのが面白い」と言っていました。

お話を聞いていて、簡単にいかないからこそ面白い、という困難なことを楽しめるタイプなんだな～と思いました。

〈若手の影のリーダー!?〉

おかげさま農場には若手と呼ばれているメンバーが数人いるのですが、若手の中でも年長の石上さんは「影のリーダー」は卓也だと思う。販売促進の話なんかをしている時に、卓也がほそっとつぶやく一言で物事が決まるといったことがあるんだ」と言います。

割とひょうひょうとしているように見えますが、冷静に物事を見ているように思えます。

卓也さんは、恥ずかしがりやで冷静で、でもユーモアのある不思議な人でした。(なお)



一人でもくもくと人参の間引き



なかなか正面を向いてくれません(笑)