ピュアライフ

農とくらしをつなぐ情報紙

2009年2月号
自然農法通信　Vol.19

財団法人自然農法国際研究開発センター　普及部
〒413-0011　静岡県熱海市田原本町9-1 熱海第一ビル8F
Tel：0557-85-2001　Fax：0557-85-3156　http://www.infrc.or.jp
発行責任者：伊藤　明雄　2009年2月1日発行（隔月）
本紙内容の無断転載を禁じます

Opinion　オピニオン　「自然農法の考え方と技術の方向性 ～その3～」

自然農法の自然観（19）

（財）自然農法国際研究開発センター理事長　天野 紀宜

ある年の８月末、夏草が背丈ほどに伸びた川の土手に小松菜、小カブ、べかな、カラシナ等を混播（こんぱ）してみました。秋野菜は草に負けませんから11月頃には見事に生長しました。小松菜は、「大」松菜と言っていいほど生長しました。味も見事なものでした。

ある農業者をこの土手に案内しました。その人は「今までこんな野菜を育てたことがない、丹誠込めた我が家の畑はいったい何なのだろう。」とビックリしていました。自分の畑より自然の土手の野菜たちの方がはるかに勝っていたのです。

私たちは、自然の中で生まれ、生かされている存在なのです。人間の知恵や科学の力で自然はどうにでもできるという考えは人間の思い上がりです。何よりも、自然の法則にしたがっていくことを基本としなければなりません。そして、自然は常に変化し、成長・進化し続けています。その自然の進化を止めたり、破壊し退化させるのでなく、進化の方向へと働きかけなければなりません。

大自然をありのままに受け入れると同時に、その時々に自然の機能・能力を生かし、活用していくことによって、人間をはじめ土・作物・家畜など全ての生命が栄え、大自然の意志のままに健康が達成されていくというのが自然農法の考え方なのです。

自然を尊重し、自然におのずと備わっている摂理を規範として、それに順応していく考え方、あり方が、自然農法に取り組んで行くための、決してぶれてはいけない基本であり、哲学なのです。

別冊・イベント情報　Event　第14回　全国ＥＭ技術交流会　中部大会

第14回
全国EM技術交流会
中部大会
「きれいな地球を 子どもと孫に――環境・食育・自給菜園」
●開催日時 平成21年3月15日(日)
13:00～16:30
●開催場所 あいち健康プラザ（アクアヴィル）
愛知県知多郡東浦町源氏山
●講演
「みんなで考えよう日本の食べ物の未来」
保田 茂
●講演
比嘉照夫
●展示・紹介等
●市民参加型
●ミニ実践講座
●ECOクッキング
●ECOクッキング
●ECOクッキング

食のむこう側
人物クローズアップ

らくらく不耕起でジャガイモざくざく！

■不耕起栽培との出会い

三上さんにとってもう一つの転機は、敦賀市の樋口正夫さんとの出会いでした（樋口さんの不耕起栽培についてはエコピュア53～60号に関連記事）。200坪の畑を一人で不耕起栽培している樋口さんの畑を見て、起こさなくていいなら私にもできると思った三上さんはさらに自然農法の野菜栽培に打ち込みたいと一念発起、「10年間！85歳まで続ける」とご主人にお願いし、５年前に400坪の田んぼを埋め立てて畑にしてもらいました。10俵とれる田んぼを埋めてしまった三上さんを町の人は笑いましたが、それまでに積み上げてきた技術で最初のジャガイモ栽培を成功させ、収穫の時には「20年くらい作りこんだ畑みたいだな」と言わしめたほどでした。

マルチの下にゴロゴロとなっている秋ジャガを収穫する三上さん

◀ 三上さんが出荷している
Ｖマートの「ふる里農園」コーナー

三上さんの畑で立派に育つ野菜たち ▶

■ジャガイモ栽培へのこだわり

ところで最初にジャガイモを作ったのには、三上さんのジャガイモに対するこだわりがあります。それは遡ること20年、自宅前の畑でどうしてもあばたのジャガイモしかできないので、最初から高い畝を立ててその上に浅く芋を植え、マルチを敷いて育てる方法を考案し、普通の土寄せをする方法と比較実験しました。すると、土寄せの手間もいらず、草取りもせずに立派に育ちました。しかも収穫の時、マルチをめくると土の上にゴロゴロと絹の肌のようなきれいなジャガイモが採れたのです。普通に育てると何回も土寄せをしなければならず、深いところにできるジャガイモを掘り出すのは大変です（収穫の時に鍬がジャガイモに刺さってしまった経験は多くの人がお持ちなのではないかと思います）。その差は歴然で、その感動は新聞の投書欄にも掲載されましたが、当時、誰もができっこないと、全く反応はありませんでした。しかし、それまで一人積み重ねてきた三上さんの技術は、５年前に出会った不耕起栽培とマッチして初年度から見事な成果をあげたのでした。

その後も数人の友人だけが実施していましたが、平成18年北陸ＥＭ普及協会の会報で取り上げられたのをきっかけに、昨年２月の京都大会では環境・菜園分科会で紹介されるなど、現在では「教えてほしい」との声が後を絶たず、町内の人からも植え方の実演を頼まれるほど注目されています。

■地元スーパーへの出荷で生き甲斐を

三上さんは自然農法を始めた当初から、地元スーパー「Ｖマート」の「ふる里農園」コーナーに野菜を出荷しています。現在、鎌・平ぐわ・はさみ・噴霧器・移植ごてだけを使った不耕起栽培で育てる野菜は年間30品目。その中から週２回、８品目ずつを出荷し続けています。

出荷実績を積み重ね、最初は端の方にあったコーナーも今では入り口正面の一番目立つ場所に設置されるようになりました。特に三上さんの野菜は他よりも高い値段が付けられているにもかかわらず、その価値を認め、信頼してくれる人たちによって買い支えられ、いつも完売です。三上さんの出荷日を選んで買いに来てくれる人たちも出てきました。

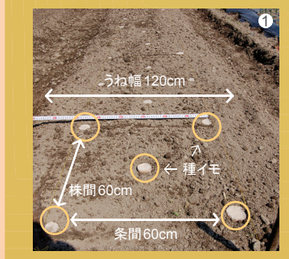
三上さんは「自分でいろいろ工夫してやっていますが、誰でもない自然が教えてくれて本当にいい野菜が育ちます。今は『三上さんのところの野菜はおいしく、安心して食べられる』と信頼して待っていてくれている人たちの期待に応え続けていくことが今の一番の生き甲斐です。私くらいの年代だと寝たきりの方もたくさんおられるが、その中で毎日畑に出て、生き甲斐を持って過ごせるのは幸せだと思います」と語ります。

80歳になった今でも１日６時間は畑に出ている三上さん。自然と向き合いながら生き甲斐を持って取り組む姿に、第二の人生の一つの答えを見た気がしました。

■収穫まで手間いらず！　三上式 ジャガイモのゴロゴロ植え

芽が出れば、あとは土寄せいらずでジャガイモが**ゴロゴロ**とれる**植え**方を紹介します！

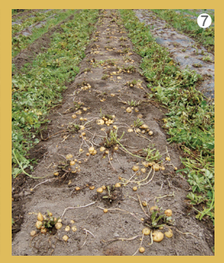
【写真提供：NPO環境浄化を進める会・岐阜（2008年）】



①幅120cm、高さ20cmのうねを立て、半分に切った種イモを写真のように3列交互に置きます（埋めません）。品種はキタアカリ。(3月7日)
②イモとイモの間にお椀一杯分のＥＭボカシⅡ型を置きます。この後、イモが隠れる程度にもみ殻か土をかぶせます。
③丁寧にマルチを張って植え付け作業は完了です。
④約10日後、ジャガイモから芽が出てマルチを持ち上げるようになったら、はさみでマルチに十文字（1cm）に切り込みを入れ、穴から芽を外に出し、穴をふさぐように芽の回りに土をのせます。
※一つのイモから芽を2本出し、それ以外はマルチの上から折ります。タイミングが重要です。芽の出る頃はこまめにチェックします。

⑤順調に生育すればこのようになり、収穫まで土寄せ作業などは不要です。(5月27日)

⑥いよいよ収穫です。まずは地上部を刈ります。そしてマルチをはがすと･･･。(6月20日)



⑦マルチの下にはゴロゴロとジャガイモが！

⑧あとは手で軽く掘り起こして、集めるだけ。イモを傷つける心配もありません。34mのうねで220kgもとれました！

とっておきレシピ Recipe

大根のえびあんかけ

とろとろの大根でほっこりと

■材料（４人分）

大根	1/2本
米のとぎ汁	適量
えび	5匹
チンゲンサイ	1株
だし汁	250cc
生姜のしぼり汁	1かけ分
水溶き片栗粉	適量

■作り方

①大根を２～３㎝の厚さに輪切りにして皮を厚めにむき、米のとぎ汁を入れた鍋で竹串がすっと通るくらいまで下ゆでする。
②えびの殻をむいて背わたを取り、１㎝くらいの大きさに切って塩と酒を各少々（分量外）まぶしておく。
③チンゲンサイは軽く塩ゆでしておく。
④鍋にだし汁とⒶと①の大根を入れ、弱火～中火でじっくりと煮含める。
⑤大根が煮えたら、鍋から取り出して器に盛る。
⑥煮汁にえびを入れ、火が通ったら生姜のしぼり汁と水溶き片栗粉を加え、とろみを付ける。
⑦大根の上にチンゲンサイを盛り付け、⑥のあんをかければできあがり。

■調味料

Ⓐ	酒	大さじ1
	みりん	大さじ1
	薄口しょうゆ	大さじ1/2
	塩	小さじ1/3

■point

生姜を加えたあんかけで体が温まるので、寒い季節にぴったりです。
彩りの野菜には、茹でた大根の葉や刻みねぎなどお好きなものでどうぞ。

奈良県奈良市　乾（いぬい） 充子さん 提供

自然農法で育成した品種を紹介します

おすすめ品種 seed

2009年 新品種特集！！

自然農法交配　キュウリ

バテシラズ３号

小袋（20粒）500円

自然農法キュウリの中で「上高地」と並んで人気のあるバテシラズシリーズの新品種です。
自然農法品種の特徴である長期間収穫できるスタミナを確保しながら、初期の収量性を改善しました。
子ヅルはもちろん、親ヅルにも実が着きやすいのが特徴です。また、早まきから遅まきまで幅広い作型に適し、うどんこ病・べと病に強く、アブラムシもつきにくいので初めての方にもおすすめです。

鹿児島在来　小豆

自然農法育成

鹿児島在来ササゲ

小袋（40ml）300円

鹿児島県の在来種で、暑さや乾燥に強いのが特徴です。６月まきで８月下旬には収穫でき、よく茂るので、夏の雑草を抑える効果も期待できます。小豆に似た豆を収穫して、赤飯などでいただきます。

自然農法育成

信州高菜

小袋（4ml）200円

紫色で肉厚のパリパリした葉が特徴のタカナで、辛みがあって漬け物に適しています。９月まきで、大きくなってきた頃に寒さにあたると旨み・辛みがのってきます。

自然農法の種子に関するお問い合わせ・カタログ請求お申し込みは、**研究部育種課（0263-92-6800）**まで。
自然農法の種子の頒布期間は1月～9月末です。