

里山倶楽部自然農場日記1月号 NO36

あけましておめでとうございます。新年早々自然農場日記をご愛読くださりありがとうございます。今年もよろしく申し上げます。

今年の目標！！・・・1年の計は元旦にあり。毎年その年の目標をたてるのですが、かなったことが1回もないのが自慢。でも今年は100%とは行かなくてもかなり実現できそう・・・

その目標は、野菜さんたちの種をとることです（自家採取という）。自然農法を目指している自然農場では以前から自家採取してはじめて本当の自然農法だと考えていました。でも手間がかかるので思っているだけで実行してきませんでした。なぜ急にその気になったのか。

今話題のあの悪名高い「TPP」のせいなんです。日本の社会を一変させてしまうTPPですがここでは論じません。今回は私が直接関係する「食」の問題にしぼります。

農水省は昨年10月、TPPに参加し、関税などの国境措置を完全撤廃した場合、カロリー自給率は40%から13%に、小麦や砂糖の生産は壊滅し、米も90%減少するという試算を公表しています。

それだけではありません。健康に問題が多いとされる遺伝子組み換え食品（発ガン性や精神疾患が指摘されている）がなだれをうって日本に入ってきてしまいます。日本は遺伝子組み換え食品に『表示』を義務付けて一定のブレーキをかけているのですが、アメリカは表示義務の撤廃を求めています。一例をあげますと、日本は大豆の90%を輸入に頼っていますが、70%はアメリカでアメリカの大豆の90%は遺伝子組み換えです。いまは表示を見れば遺伝子組み換えかどうか判断がつかますが、表示義務が撤廃されたら、消費者は判断がつかなくなる。多くの日本の消費者は強力な除草剤をまいても枯れない人為的な大豆が安全かどうか不安をもっています。

また、いまではほとんどの種子がF1 といって一代限りの命しかない種子がほとんどです。自然界では子孫を残せない種などありません。一代限りですので農家は毎年種を買わねばなりません。

これらはすべてアメリカのモンサント社に代表されるバイオメジャーの作戦なのです。このままではモンサントの種を買わなければ農家は農業をやっていけなくなります。モンサントによる日本の農業支配、いや、世界支配です。

というわけで、ささやかな抵抗ですが、自然農場は出来るだけ種を自家採取することにしたのです。今年全部とはいきませんが、できるところから始めようと思います。

アメリカでは小規模農家の農業や家庭菜園での野菜作りを禁止する法律ができたとか。最近の世界は信じられないことが起きます。一体世界はどこに向かうのでしょうか。

今年から新しいコーナーを設けたいと思います。その名は「たまちゃんのつぶやき」。去年から松本たまえさんが農場を手伝ってくれていますが、彼女がお客様に書いているレター（昨年12月号参照）の中から私が選んで紹介していきたいと思います。

たまちゃんのつぶやき

10月に稲刈りをすませた田んぼに発酵した有機肥料をまきました。昔の人は「お礼肥え（おれいごえ）」と言ったそうです。今年の恵みに感謝して、来年の恵みをお願いする。なんとも謙虚な行いです。人間の力ではどうしようもない自然の力を昔の人は肌で感じていたのでしょうか。私もその謙虚さを忘れずに日々すごしたいと思っています。（12月8日）

お客様の声

シマカンギクもアワコガネギクも同じに見えるのだけど～。菊のいい香がします。水にさしたクレソンが勢いよく新芽をだしてます。

（Mさん）

野菜と一緒に入れてくださる花もいつも楽しみです。今回はサザンカとナンテン！一気に部屋が明るくなりました。前回のクレソンもガラスの中で元気にしています。アワコガネギクのハチミツみたいな香もすごく好きでした。野の花、山の花は普段だったら通り過ぎるだけですが、家にやってくるとまた別のうれしさがあります。

（Tさん）

里山倶楽部自然農場日記2月号 NO37

世の中には変わった人がいるものです。物好きな人とでも言うのでしょうか。このくそ寒さに辟易しているのに、よりによって「レンコン堀」をしたいと拝み倒してきた若き乙女がいるのです。その名はYさん。そういえば少し前にもUさんという女性がおられました。その方は今でもレンコン堀を手伝ってくれています。そういえば毎日顔を合わせているNさんも時々レンコン堀手伝ってくれますがその人も女性。

私の知っているある男性などは「あんな冷たいしびれるようなとこになんで行かにならんのや。わしゃ絶対に行かんで一。わざわざ苦しい行（ぎょう）みたいなこと、よ一せんわ。」

まさにこのレンコン堀の厳しさ、イコール、現代を生き抜いていく厳しさです。厳しい現実などなんのその、新しい未知のものに挑戦する冒険心と行動力。レンコン堀に来る女性達をみると、日本の未来は女性が握っていることが証明されているようです。

おっと忘れてはいけません。Aさんという男性が孤軍奮闘、レンコン堀を楽しんでくれています。

たががレンコン。されどレンコン。レンコンの穴を通して世の先の道筋までもが見えてくるようです。

寒い寒いと言ってるうちに春はすぐきます。（時の経つのがなんと早いことよ！）あと一ヶ月もしないうちにジャガイモの定植が始まりいよいよ夏野菜の到来です。自然農場でも一回目の作付け計画を話し合いました。農業はファッションです。半年先を考えねばならないんです。去年は初めてゴマを栽培しました。今年も何か新しい作物に挑戦してみたいな一。なんて考えていくととっても幸せな気分になれます。農業をやってて良かったとしみじみ思える時間です。

たまちゃんのつぶやき

はっさくを収穫しています。里山の斜面にははっさくの木があります。手入れは・・・してないので竹をかき分けての収穫です。自然のままなので、小さめですがおいしいはっさくです。恵みを与える里山に感謝しつつ、これ以上竹が大きくなるととれないなあと思いました。手入れをして恵みをいただき、共生することが里山にとって、私達にとって大切なことなんだなと改めて感じました。

お客様の声

みかんが本当にぷりっと生き生きしていて美味しかったです。長ネギをレシピどおりにい

ためて味付けしたら、癖になる美味しさでした。(Tさん)

すてきなリースありがとうございました。(Kさん)

明けましておめでとうございます。今年もよろしく申し上げます。無農薬、無化学肥料の野菜本来のおいしさと安全を周りの人たちにもっと伝えていければなあと思っています。里山の自然農場の野菜を食べてもらえたらすぐに伝わると思うのでがんばって広めたいです！(Tさん)

Tさんいつも応援ありがとうございます。新春早々こんな素敵なお言葉いただいて思わず胸がキュンとなってしまいました。感謝！感謝！です。今年も顔晴りますよ～。日本が無農薬国家になることを目指して。

(自然農場 鈴木)

里山倶楽部自然農場日記 3月号 NO38

立春を過ぎたら畑の野菜さんたちの表情が変わってきました。言葉で表現するのは難しいのですが、今にもトウがたって花を咲かせる準備に入ったように感じられます。まだまだ朝は氷が張っているような寒さが続いているのに不思議なものです。暑かろう、寒かろう、時が来ればそれなりに変化していく生命の神秘。そういえば畑のそばにはもうタンポポが咲いています。もう春がきているんですね。あと1~2週間もすれば「ふきのとう」の季節です。(今日は2月18日)

ここで今年の冬野菜の反省を。

なんと言っても2年続けて大根と白菜が失敗したことです。原因は去年とまったく同じ。生育初期につくき「ダイコンサルファムシ」に食害されてしまったんです。そのため成長がすごく遅れてしまい、ダイコンは大きくなり、白菜はとうとう期待むなしく結球せずじまい。ダイコンと白菜といえば冬の野菜の王様。それを2年続けてお客様に食べてもらえなかったのは痛恨の極み。お客様、ごめんなさ〜い。

来年はいやっというほど食べてもらいますからね。覚悟のほどを。(ほんとうかな?)

たまちゃんのつぶやき

インフルエンザが大流行とのニュースを目にします。皆様お元気でおすごしでしょうか？ある種の乳酸菌が抵抗力をつけてくれるという話もききますが・・・乳酸菌といえば農場で使う ぼかし肥料 なども乳酸菌等微生物の集まりです。微生物の働きってすごいですね。

お客様の声

先日は、送っていただいたハッサクでマーマレードをつくりました。もったいなくて皮の白い部分をたくさん残してつくったので、苦くなってしまいましたが、美味しくできました。チョコ蒸しパンの生地に入れたら、いい感じにほろ苦くなって大満足でした。

(Tさん)

花の無い雪景色に紅梅がとてうれしく、毎日楽しみにながめています。立派なれんこんしいたけ、お米もとてもおいしく、ありがたくいただきました。ありがとうございました。これからもどうぞよろしく！

(岩手のTさん)

人参たくさんありがとう。ご近所にもおすそわけしました。味を知ってほしくて。

(Mさん)

人参ありがとうございました。おなべに入れて楽しんでいます。

(Kさん)

いつも美味しい野菜をありがとうございます。割れ人参も沢山入れてくださって嬉しいです。いっそ小気味よいくらいに割れていて思わず笑ってしまいました。料理にもぜいたくに入れられるなあとニンマリしています。あと最近HPで今週の野菜セットの内容が出ているので見えています。妹のところにはこれがいってるんだなあとか思ってニンマリしています。

(Tさん)

届いたよ 野菜の箱に はすの花

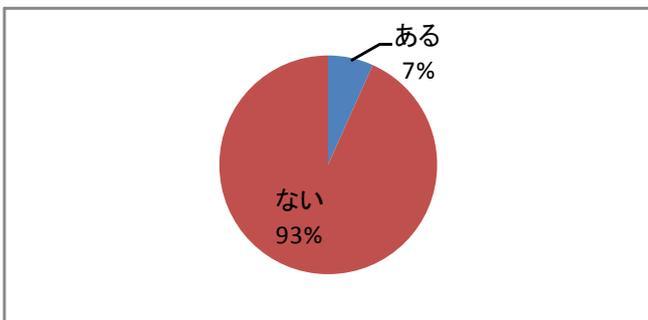
(野菜セットアンケート結果報告)

自然農場の野菜セットをお届けし始めてから3年目になろうとしています。その間、お客様は自然農場の野菜セットに対してどんな思いをもっていらっしゃるのだろうか? ・ ・ ・ ずーっと想像してきました。そこで、この際お客様の率直な思いを聞いてみようというアンケートをすることにしました。今月号と来月号2回にわたりその結果をこの紙面を利用して報告させていただきます。回収率は86% (3月31日現在)。

表題の「届いたよ 野菜の箱に はすの花」という俳句はアンケートに答えていただいた三重県のYさんの小学生のお孫さんの歌です。とても素敵ですので今月号の日記の表題にさせていただきました。

質問1

お野菜にアレルギーはありますか?

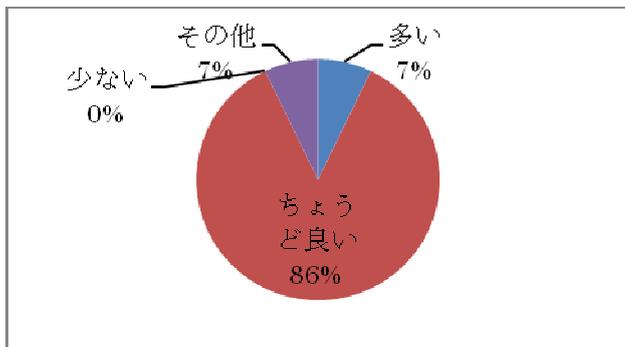


あると答えたそのお野菜名

- ・ たけのこ

質問2

お野菜セットの野菜の種類はいかがですか?



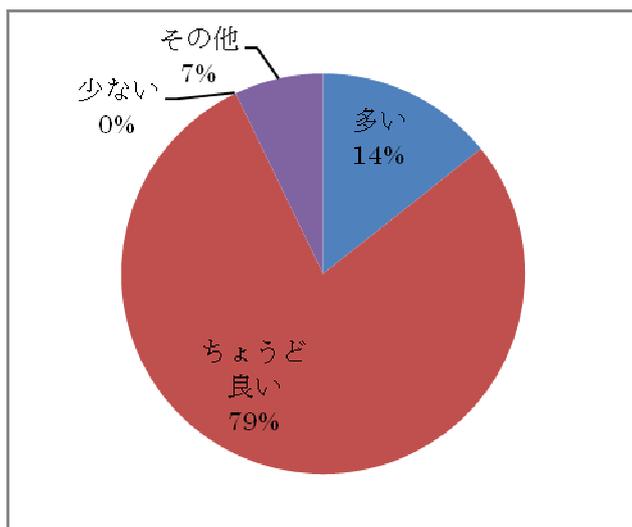
多い理由

- ・ 少し多い時がありますが、時節もあるのだと思います
- ・ 葉物野菜が多いので果物かキノコ類をふやしてください (一人住まいなので)

その他の理由

- ・ 10種類程度と始めに聞いていたので多い少ないとは思いませんが、芋類ばかりの時 (里芋、さつまいも、ジャガイモ)

の時はいくつも感じました



質問3

お野菜セットの1つの野菜の量はいかがですか?

多い理由

- ・ 1人暮らしのため、そんなに量はいらぬ
- ・ 少し多い時がありますが、時節もあるのだと思います

ちょうど良い理由

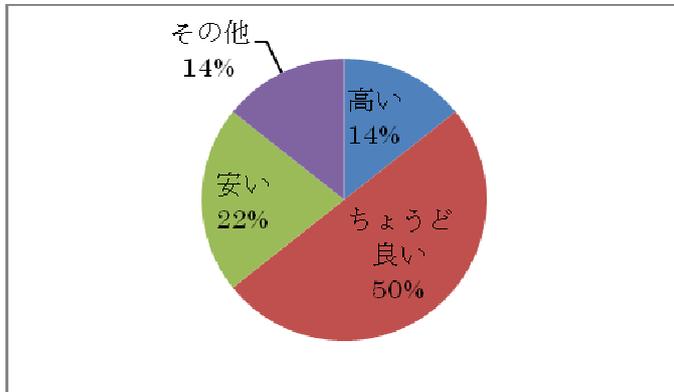
- ・ 家族が二人なのでちょうど良いです。

その他の理由

- ・ばらつきあり。ただし農法の性質上致し方ないと認識しておりますので不満ではありません。

質問 4

価格について、どう思われますか？



高い理由

- ・ 1所帯が1カ月に野菜を買うために使う金額の平均は5千円だそうです。そういう目でみると倍の金額になっているので「高い」と思います。(この方は毎週利用されています)
- ・ 野菜としては高価ですが、無農薬でおいしいので、健康への投資と考えています。

ちょうど良い理由

- ・ 野菜作りのご苦労を読ませていただく度に、ありがたく料理させていただいています。
- ・ 季節により薬物を多く入れて下さる時は料金も高くなってもいいと思っています。

安い理由

- ・ 安心・安全な無農薬、無化学肥料で毎日私達の為、汗を流し、心を込めて作って頂いていることを思えば、本当に“安い”と思います。いつも有難うございます。感謝、感謝です。
- ・ 安くておいしく、安全なものを送って頂きありがとうございます。庶民にとっては非常にありがたい価格です。採算があうかどうか心配ですが…

その他の理由

- ・ 高くても安くても買います。値段で決め手いるわけではないので。

<次回に続きます。お楽しみに>

お客様の言葉

春の陽ざしが気持ちの良いこのごろです。いつもお世話になりありがとうございます。原木しいたけ、れんこん、山芋など重宝しています。先日入っていたはっさく、みずみずしくたいへんおいしかったです。

(Fさん)

お野菜もはっさくもとてもおいしかったです。

(Iさん)

そよごは風を起こす(その形の葉から)里山倶楽部もそうなんだろうなあとお野菜おいしくいただきました

(Kさん)

いつもありがとうございます。もうヤシャブシの花の時期なんですね。最近あまり山の方に行っていないので、山の気配が感じられる季節の花が毎回楽しみです。はっさくはいちどマーマレードにしましたが、そのままも美味しい!皮を干してお風呂に入れたらみかんの皮と同じくらいあたたまりました。次回も楽しみにしています。

(Tさん)

たまちゃんのつぶやき

陽ざしが少しづつ春らしくなってきました。これから種まきなどなんだかワクワクします。そして山菜もでてくる季節です。ふきのとうが2つだけ顔を出していました。今年も皆様にお届けできるだけ顔をだしてくれるとうれしいのですが……。いろいろ先の見えない不安な世の中ではありますが、季節の移りかわりと共に生命はつながっていくことに自然の大きな力を感じます。そういえばレンコンを掘っている時、冬眠中の大きなカエルをつかんでしまい、鈴木さんが「うわぁ！！って」叫んでました。皆さんが笑顔で春を楽しめますように。(花粉もとびますが……)

鈴木が感じた今月印象に残っている言葉

「掘られても勝手に根づくネギになれ」……あおぞら農場研修生 T 君の言葉

「農業をするのでなく、農業と食をするのです」……あるラジオ番組で話された女優 浜みえさんの言葉

「農業はいま、農の業（わざ）というよりも 化学薬品や化学肥料をうまく使う業 になってしまったような気がしています。生産されているのは形が揃って均一な、まるで工業生産のような食べ物です。いつからか技術ばかりが先行し、大自然が有する力や農作物そのものの生命力を活かすことを、忘れてしまったように思えてなりません」……自然農実践者木村秋則さんの新刊 百姓が地球を救う より

届いたよ 野菜の箱にはすの花

(野菜セットアンケート結果報告ー2)

先週の続きです。

質問5

里山の花など季節のものをお届けしています。お気付きの点があればご記入ください。

- ・草花がしおれていて可愛想な気がする時がありました。
- ・家内が毎回楽しみにしています。ありがとうございます。
- ・いつも楽しみにしています。ありがとうございます。
- ・いつも嬉しく里山の様子を想像して居ります。ありがとうございます。
- ・毎月お花が届くのを楽しみにしています。私には珍しい花が多いので名前を書いているのは助かります。
- ・うれしいです。ありがとうございます。
- ・すごくたのしみにしています。解説がありがたいです。これは単なる我がままなのですが、花びんにいけることを考えると、あんまり下の方に枝の又がないほうがありがたいかと……でも切って分ければすむことですから。あまり、お気になさらず…。
- ・いつも台所に生けています。かわいい花はホッとします。季節感が分かって、今が旬の野菜・花なのだなあと教えていただいている、うれしいです。
- ・季節のお花を入れて頂いているので毎回楽しみです。
- ・いつも大亦さんがどこでとってくるんだろうと思っています。時間があれば生け方を習いにいきたいと思わせます。
- ・毎回楽しみにしていますので、今後も続けて頂ければありがたいです。
- ・毎回季節のお花を入れて頂き心が和みます。お花を見ていると心が安らぎほっと出来ます。
- ・おひさまをいっぱいあびた花たちを見ると、いつも「あ〜」と思いながらまじまじと見てしまいます（気持ちにあった言葉が見つからないのだけど）1〜2種類なので名前も覚えやすく、図鑑にのってないコメントが嬉しいです。
- ・楽しみにしています。特に今の季節ろう梅を事務所に飾ると皆が「いい香り」といってくれます。ただ、夏場の「草花」はしおれていることが多いです。
- ・花まで入れて下さってやさしさが伝わります。ありがとうございます。山に暮らしていますのでせっかくだすが気持ち頂きます。
- ・とても嬉しいです。都会にいても里山の息吹を感じられて、つながってるなあと思えます。家の中も華やぐし、山や野で見る時はただ通りすぎるだけだけど、ともにあることで花の成長も見ても楽しめます。
- ・1輪でも、花をいけていると心が和みます。今回は菜花を飾っています。

質問6

野菜セットをお届けして、今までに困ったこと、びっくりしたことなど教えてください。

- ・何の葉っぱかわからず調理に困った。
- ・虫が大量についていて、洗ってもとれなかった。
- ・特別にはありませんでした。
- ・特にありません。形が不揃いな物も大歓迎です。
- ・野菜にとっても大きな幼虫がついていて、今までスーパーでしか野菜を買ったことがない私はびっくりでした。あれからいつもドキドキしながら葉をめくっています。でも新鮮な証拠なので、うれしい発見です。あと、「レンコン」のおいしさに、本当にびっくりしました。ありがとうございます。
- ・広島はきよりの遠いのだと思いますが、夏場は葉物野菜が殆んど枯れていることがありました。大変とは思いますがよろしくお願い致します。
- ・珍しい野菜も多いのでレシピをもう少し増やしてほしいです。
- ・水菜に虫が…でもゆがいて（虫を）浮かべてとりのぞいて食べました。
- ・前回、いつも入っている手書きの野菜セット内容の書いた紙が入ってなくてさびしかったです。（いつもとても楽しみにしていますので。）
- ・炭の質の良さと値段の安さ（小火鉢を使っているのも、くぬぎのくず炭がすごーくありがたいのです。）
- ・生キクラゲ!!（まさか生の国産が食べられると思っていなかったのもうれしかったです。）
- ・ゴボウの太さ!!（我が家ではごぼうは必須アイテムなので毎回でも欲しいです。）
- ・今回の人参ジャム!!（“欲しい人は言って下さい”と前回インフォメーションありましたが、言っていないものかどうかと遠慮しました（笑）が今回入っていてわーいうれしい!!と思いました。）
- ・いつだったか虫食いの野菜があって、食べる所が少なくてびっくりしました。中のプリントにも「驚かないでください」とありましたが。
- ・夏（去年）は暑かったので、レタスはかなりダウンしていましたね。
- ・以前…プチトマトが全部だめになってしまっていました…
- ・エンサイの葉の間に、白黒の縞模様の幼虫がいつも巣作りしていること。少々ニガテなので、ドキドキしながらとりのぞいています。出荷時点でとりのぞくのはムリだと思いますので、特に苦情というわけではないのですが、他にも同じように思っているひとがいるかも。いっそ、何の幼虫か調べて可愛がってもらえますか！
- ・困ったことは有りません。
- ・青虫がいた時、孫が喜んで、植木鉢で飼育しました（笑）どうなったかは知らないのだけど。
- ・まくわ瓜がわれて、外箱がふにゃふにゃになっていたことがありました。他の野菜に変な臭いがついて厳しかった。あと「虫」でしょうか。
- ・たくさん入っていてびっくりしたことはあります。たまに花が押しつぶされかけていて慌てることはあります。金曜夜に時間指定して届けていただいておりますが、残業で受け取れない時が多くて申し訳ない気持ちになります。でも4月からは受け取れると思います。

☆ たくさんのご意見ありがとうございました。たくさんありすぎて、紙面の都合で全て掲載できません。まだまだ続きます。残りは次回に。お楽しみに！

たまちゃんのつばやき

桜の花もおわり、あたたかい日が続くようになってきました。畑では玉ねぎやニラがう〜と！！のびをするように気持ちよさそうに育っています。ちょうちょも飛びだし、青虫がでてくるようになるのも近そうです。先日、のんびりうごいている「しまへび」もみつけました。みんな春を楽しんでいますね。

お客様の声

菜花、ふきのとう、とても美味しかったです。いつもありがとうございます。

(Iさん)

洗い金ごますごくうれしいです。

(Nさん)

レンコンでサラダにしました。白い色がきれいだなと。シャキシャキおいしかったです。

(Kさん)

春の野菜をたくさんありがとうございます。ヤマ桜もとても嬉しいです。アンケートのお返事わざわざありがとうございます。こちらこそこれからも楽しみに季節の野菜を待っています。早速食べたほうれん草とレタス、しゃきしゃきでした。もりもりいただいたら、何となく気持ちもパリッとしました。

(Tさん)

届いたよ 野菜の箱にはすの花

アンケート報告の最終回です。

(野菜セットアンケート結果報告ー3)

質問6

①こんな野菜を作ってほしいというものがありましたら教えて下さい。

②また多く食べたい野菜や、

③逆に苦手な野菜などを教えて下さい。

- ・①太いアスパラガス、アボカド。③苦手な野菜はトマト、カリフラワー、しいたけ
- ・今年のごぼうはととても美味でした。れんこん、とても嬉しいです。
- ・②野菜は何でもいただきます(市場に売っていない野菜にも挑戦されてはいかがでしょう?)
- ・②冬場限定の「ちぢみほうれん草」が好きです。
- ・②私は貧血があるので、毎日小松菜やほうれん草を取るようにしています。葉菜類を多く送って頂けると嬉しいです。

③苦手な野菜は「ずいき」です。どうしても食べるとかゆくなってしまいます。残念です。

①最近ハーブを作っているのをよく聞きますが、そちらでは無理でしょうか?お願いします。

②パプリカや色々なキノコが食べたいです。

③苦手→ラディッシュ、サニーレタス。

①ロケット(ルッコラ)大好物です。ズッキーニ(生で食べるとすごくおいしいです。)

ハーブ類[自分で作るのがむずかしい。タラゴン、ヤージなど。たくさん出来たら乾燥させて「エルブドプロバンス(ハーブティーのもと)としてぜひ商品にして下さい。]

にんにく・しょうが ハヤトウリ(ぬか漬けにすると絶品)

水なす(自分で作れません。お願いします。) レモングラス、フェンネルコリマンダー、よもぎ

赤黄パプリカ(韓国産じゃなくオランダ産じゃなく) ゴマ

- ・②春キャベツ、トマト、ナス、キュウリは沢山食べたいです。
- ・②すいか、かぼちゃ、たけのこ、山菜
- ・私はおまかせがうれしいです。初めて食べた食材(名前が出てこなくて)レシピ通りにしたら、とてもおいしくて、スーパーで思わず買いました。
- ・保存がきくものが嬉しいです。
- ・ハウレンソウ、水菜、レンコンが最高においしいです。いくらでも食べれます。トマトはジュースにしたいので、割れていてもたくさんあるとうれしいです。
- ・②普段、余り食べたことがない珍しい野菜が食べてみたいです。 苦手な野菜は有りません。多く食べたい野菜は根菜類です。
- ・②じゃがいも、玉ねぎ、里いもなど保存のきくお野菜。
- ③春菊、モロヘイヤ(すみません!)
- ・②にんじん、大根、かぼちゃ ヒ孫の好物です。
- ・②スナックエンドウ、きゅうり、白菜
- ③芋類。糖尿病なので、たくさん食べてはいけないので、隔週にじゃがいもと里芋とサツマイモが入っていたりすると困ります。

- ・①秋には、まこもだけをお願いします。
- ・①日本に昔からあるもので、今はあまり食べられないものとか。まこもだけ嬉しかったです。ずいきとか。
- ・①バジル、ルッコラ、みつば、せりなどの香味ヤサイ。
- ③モロヘイヤ

質問7

これからの野菜セットに期待することなど、おきかせ下さい。どんなことでも結構ですので、宜しく願います。

- ・子供がいるので、スーパーで買わない色々な種類の旬の野菜が届くことを期待しています。
- ・野菜、花の名前を書いて頂いて助かっています。今まで通りで問題はないと思います。
時期によって収穫量が少ない時、多い時もあると思いますが、無理をせず、少ない時は少なく、多い時は多く、頂けたらと思います。文面で一言入れて下さればみなさん納得されると思います。
自然に育てていれば、当然のことだと思います。
- ・平日は仕事のため、留守にしていることが多く到達日に受け取れないこともあります。野菜なので、その日に受け取り中身をみたいのですが、土曜日か日曜日に送っていただくことは可能でしょうか。ご検討よろしく願います。
- ・野菜セット以外に商品があれば案内して欲しいですね。
- ・いまのままで充分だと思います。ずっと続けていただけますように。
すごく野菜を里山を愛しておられることが、おたよりや野菜たちから伝わって来ます。私はまだ野菜セットをとどけていただくようになって(3回目? 4回目!)間がありませんが、毎回箱を空けるのが楽しみでなりません。私の住んでいるつくば市は茨城県の中でも福島原発の影響を受けている地域なので、里山倶楽部の野菜は唯一安心して皮までまるごと食べられる野菜です。毎回すべての野菜をすてるところなくいただいています。これからもどうぞいまのまま誠実な活動をお続け下さい。応援しています。こんごともよろしくおねがいします。
- ・娘から送ってくれるようになり、自然農場の野菜セットはとても優しい味で、柔らかくおいしいですね。娘からもすごい解説をしてくれます。「いかに自然農場のやり方の野菜は体にいいの」とか「大地にもいいの」とか、云々…
一度お礼のお手紙を書かなくてはと思いながらなかなかでした。このアンケートのおかげで、お礼がいえてありがとうございます。どうか、これからも体に気を付けてがんばって下さい。
- ・いたみにくい果物とか入っていると嬉しいです。0才児がいるので、離乳食にこちらのお野菜を利用しようと思っています。子どもにも安全で安心して食べさせられます。
- ・めずらしい野菜の食べ方や保存のしかたなどいれておいてもらえるのが助かります。おかげさまでレポーターがひろがりました。松本さんのひとことメッセージにもほっこりしています。
- ・松本さんの書いて下さる、レシピや農場の近況報告、楽しみにしていますので、これからも続けて下さい。
- ・今までどおり、毎回何が入っているのか、ワクワクしながら届くのを楽しんでいます。

～余談～

この度、孫の優花が作った俳句が見事入選しました。

“届いたよ 野菜の箱に はすの花”

夏に届けて頂いた野菜の箱にかわいいはすの花が入っていたのでそれを句にしました。

いかがですか～？

- ・えー、あまりなくてごめんなさい。普段買わない、使わない野菜（苦手というわけでもない）でも、入っていれば食べるのでいいなと思っています。

- ・来年の冬は白菜をお願いします。
- ・ビニール袋できれいに包んでいただかなくても、新聞でくるくると包んでもらうだけで大丈夫と思います。乾きやすい野菜とか色々事情があるとは思いますが。果物も増えたら嬉しいです！ビワとかイチジクとか！これからも楽しみにしているので、よろしくお願いします。
- ・月1回しか送って頂いてないので旬のヤサイ（たけのこ、エンドウ、玉ねぎ、じゃがいも）を時にまとめ買いをしたいと思っていますので、知らせて頂ければと思っています。

アンケートを読ませてもらった感想

皆様の里山や野菜に対する熱い思いに感激しました。私は他の人に対してがんばって下さいというのは嫌いなので言いませんが、自分に対して言うのは構わないと思いますのであえて言います。『自然農場でがんばります。』先のことはわかりませんが、肩の力を抜いて、自分なりにがんばってみたいと思います。

自然農場では、私達（生産者）とお客様(消費者)がお互いの顔が見える関係を目指しています。その意味では大変参考になりました。今後もこのような企画を考えて行きたいと思っています。今後ともご協力をよろしくお願いします。どうもありがとうございました。

ゆたか

たくさんの思いを伝えてくださりありがとうございました。想像していたとおりのいろいろなご意見が盛りたくさん。ご希望の全部を実行するのは難しいですが、皆様の熱意がビンビン伝わってきました。少しでも要望にかなうよう努力させていただきます。また、私にとっても、作ったことのない野菜に挑戦する喜びがガンガンわいてきます。さまざまな意見はありましたが、共通して自然農場に対する暖かいお言葉、応援のお言葉に満ち満ちていたように思います。これからの野菜セットに期待あれ！！

鈴木

たまちゃんのつぶやき

私が自然農場に通うようになって、1年になります。いろいろな学びがありました。その中で最近思うのは、野菜がおいしい時期を教えてくれるということ・・・みずみずしくて、力にあふれるその時に皆様にお届けできるようにしたいです。そしてそんな野菜達の色は、決して緑ではないのです。鈴木さんいわく「初春の山の木々の緑の色」。そういえばあまり濃い色ではありません。人間の都合ではなく、ゆっくりのんびり育った元気な野菜は、色も香りも私達を安心させてくれる物なのかもしれません。農場では、サツマイモや里芋など秋の準備も少しづつ進んでいます。

お客様の声

わけぎでぬた、ニラで豆腐炒めおいしいで～す。ありがとうございます。

(Kさん)

マーマレード、金ゴマ等、「お宝」ありがとうございました。

(Nさん)

いつもありがとうございます。春の味覚たっぷり美味しくかったです。セリ&クレソン&レタス&新タマネギでサラダにしたらいくらでも食べられました。アザミも初めてどうやって開花するのかが分かり目からウロコです。

(Tさん)

今回も美味しいお野菜をありがとうございました。大好きな竹の子がたくさん食べられてとてもうれしかったです。ぬかを一緒にいれて下さる心使いも本当にありがたかったです。

(Iさん)

里山倶楽部自然農場日記 7月号 NO42

里山の田植えも終わり山は緑一色。台風も来て、季節は一気に夏の様です。

久々に農場の近況を報告します。

夏野菜、秋野菜の播種、定植がなんとか完了に近づいてきました。3月のじゃがいもの定植から始まり今日まで長い道のりでした。後残すのはゴマの定植です。

これまでの作付けを報告させていただきます。

じゃがいも、きゅうり、ごぼう、いんげん、ズッキーニ、レタス、サニーレタス、チンゲンサイ、ブロッコリー、ほうれんそう、小松菜、しろな、ねぎ、長ねぎ、カブ、きくいも、長いも、いちょういも、里芋、ずいき、レンコン、バジル、ルッコラ、トマト、ミニトマト、オカヒジキ、ピーマン、万願寺とうがらし、甘長とうがらし、パプリカ、なす、まくわうり、すいか（大玉と小玉）、姫とうがん、青ジソ、ゴーヤ、オクラ、さつまいも、しょうが、かぼちゃ、長ネギ、はやとうり、とうもろこし、枝豆、黒豆の枝豆、大豆、小豆、モロヘイヤ、エンサイ、落花生、ゴマ、まこもだけ、クワイ、

数えたら 53 種類になりました。その中ですでに 4 種類の野菜が失敗、もしくは予定収量が大幅に減りそうです。その 4 種類の野菜はレンコン、里芋、ずいき、じゃがいもです。

<レンコン>・・・定植後、「かも」に食害されてしまい、半分くらいが消えてしまいました。「かも」はレンコンの芽が特に好きらしく（種レンコンそのものも食べられましたが）、追い払っても、追い払っても執拗に食べられてしまいました。当農場の冬の中心野菜なのですが、困ったことです。でも野菜セットのお客様にはなんとか提供できればいいなと思っています。

<里芋、ずいき>・・・いのししの子供、「うり坊」にやられました。まだいのししが出てくる季節としては早いだろうという勝手読みが大間違いでした。里芋は一部消えただけで事なきを得ましたが、ずいきは全滅のようです。きれいに跡形も無く食べられてしまいました。アンケートでもずいきを楽しみにしておられる方が結構いらっしゃったんですが、申し訳ありません。

里山での野菜作りの難しさを今さらながらつくづく感じています。あれだけ苦労して植えたのに・・・と思うと悔しく悔しくて……。涙も言葉も出ません。発見したときには茫然自失。都会の方には可愛らしい「かも」や「うり坊」なんでしょうが・・・

<じゃがいも>・・・以前にも書きましたが自然農場の主力農場は、ナス科の作物が

青枯病という病気にかかりやすくうまくいきません。ナス科の作物は、ナス、トマト、ピーマン、ししとう、じゃがいも等です。夏の主力野菜ですね。そこで、今年は別の畑を借りてそこにじゃがいもを作付けしたんです。ところがその畑地は肥料分がまったく無いやせ地で、じゃがいもが大きくなるらないんです。まだ全部収穫してないので断定はできませんが、小さいじゃがいもでも我慢してくださいね。

以上失敗例を報告しましたが、それ以外の野菜はまずまずうまくいっているようです。どれもこれも 100%というわけにはいきませんよね。

農場の近況報告でした。

たまちゃんのつぶやき

ミニトマトが少しずつ赤くなってきました。スイカも卵くらいの大きさになっています。今年は小玉スイカも植えましたのでお楽しみに。去年はアライグマにたくさんのスイカを食べられてしまいましたので、今年は早めに電柵をつける予定にしています。京都ではヌートリアという大きなねずみが作物を食べているとニュースで見ました。生きるために一生懸命なのですがお百姓には頭の痛いところですよ……。自然農場でも、植えたばかりの里芋が、うり坊に食べられました。里山でうまく共存するためにはどうすればいいのか……。考えてしまいます。

お客様の声

さんしょの実、にんにくの芽うれしかったです。みなさんお体ご自愛ください。

(Kさん)

きゅうり本当に甘くておいしかったです。玉ねぎはまだよばれていませんがおいしいの間違いなしと楽しみにしています。

(Nさん)

今回も美味しいお野菜をありがとうございました。カブの葉っぱまで全部、大切にいただきました。またどうぞよろしくお願ひ致します。

(Iさん)

いつもありがとうございます。今回の野菜を見て「夏だなあ」と感じました。ミニトマトが甘くてとっても美味しい！タケノコも早速ゆでて味噌汁に入れたら美味しかったです。ズッキーニも大好きなので今回も入れていただいて嬉しいです。レシピの料理やってみます！

(Eさん)

またまた人様から助けてもらったおはなし。

以前当日記で植えたばかりのずいきの芋がいのししに食べられて全滅してしまったこと、そして秋のずいきを心待ちにしていた方がたに今年はずいきは食べられそうも無いことを報告しました。ところがお助けマンが現れたのです。里山倶楽部の会員で「ちょこ-る」を読んだUさんが「ずいき少しだけど植え残ったのがあるで〜。ちょっと遅いけど植えてみるか〜？」僕の心臓は天に引っ張り上げられたように躍り上がっていました。瞬間、ずいきを楽しみにしているお客様のお顔（お会いしたこともないのに）が浮かんでくるんです。もちろん早速押し頂いて植えました。今では元気に発芽して電気柵に守られながら立派なおいもさんに育っています。

今回Uさんにお世話になったのはこれだけではありません。今年、生まれて初めて「はやとうり」に挑戦しました。種やさんで買った種うりが悪かったのか、植え方が悪かったのか待てど暮らせど芽が出てきません。このことをUさんに話したら、種うりがまだあるから使ってくれとわざわざ持ってきてくれ、おまけに植え方まで教えてくれたのです。感謝感激！！今年の秋が楽しみです。

Uさんありがとう。

次のおかげ話。

今年は長ネギ（白ネギ）の育苗に失敗してしまいました。もともとネギの育苗は得意ではありません。今冬は長ネギが無い、お客様に申しわけないな〜とあきらめていました。ところがひょんなことから以前私が三重県伊賀上野で農業をやっていたときの仲間 Tさんにそのことが伝わったのです。しばらくして彼から電話がかかってくる。「長ネギと下仁田ねぎのいいとこ取りした {なべちゃん} というネギ苗が余っているけどやってみーへんか」と。もちろんその場で「ありがとう」。そく伊賀上野まで。一泊してお酒までご馳走になってしまい400本もの大切なネギ苗をしょって帰ってきたのでした。今年の冬が楽しみです。

Tさんありがとう。（あの夜の貴重なお説教もありがとう）

持つべきは友。すきっ腹に酒がしみこむように、つくづく友人の心の温かさが臍物にしみわたった一ヶ月でした。おかげさまで、心が浮いた浮いたの日々を過ごさせていただいています。

「人間万事塞翁が馬」まさに今日の不幸は明日の幸福ですね。

たまちゃんのつぶやき

農業というとなんとなく晴耕雨読のイメージがあった私ですが・・・ひと雨ごとに草は伸びるわ、やさいは大きくなって収穫を待ってくれないわ。雨が降ると乾くまではトラクターでおこせないので、雨の合間をぬってうねをたてて苗を定植して、雨の日には草刈りをして・・・あっちへこっちへあたふたしている毎日です。そんな合間に見上げる青空、赤くなったミニトマトの色・・・ホッと小さな幸せのひとつときです。

お客様の声

いつもありがとうございます。今回もミニトマトがとっても甘くて果物にも勝るデザートになりました。普段トマトをほとんど食べてくれない家族も、パクパク食べていて、さすが「自然農場トマト!!」と嬉しくなりました。オニユリも、飾ると家の中がとても華やかになり、まるで里山をおすそ分けしてもらった気分です。これからの作業、暑くて大変だと思います。無理をされずお体大切にしてください!!

(Eさん)

オニユリ、きれいに咲いています。6月14日のホテルブクロ、最後の一輪と一緒に咲いています。大切に送って下さり、ありがとうございます。

(Nさん)

雨は嬉し、悲しですね。植物を育てくれるけど、腐らせもする。我が家のベランダの植物たちは、今年は葉っぱの病気が勢い(?)よく発生しました。殺虫剤の誘惑をぐっところえてます。みなさんの苦労を実感してます。

(Mさん)

旬のお野菜とても美味しかったです。初めてきゅうりのぬか漬けを作りました。ご飯がすすみます。これからもよろしくお願いします。

(Hさん)

里山倶楽部自然農場日記9月号 NO44

「ありがとうございました。ゴーヤはカビが生えて、ニラとネギはドロっとして食べられませんでした。とてもがっかりしました。また、里山倶楽部の紹介パンフ？が入ってなくて残念です。空心采も半分は葉が黄色くなっていました・・・」

先日大阪平野のお客様から上記のようなクレームがきました。ネットを通じて初めて注文をいただいたお客様です。

毎年夏になると必ずこのようなクレームが1～2件入ってきます。皆様のお野菜は大丈夫ですか？

では自然農場の出荷方法はどうなっているのでしょうか。ニラ、ネギ、空心采等葉物野菜は出荷当日の午前中に収穫します。そして荷造り梱包をして夕方に大和運輸の富田林支店に持っていきます。

そのように収穫した野菜がなんぼ真夏で暑いとはいえ、翌日に腐ってしまうなんて考えられません。

このお客様は翌日の夕方配達でした。大和運輸に問い合わせたところ、ドライバーによっては、朝車に積んで夕方まで積みっぱなしにしている場合もあるとか。この高温の中1日中車庫の中ではたまったものではありません。

大切なお野菜を無事にお届けするためにもできれば6月から9月はクールで送りたいです。ご希望の方、お申し込み下さい。もちろん今のままで問題なければいいです。

クール代金は210円です。

よろしくご検討下さいませ。

たまちゃんのつぶやき <8月2日>

8月になりました。毎日暑くて畑の野菜達も昼間は葉もしんなりしています。そんな中、1回目に植えたきゅうりは形こそ小さな物が多くなりましたが、まだ実をつけてくれています。野菜セットに初めて入れたのが5月31日でした。その間、酷暑にも水不足にも負けず、2ヶ月以上毎日毎日実をつけ続けています。例年であればもう枯れてしまう時期なのですが・・・EM栽培では、こういうことを「限界突破」というそうです。2回目のきゅうりは実をつけるまでにもう少しなので今回お届け分は、このきゅうりです。形が曲がっていたり、「うりばえ」という虫の被害はありますが、がんばっているきゅうり、食べてやっってください。

お客様の声

いつもおいしいお野菜ありがとうございます。かぼちゃとても甘くて美味しかったです。煮物を離乳食にしたら喜んで食べてくれました。きょうは残りでかぼちゃ羊かんを作ってみました。糍ジャムを少し入れるだけで美味しくできましたよ！これからもよろしく願いします。

(Hさん)

いつもありがとうございます。たくさん入っていてとても嬉しかったです。スイカ残念でしたね。皆さんの悲しさが伝わってきました。来年はうまくいくことを願っています！！暑い中ありがとうございます！

(Eさん)

たっぷりのお野菜ありがとうございます。おいしいです～。きゅうりもなすもミニトマトも余分にあるのでしたら（規格外）ぜひ、いただきたいです！よろしく願いします。

(Nさん)

まくわうり、初めて食べました。プリンスメロンのように甘くておいしかったです。これからもよろしく願いします。

(Hさん)

まっかとてもおいしかったです。ごちそうさまでした。

(Nさん)

夏の太陽の恵みいっぱいいただいています。おからだご自愛ください。人とのつながり大切にしたいと改めて思われました。

(Kさん)

今回も美味しいお野菜をありがとうございます。クール便にいただいたおかげで新鮮に届きました。ミニトマトがものすごくおいしかったです。よろしく願いします。

(Iさん)

いつもおいしいお野菜ありがとうございます。今週届いた葉生姜で葉生姜寿司を作ってみました。刻んだ葉生姜、出汁パック、醤油、みりんを入れ圧力鍋でお米を炊いて寿司酢を混ぜて完成です。さっぱりとした葉生姜のお陰で食がすすみます。

(Hさん)

里山倶楽部自然農場日記10月号 NO45

先日上河内の畑をトラクターに乗って耕運していたら、数え切れないほどの赤とんぼの群れ。中には私の顔にぶつかってくる者も。本当に人間も自然の中の一部にすぎないんですね～ 実感。

農場は冬野菜の作付けの真最中。冬野菜は種のまき時が遅くなると、もう挽回できません。気温が日一日と下がっていくので大きくなりません。

そして今年はいつにも増して大きなプレッシャーを感じています。というのは今冬は何としても大根と白菜をお客様にお届けしなければならないから・・・

三重県から河南町に移って4回目の冬になるんですが、最初の年は成功。ところが2年目、去年と2年連続失敗してしまいました。原因は「虫」さん達。通称ダイコンサルハムシ（正式名・・・カブラハバチ）。長さ1～2ミリくらいの黒い点のような虫で、さわろうとするとパラパラ下に落ちて捕獲がとてつもない。しかも数え切れないほどの軍団で攻めて来て、白菜や大根の葉っぱ等アブラナ科の作物を丸坊主にしてしまうんです。無農薬農業ではこの虫さんたちを追い払う決め手になる方法はありません。

ただ唯一の方法は彼らが喜ぶ環境を作らないことです。以前（NO11）にも書きましたが、土をチッソ過多にしないこと。特に醗酵不足の動物性肥料には気をつけねば、いや絶対に畑に入れないことです。それを2年前に分かっててやってしまったんです。ある量販店でめっちゃ安い鶏糞が目にはいったのです。それが運のつき。早速それを散布したのですが、いやなおいがふんぷん。ということは未醗酵ということ。気がついたのだからその時に止めればいいものを、「ま～ この数年虫対策はうまくいってるんだからこれくらいまいても大丈夫やろ。」この慢心が地獄への1丁目でした。早速その冬の大根、白菜、小松菜、シロナ、水菜は見事に全滅。その後遺症は去年も。一時の軽率な思いが大きな災いとなる典型的な例です。

今年をあたらしく借りた畑で再挑戦です。もし今年も失敗したら・・・いや今年は何とか成功します。あと一ヶ月もしたら結論がでます。

たまちゃんのつぶやき

いろんなニュースが流れ、なんとなく心が落ちつかない世の中ですが、河南町は、稲穂も色づき、彼岸花も咲き実りの秋が近づいて、ホッとする風景が広がっています。この風景がいつまでも続きますように・・・。そんな中、私の苦手な農作業が人参の間引きです。人参は発芽しにくいいため種をたくさんまくので、人参が大きくなると5cmくらいの間になるように間引きますが、どれを間引くか、本当に悩みます。去年は間引いた苗がかわいそうで、植え直してみましたが、やっぱりちゃんと大きくなりませんでした。今年も「えい

っ！！」と心に決めて間引きする毎日です。間引かれた苗の分もおいしい人参になあれ。

お客様の声

鈴木さま にんにく、パプリカ、すばらしい出来物ありがとうございます。キュウリはからし漬けにしました。(きゅうり 1kg、砂糖 230g、塩 70g、酒 180cc。からし 20~40g。きゅうりは種をとって1~2cmの輪切り。ちょうみ液につけるだけ)

(Nさん)

お野菜ありがとうございます。2才の息子が南瓜大好きなのでとても嬉しいです！！

(Nさん)

いつも届くのを楽しみに待っています。ありがとうございます。今年も夏野菜本当に堪能させていただきました。これで最後かな・・・とっていて、次の便にも入れていただいていると得をしたような？ヤッターと嬉しくなります。ナスは元々好きなのですが、自然農場ナスのおかげでもっと好きになりました。しそも冷凍保存法を教えていただいたので早速実践しています！助かりました。

(Eさん)

きゅうりのニオイがプーンとかおりなつかしい感じがしました。

(Kさん)

鈴木さま、みなさま

いつもありがとうございます、茨城県つくば市のNです。

今週もお宝をありがとうございました。

早速、ゴーヤは薄くスライスしてキンキンに冷やしてかつぶしと醤油でいただきました♪

クレソンもすぐにサラダで。美味しかったです。

花が、私のせいでドライフラワーになってました。いつも午前中に野菜を受けとって、花類は水切りして活けてから仕事に出るのですが、たまたま子供の学校行事で午前中から出かけ、野菜を受け取れないまま午後仕事で7時に帰宅し、玄関にあった箱を急いであけたのですが、、残念、既に手のほどこしようもなくドライ状態で...申し訳ありません。前回のやぶこうじはつい最近まで紫色の実を楽しませていただきました。

暑さがつついていますが、何とぞご自愛下さい。

(Nさん)

里山倶楽部自然農場日記11月号 NO46

今日、なにわ伝統野菜「田辺大根」の間引きをしました。気づいたのですが、畑に生えている草はすでに冬の草。人間界は政治も経済も社会も殺伐としているのに対し、自然界はたとえ異常気象といっても、冬になれば規則正しく冬の草が生えてくるんです。(あの我が物顔にふるまっていた夏草は一体どこに行ってしまったんでしょう。)

河南町の稲刈りが大体終わりました。里山倶楽部の稲刈りも終わりました。河南町の農家は稲刈りが終わったらすぐその田んぼを畑に変身!「水菜」を栽培します。まさに典型的な大都市近郊の農業です。その河南町農業の特徴は有機農業をする農家は少ない。機械的に作物を栽培し、いっきに出荷してしまう。まさに農業の工業化そのものが特徴です。当然化成肥料たっぷりの野菜作りですので、その野菜の生長の早いこと。さっき定植したと思った水菜がぐんぐん成長して、あっという間に出荷。それに比べて我が自然農場の野菜の生長のなんとゆっくりしていることよ。収穫にこじつけるまで世間の野菜の3倍くらいの時間がかかります。しっかり根を張って、それからおもむろに成長が始まります。細胞の分裂がゆっくりなのです。だから美味しいんです。「秋なす嫁に食わせるな」とよく言われますがなぜ秋なすが美味しいか分かりますか?それは温度が低くなったために細胞の分裂が遅くなるからなのです。ゆっくりゆっくり成長するから美味しいのです。それに対し工業化農業は健康にいいとか、美味しいとかはどうでもいいのです。化成肥料や農薬を使って早く成長させて、形だけの作物をつくる。そんな農業は絶対にしたくありません。お花の話ですが、ある人がこんなことを言ってました。「化学肥料を使ったお花はいやいや咲かされているように見えるけど、EM自然農法で作ったお花は自ら咲きたい咲きたいと主張しているようだ。」と。育てる方法によってこんなにも違ってくるのです。金儲け優先主義か、本物志向か。

たまちゃんのつぶやき

大和真菜 お届けします。

奈良県の伝統野菜の「やまとまな」を育ててみました。あまりクセがないので、お漬物や煮物、いため物、汁の実などにご利用下さい。冬場にはなにわ伝統野菜の「天王寺かぶら」や「田辺大根」、春には「うすいえんどう」をお届けする予定です。

お客様の声

秋野菜に変わってきているんですね。どんな料理で食そうか、試行錯誤するのが楽しいです。(Nさん)

はじめて「まこもだけ」食べました!!メンマみたいに味付けしていただきました。有り難い

経験をいただけて感謝です。彼岸花もだいじょうぶでした！ (Nさん)

マコモダケで炊き込みごはんを作りました。竹の子みたいでおいしかったです。

(Hさん)

いつもありがとうございます。一年ぶりのマコモダケおいしかったです。レシピ通りに炒めたらとてご飯に合いました。間引き菜もたっぷりいただいて鍋にさせていただきました。冬に向けてどんどん寒くなりますがお体に気をつけて野菜のお世話が頑張って下さい！！ (Eさん)

里山倶楽部自然農場日記 12月号 NO47

2ヶ月前の本欄で今年は大根と白菜がうまくいくかどうかという宿題がありました。答えは大根は立派に育って出荷中、白菜は順調に育っています。やれやれです。今年冬野菜の王様を食べていただけそうです。

寒くなってきました。今年もレンコン掘の季節がやってきました。自然農場のレンコン田は二つあります。一つは毎年掘っている広いレンコン田。もう一つはあまり出来が良くないので放置してきたレンコン田。7月号NO42で定植した種レンコンがカモに食べられてしまったお話をしました。そのレンコン田は毎年たくさん収穫できるレンコン田なのですが、カモに食べられて今年レンコンがたくさん出荷できないとあきらめていました。でも待てよ、今まで掘ってなかったもう一つのレンコン田を掘ってみようと思いついたんです。掘りました。なんとあるはあるは・・・2年間放置してきた分ぎっしり増えていたのです。世の中なにが幸いするか分かりません。いつもの畑がカモに食べられなかったら、このレンコン田は今年も掘らなかつたでしょう。こういうことを「人間万事塞翁が馬」というのでしょね。

最近私事にもこのようなことがあったせいか、この故事が頭から離れません。今回は皆様ご存知でしょうが「人間万事塞翁が馬（じんかんばんじさいおうがうま）」という故事を紹介したいと思います。ご存知の方はパスしてくださいね。

中国の北方の胡という国との国境の城塞に、ある老人が住んでいました。あるとき老人が可愛がっていた老人の馬が胡の国に逃げ去ってしまいました。近所の人たちが気の毒がって老人を慰めにいきました。ところがその老人は残念がっている様子もなく平然と言いました。

「このことが幸福にならないともかぎらないよ」

そしてしばらく経って、なんと逃げたはずの老人の馬が胡の国の良馬をたくさん連れて帰ってきたではありませんか。近所の人たちがお祝いを言いに行くと老人は言いました。

「このことが災いにならないとも限らないよ」

しばらく経ったある日、老人の息子がその馬から落ちて足の骨を折ってしまいました。近所の人たちが慰めに行くと、老人は平然と言いました。

「このことが幸福にならないとは限らないよ」

しばらく経って胡の異民族が城塞を襲撃してきました。城塞の若者はすべて戦いに行きましたが、その多くは死んでしまいました。ところが老人の息子は足を負傷していたので、戦いに行かずにすんで無事だったとき……。

人間の浅知恵では、なにが幸せでなにが不幸なのか分かりませんね。死んで初めて評価されるのですが、そのとき本人は現世にはいません。

幸も不幸も外界において、毎日自分のできることを精一杯やって生きていきましょう。

たまちゃんのつぶやき

不安定なお天気で、里山では「ひょう」がふりました。気温もぐっと下がりました。自然農場の野菜たちはもともと定植する時にEMぼかしが土に入っていますが、基本的にそれ以外はなにもしないので、成長がゆっくりです。気温が下がると、もっとゆっくりになってしまいますが、その分栄養がたっぷりつまっています。葉物などは発送する日の午前中に収穫していますので、鍋や煮物などでたくさん召し上がってください。(11月15日)

お客様の声

何時もお世話になります。今日は色々な沢山の野菜有り難う御座います。蓮根楽しみにしておりました、山芋大好物です、ジャンボ椎茸早速夕食でいただきました、美味しかったです。(Aさん)

かわいいかぼちゃをありがとうございました。ジャック・オ・ランタンをつくってみます。(Hさん)

お米ありがとうございました。おいしそうな里芋、あさつき、ほうれん草ありがたくいただきます。そちらはまだタデの花が咲いているのですね、こちらは「もうストーブをたき始めています。お米、たのしみにいただきます。(岩手Tさん 10月29日)

いつもごちそうさまです！生落花生初めてたべました。おいしいのにびっくりでした。娘がパクパク食べていて、一粒のカロリーが高いのを知って後悔していました。(笑)
(Nさん)

いつもありがとうございます。自分でレシピを検索するのも楽しいですが、お手紙のレシ

ピ通りに作ってみるのにハマっています。一番野菜の味や性格を生かした料理になっているのは、やっぱり作っておられるからだなぁと思っています。今回初めて生落花生を食べました！ゆでてむいたら大きい！！普段食べているのは乾いているからなんだと知った次第です。美味しかったです！

(Eさん)