

# 家庭菜園10年を振り返って

## 素人集団&一消費者の目線で見た自然農法

### 自然農法との出会い

私と自然農法の初めての出会いは、新居に引っ越すことになった平成7年のある日のことでした。今は亡き父が新居に訪ねて来るなり、私が植木や草花を栽培しようと考えていた空き地を見て、「ここで野菜を作れ。自分で食べる野菜は農薬や化学肥料を使わないものでないとダメだ！」と言い、畑作りを手伝ってくれた時からです。

後に知ったのですが、父は自然農法の創始者・岡田茂吉師の思想に感銘を受け、特に「目の前に食べ物が山ほどあっても食べられない時代が来る」との言葉は、父の心に深く刻み込まれていたように思います。父が虫くいだらけの野菜を自慢げに料理していた様子や、米ヌカと細かく

刻んだワラを和えた良い匂いのする肥料（後にボカシ肥と知る）を畑に施してくれたことが今でも懐かしく思い出されます。

### 退職後のライフワーク

#### としてスタート

在職中は無農薬栽培などに関する市販の書籍を参考に、20坪（66㎡）あまりの庭で、片手間で野菜を作っておりましたが、いずれも満足できるものではありませんでした。平成17年に65歳で退職したのを機に、もっと良い野菜を作りたいとの思いで、当時京都府八木町（現南丹市）にあった（財）自然農法国際研究開発センター京都農場にも飛び込みで教えを受けに伺ったりしながら、「土を愛し、土をできるだけ清浄に保つことによって、土の偉大な能力が最

大限に発揮される」との理念や原理を教えていただきました。

そのうち、庭の畑では飽き足らなくなり、向かいの宅地100坪（330㎡）を借り、石ころや粘土に苦勞しながら、ようやく本格的な畑にすることができました。収穫した野菜は近所の方にお裾分けしたり、子供達を集めてイチゴ狩りや芋掘りをしたりしておりました（写真1）。この時期は特に、参考書籍の中の専門的な用語が理解できず、自然農法の資料の調達方法や製造方法が分からないと感じていました。

### 自然農法の仲間づくり

平成20年、自然農法に興味を持つ仲間7人と300坪（1000㎡）の休耕田を借り、本格的に野菜作りをスタートしました（写真2）。仲間

### 乾 武司

（公財）自然農法国際研究開発センター評議員

平成17年にアパレル業界を引退し、本格的に自然農法に取り組む。平成20年に奈良自然農法家庭菜園普及会幹事長を経て現在に至る。



が増えることで専門用語の理解も随分できる様になりました。疑問も少しずつ解けてきました。またその頃、プロの農家の方から生薬草堆肥しょうやくくさいひを紹介していただきました。有用微生物を使つたこの堆肥は、現在では多くの自然農法実践者に活用されています。未曾有の東日本大震災の時には、2年半余りに渡って被災地に旬の野菜をお届けさせていただくことができました。こうしたことを通じて、大勢の仲間が集まって情報を交換し、知恵を集めれば、新しい波が起こせることに気が付きました。



## 自然農法を広めたいとの 思いが一層強くなる

この頃から自然農法や有機農業のセミナーに参加するようになり、また文献やニュースなどから沢山の情報が入ってくるにつれ、創始者の「大自然を尊重し、その摂理を規範に順応することによって人間はじめ土、作物、家畜などの生命体全てが真の健康になる。」という理念が理解できるようになってきました。父が言っていたことにもうなずける様になっていました。

私達の中に「命の糧である『食』の重要性を多くの人に理解していただきたい、そのためには家庭菜園で自然農法や有機農業を実践していただき、そこから新しい波が起ころ」との思いが湧きあがって参りました。私達がプロの農家ではなく全くの素人集団であったことが良かったと思います。今までの知識や経験がない分、書いてあることを素直に受け止めることができたからです。普及活動にあたってはそれまでの経験を活かして、私達が自然農法を始めた頃に困っていたことをまず取り除くように心掛けました。

## 私たちの普及活動内容

ここからは、私達の普及活動をいくつか紹介します。自然農法の仲間を増やそうとされる方々の参考になれば幸いです。

### 1. 定期的な情報誌の発行

#### ①情報誌「土のいぶき」

私達は自然農法をより多くの方に広め、理解して頂く目的で、3カ月に1回、情報誌「土のいぶき」を発行しており、今では33号にまでなっています。内容は日々の活動状況や、食育、活動計画などを載せています。

#### ②月刊誌「家庭菜園作業12カ月」

実践者が増える中で、病害虫の相談や失敗談をよく耳にするようになりました。そこで気付いたことですが、我々の地域にあった月々の標準的な栽培管理の情報があればもっと楽なのではとの思いで、平成20年頃より、栽培管理月報誌「家庭菜園作業12カ月」を発行するようになりました。家庭菜園の月ごとの主な管理や作業内容だけでなく、裏ワザや旧暦による天気予測も掲載しています。最近では、畑を持っていない人も栽培できるコンテナ栽培のシリーズも掲載するようになり、読者から

好評を頂いています（写真3）。

### 2. 自然農法に欠かせない堆肥資材・プランター培養土の提供

家庭菜園を始めた当初に困っていたことの1つが、自然農法に欠かせない資材の調達や、調達先は分かっているが遠隔地のために輸送費が高くて価格が高くなることでした。そこで、家庭菜園で使用する堆肥やプランター培土を業者の方と共同で開発し、格安で提供してもらうようにしました。

私たちが使用する堆肥は、先に述べた生薬草堆肥です。これは県下で生産される生薬の絞り残渣を原料にして、業者の方に特別にお願いして有用微生物群で熟成してもらった物です。毎月希望者からの必要量をまとめて注文し、1袋（20L）100円で提供いただいております。

今後、光合成菌を併用して熟成させることも検討しています。小肥栽培の自然農法に合っていて、良い堆肥に出会えたと感謝しております。

春と秋には、この堆肥を利用して自然農法に準拠したプランター培養土を私達の希望する資材・配合（EMボカシ肥・ゼオライト・もみ殻燻タンなど）で業者の方に無理をい



写真3 提供している情報誌



写真2 仲間とともに野菜づくり



写真1 近所の子供達とイチゴ狩り

で作ってもらっています。

### 3. 月1回の菜園相談日の実施

私たちは、2年前から毎月1回、菜園相談日を設けています。相談に来られる方の大半が安全・安心の無農薬野菜を求めて、初めて畑やコンテナ（プランター）で自然農法を実践される方々です。相談に来られた方と一緒に勉強させていただくという姿勢で臨んでおります。わからないことはすぐに、自然農法センターや専門の方にお聞きする様にしていますので、安心して相談をお受けすることができております。

コンテナ栽培の希望者は多いのですが、有機・無農薬のコンテナ栽培の教科書はほとんどありません。手探りで栽培マニュアルを作っておりましたが、最近では本誌でも採りあげていただき、参考にしております。ここ2年間の菜園相談日を通じて感じたのは、まだまだ真の自然農法の原理・原則をお伝えできていないことです。大自然の摂理や自然の恵みである、太陽（熱）、水、土の大切さを、本当の意味で理解していただけていない方が多いということだと思います。相談に来られる方々は安心で安全な野菜を作りたい、という思いは

十分にお持ちですが、野菜はただ肥料と水を施せば生長するとおっしゃる方、慣行栽培の姿、かたちだけの野菜にとらわれている方が少なくなっているのです。

ただ、月1回の相談日に毎回参加され、上手にできた野菜の写真をお持ちになって出来映えを自慢される方が最近多くなってきており、嬉しく感じています。会話の中で、「教わった害虫対策が良かった」などと嬉しそうに話され、本当に楽しく愛情を持って野菜作りをしておられる姿を見て、私達も楽しい気持ちにならせていただいております。

最近こんなお話を聞かせていただきました。「自然農法を始めた頃は喜んで実践していましたが、だんだん慣れてきて『出来が悪い』とか、『土が悪い』などと不満が出てきました。そんな時、娘が水やりをしてくるようになり、キュウリやトマトの出来が見違えるほど良くなりました。娘は毎日虫に刺されてかゆい、かゆいと言いながらでも水やりをやめません。なぜ？と聞くと『大きくなるのがうれしい。かわいい』と言いました。私はそんな風に思っていなかったと気づかされました。野菜

には家族の名前を付けているのですが、私の名前の万願寺（甘トウガラシ）は実が全くつかないので不満に思っていました。今ではそのことを野菜に詫言っています」と言うのです。このように内面的な思いや、野菜にも感情があると気付かれ、家族と同じ名前を付けて栽培される方が増えてきたのは喜ばしいことです。

最近ではこの相談日に併せて、自然農法の実践圃場で採れた野菜を使った「自然食」の味を皆さんに堪能して頂いております。皆さんの笑顔がとてもうれしいです。

### 4. 実践指導や圃場見学

近所の子供達を集めてイチゴ狩りや芋掘りを楽しんでもらっていたり関係で、子供さんの通っている幼稚園から「食育の一環として自然農法による畑を幼稚園の中に作って欲しい」との依頼がありました。6坪（20㎡）のミニ菜園を作ってもう5年余りですが、その間、ダイコンのタネまきや、園児全員によるプランター栽培などのお手伝いをさせていただきました（写真4）。

採れた野菜を使ったサンドイッチパーティーにご招待を受けたりしております。子供達は自分で作った



写真4 幼稚園のミニ菜園

野菜は好き嫌いなく喜んで食べると、先生方に伺いました。カトリック系の幼稚園なので、子供達に「自然の恵み」や「神の恵み」を栽培や食事の折には必ず教えておられるようです。

### 5. 自然農法育成タネによる育苗や苗の提供

私達は自然農法にとってタネや苗が非常に大切であると考えています。最近、遺伝子組換え食品が危険であるとの認識が一般化されてきておりますが、その元であるタネはどうでしょうか。

大豆、小麦、トウモロコシなどに、人為的に殺虫成分を組み込み、ある



いは除草剤に耐性をつけるための組換遺伝子を持った種子が、主にアメリカの農薬、除草剤メーカーで開発されていると聞いています。

そこで私たちは、主に自然農法センター育成のタネや、在来種のタネを選んでプロの自然農法農家さんに育苗をお願いしております。

有機農産物は有機栽培されたタネを使用することが原則となっており、そのため、自然農法センターには、一日も早くキャベツやハクサイ、ホウレンソウなどのタネを開発していただきたいと期待しております。

私達は現在、素人ながら比較的交雑しにくい種類の野菜について「自家採種運動」を展開し、定期的に仲間同士でタネの交換会を実施しております。私が昨年採種したタネは、ミニトマト、カボチャ、オクラ、ゴーヤ、ネギ、ニラ、トウガン、韓国ズッキーニでした(写真5)。今後は、自然農法センター職員を講師とした「自家採種」の勉強会を開催したいと願っています。

## 6. 大豆クラブの発足

「和食」が平成25年12月4日にユネスコ無形文化遺産に登録されましたが、その基盤である「大豆」は

90%が輸入大豆であり、しかも大半が遺伝子組換え大豆であることをご存知でしょうか。そこで私達は「大豆クラブ」を立ち上げ、『自然農法大豆の普及』を2014年のテーマとして掲げ、仲間8名で奈良県王寺町にある300坪(1000㎡)の休耕田を借りうけて大豆栽培に取り組みしております。収穫した大豆を使った「味噌作り」などをしようと、仲間と計画しております(写真6)。

## 夢から型に

平成19年、「土のいぶき」創刊号に私達の夢を載せました。長野県真田町(現上田市)の元教育長の話を聞いたことがあります。給食に使われる食材を有機農産物に変えたら、いじめ・非行・暴力がなくなり、優秀校になったということ、うらやましい限りです。幼稚園のミニ菜園は「学校給食に自然農法産の食材が使われる」、その第一歩だと感じております。

また「大豆クラブ」の圃場では、一株に225莢も着いた虫喰いのない大豆が育ち、近所の農家の方が度々圃場にお見えになって栽培方法を質問され、感心されていました。このことは「有機農業推進法案も立法され、生産される方々の理解も高まり、定期的に交流会が開催される」という8年前の「夢」が、やっと「型」になって叶ったのだと感激しております。

自然農法に携わって17年、仲間と夢を語って丸8年が過ぎようとして

## 夢から型に(土のいぶき創刊号より)

- 自然農法産食材を使った料理教室を開催する。
- 地域ぐるみで「食」に関する心が高まり、学校給食にも自然農法産食材が利用される。
- 「有機農業推進法案」も立法化され、生産される方々の理解も高まり、定期的に交流会が開催される。
- 自然農法産野菜の頒布(地元の自然農法実践者より野菜の調達ルートを確認する)。

います。少しは夢の実現に向かって前進できた様に感じていますが、夢が大きいので、まだまだ道のりは遠いです。これからも家庭菜園を通じて夢を追いかけたいと思います。



写真6 大豆クラブのメンバーとともに



写真5 交換会に出品する自家採種のタネ