

里山倶楽部自然農場日記1月号 NO72

あけましておめでとうございます。

今年もよろしくお祈りします。

今年の冬野菜いつになくうまくいきました。理由は種をまいて芽が出た初期に害虫による食害が少なかったためです。

ところがただ一つ失敗作があります。またまた白菜です。

種をまいて苗を作り定植まではいつになく順調だったのです。定植後一ヶ月が過ぎそろそろ結球が始まる頃になって、葉がどんどん黄色くなっていくではありませんか。よく見ると「アブラムシ」がびっしりついているのです。もちろん農薬はまきません。そのまま放置していたらその白菜はアブラムシに養分を吸い取られて黄色く朽ちていくのです。さらに悪いことに当該白菜だけで事がすめばいいのですが、どんどんほかの白菜にも広がって枯れていくのです。

自然農法ではアブラムシ対策として牛乳を散布する方法が有名です。でも必ず効果が保障されるわけではなく、また700本もの白菜に牛乳を散布することもできません。また時間的余裕もありません。というわけで指をくわえてじっとみているしかありませんでした。

そういえば以前これとまったく同じことがありました。三重県の農場でスイカの苗を定植したのですがアブラムシにとりつかれ、今回と同じように順番に黄色くなって消えていきました。結局100本すべてが消えてなくなりました。それをじっと指をくわえて見ていなければならない辛い気持ち・・・いまでも忘れることができません。今回もまた同じことが再現されてしまいました。

人は言います。「自分の子供が病気になったら医者に連れて行って薬を飲ませるやろ？。それと同じことなのになんで農薬をまかへんのや。理解でけへんは！」

もう一つの辛い言葉。「鈴木さんならめちゃんな農薬散布はしないだろうから、やむを得ない場合は農薬も使ってでも白菜を提供してください。白菜が虫にやられて白菜がないでは困るのです。冬は白菜がどうしても必要なので、結局スーパーで買ってしまうことになる。」

どんなことがあっても言われても、有機農業を貫くには固い固い信念が必要です。いろんな誘惑があります。その誘惑に打ち勝つ強い志を持つ人。それを世間では「変人」といいます。

お客様の声

いつもありがとうございます。冬野菜うれしいです。特大のしいたけ、お鍋でいただきました。焼きしいたけもです。レンコンも家族全員大好きです。

(Sさま)

冬野菜がおいしいのでうれしいです。ポトフやおでんにしています。

(H さま)

いつもありがとうございます。レンコン煮たらホクホクでとてもおいしかったです。イノシシめ・・・とくやしく思いました。子供の離乳食に、里山の野菜大活躍！大根、かぶ、にんじんをあげました。おいしくて安全安心な野菜、大変助かっています。

(E さま)

いつもありがとうございます。ニラをマヨネーズで炒めて食べました。おいしかったです。

(K さま)

今年も素敵なクリスマスプレゼントありがとうございます。松竹梅&本物の羊毛のアイデア素晴らしいです。子供も喜んでます。

(H さま)

たまちゃんのつぶやき

緑の色が少しくすんだ感じの冬の色です。そんな中、ところどころあざやかなオレンジ色のからすうりがポッとあかりがともったようにゆら〜りとぶらさがっています。でもからすはからすうりよりも畑でいたずらするのが好きなので困ったものです。せっかく芽がでたエンドウをつついたり、大根をつついたり…イノシシはくるわ、あらいぐまはいるわ・・・知恵くらべです。

(11月27日)

里山倶楽部自然農場日記2月号 NO73

昨年の12月24日、とっても感動的なクリスマスプレゼントをいただきました。S様よりのメールです。以下紹介します。

『今年は自然農場との出会いがあり、新鮮な気持ちで食生活を送ることができました。野菜中心の生活をすると、自ずと要らぬものが体から出て行く気がします。そして色々なことに前向きになります。いつも添付しているお手紙は野菜を知るためのお手本になってます。今回手作りの羊さんはとても心癒されました。農家さんのお心遣いが遠い茅ヶ崎にも伝わります。子供も喜んでおりました。来年もよろしくお願い致します。』

このお便りのなかで、「野菜中心の生活をすると・・・色々なことに前向きになります」というくだりにはっとさせられたのです。今まで私たちの提供する野菜は健康に良いという、身体的な部分ばかり考えていたのですが、それにとどまらず、心にも好影響を与えとては・・・！なんと素敵な気づきのお言葉でしょうか。

「健全なる精神は健全なる身体に宿る」という言葉があります。身体が健康になれば当然心も健康になるのは道理ですよね。なにはともあれ S さまのお言葉によってさらに大きな使命をいただきました。ありがとうございました。スタッフもみな感激してました。

今回は年末年始ということもありたくさんの応援メッセージをいただきました。今回はそれらの暖かいお言葉の数々を紹介させていただきます。

お客様の声

一年間おいしい野菜届けて下さり感謝です。本当に感謝です。来年もよろしくお願ひします。良い新年をお迎へください。

(S さま)

おねぎ、鍋物に入れたらめっちゃおいしかったです。

(K さま)

かわいいクリスマスプレゼント！ありがとうございます。今年もおいしいお野菜や果物をいただけて幸せな一年でした。来年もよろしくお願ひします。すごく寒くなってきましたね。お身体に気をつけてよいお年をおむかえください。

(F さま)

かわいい羊さんをありがとうございました。縁起の良い素敵なプレゼントですね。肉厚のし

いたけをおいしくいただきながら家族で羊さんに感心。夫と娘が羊年ですよ。

(Kさま)

いつもありがとうございます。ひつじさん、とってもカワイイです！

(Sさま)

今年も一年ありがとうございました。出産育児で料理どころでなくなるかもなあ、と不安でしたが、何とか何とかやっています。離乳食には、里山の野菜フル活用で、子供もパクパク食べてくれています。美味しい野菜やからやなあと喜んでいきます。来年もよろしくお祈りします！

(Eさま)

今年も素敵なクリスマスプレゼントをありがとうございます。松竹梅&本物の羊毛のアイデア素晴らしいです。子供も喜んでいます。

(Hさま)

来年こそ、子どもを連れてお米作りに参加させてもらいたいと考えています。もうすぐ5歳と春に2歳になる子どもですが、参加して大丈夫でしょうか。またお手隙の時にお知らせください。

(Jさま)

今年一年美味しいお野菜ありがとうございます。来年もお身体に気をつけて私達を楽しませてください。良いお年をお迎えください。

(Fさま)

おめでとうございます。今年も野菜、楽しみにしています。よろしくお祈りします。

(Mさま)

あけましておめでとうございます。今年のおせちもおいしくできました。今年もよろしくお祈りします。

(Hさま)

昨年は本当にお世話になりました。すっかり里山ファンになってしまいました。本年もよろしくお祈りします。

(Nさま)

たまちゃんのつぶやき

今日も風が強くふいています。このところの強風で、玉ねぎを定植したところのマルチが風にはがされてしまっています…。農場では除草剤を使わないため、草の対策として黒いマルチ（ビニールです）に穴をあけてそこに1本1本玉ねぎの苗を植えるのですが、それが風に

とばされると、穴の下に苗がかくれてしまっているの、また苗をひっぱってだしてあげなければなりません。なかなか地味な作業ですが、おいしい新玉ねぎを想像してがんばります〜。じゃがいもを収穫しようとしたら、先にイノシシにやられていたり…今年も色々ありそうですが、どうぞおつきあい下さい。 (1月19日)

里山倶楽部自然農場日記3月号 NO74

「申し訳ありませんが、今月で配達の中止をお願いします。1月のさつまいもがくさっていた。しろ菜が到着した時すでに葉が黄色になっている。少し新鮮さに乏しく思いました。」

先月号とは逆に、久しぶりにちょっとショックなお叱りをいただきました。少し誤解されている部分もあるようなので弁解のお手紙差し上げました。

『S様

この度は大変ご迷惑をおかけして申し訳ありませんでした。

ちょっとだけショックだったのは「少し新鮮さに乏しく思いました」という言葉です。

さつまいもの件は弁明の余地はありません。さつまいもはサトイモや、かぼちゃと同じで寒さに弱い作物です。5度から7度以下になると要注意。Sさまに送ったのは確か12月の末だったと思います。そろそろ温度が低くなってきたのでいつもより注意して出荷したつもりでした。でも中は見えません。あのような結果になりとっても残念です。

問題はシロナ。着いた時には黄色くなっていたとのことですが、あれは古い野菜を送ったから黄色くなったのではありません。同封の写真を見てください。露地（ハウスの中でない）栽培の冬の野菜は寒さに耐えるためエネルギーを使い葉っぱが黄色くなっています。スーパなどの野菜とはあまりに違いすぎます。

特に当農場の野菜はもともと色が濃くありません。お客様に「緑の濃い野菜と薄い野菜があったらどちらを買いますか？」と聞くとほとんどのお客様は色の濃い野菜を選択されます。でもこれが間違い。色が黒々と緑の濃い野菜は要注意なんです。野菜はチッソがないと育ちません。でもチッソが多すぎると「硝酸態チッソ」という形で野菜に残ります。硝酸態チッソが多いと色は濃くなります。硝酸態チッソは発癌物質です。ではどんな色がいいのでしょうか。理想の色は初春（5月頃）の山々の色…うすい緑色です。

当農場の野菜はもともと薄い色のところにさらに冬の露地の厳しさが加わって黄色く変色してしまったのです。

最初にセット野菜契約の時にこういったことを説明すべきでした。今回の件はとても勉強になりました。S様にはご期待にそえず心からお詫び申し上げます。

厳しい寒さもあと少し。くれぐれもご自愛くださり、ご活躍くださいませ。』

お客様の声

いつも美味しいお野菜をありがとうございます。土のにおいのする野菜が、とても嬉しいです。特にニンジンの甘さが私にはたまらなく、皮つきで蒸すだけで食べるのがとても好きです。これからも、どうぞよろしくお願い致します。

(Tさま)

送っていただく野菜の多くを離乳食で子供たちに食べさせています。おかげで好き嫌いなくパクパク食べています！

(Eさま)

いつもありがとうございます。里芋を少しの油とおみそとみりんで炊いてみました。おいしかった～

(Kさま)

3才の息子は人参が大好きで生でまるかじりします。「里山倶楽部さんの人参は甘くておいしい」と言ってます。これからも安心安全なお野菜作りを応援しています。

(Hさま)

いつもありがとうございます。雨の中の出荷大変ですね。一つ残らずおいしくいただきます。冬野菜いっぱい嬉しいです。長芋は孫達が玉子だめなので、お好み焼きでおいしくいただきました。(金時) 人参甘くておいしかったです。

(Sさま)

今年は立派な白菜ありがとうございます。ローズちゃんも好きですが、たっぷりお鍋に入られてうれしいです。里芋も大好きで入っているとヤッター！と思ってしまう。まだまだ寒くて収穫も大変ですが、いつも色々な種類を入れていただきありがとうございます。

(Fさま)

たまちゃんのつぶやき

畑にはもうタンポポが咲き始めました。野菜たちも様子がちがってきて、ハクサイは少し先がとがってきて、今にもとうが立ちそうでひやひやします。今回お届けするハクサイも大きくなるまで待とうと思っていたのですが、お届けすることにしました。巻きが浅くてごめんなさい！とうがたったらハクサイ菜花としてセットに入れます。アブラナ科の野菜(ハクサ

イヤシロナ、チンゲンサイなど)は菜花としても食べられます。それぞれの味は少しずつ違うので楽しみにしてくださいね。スーパーには絶対売ってませんよ。

(2月19日)

里山倶楽部自然農場日記4月号 NO75

いよいよ4月11日より「スモールファーム自給塾」が始まります。

チラシにも書きましたが「先が見えない不安な時代、他に頼らず、自分の家族は自分で守る・・・」

今、アメリカや、中国の農地がどんどん減っているそうです。特に中国は開発や、干ばつ等で耕地の40%以上がなくなったとのこと。これらは世界的な現象のようです。

そして円安。最近の円安で食料品の値上がりが目立ってきましたが、この円安はこの辺で収まる保証はありません。

いずれにせよこの日本は先行きどう考えても住みやすい国になるとは言えないようです。

こうなったら政治に頼らず自分自身で生きていく知恵（技能=スキル）を身につけていかねばなりません。

農地と農産物を生み出すスキルは金や銀と同じように重要になります。最悪の場合に備えて、自分で食べるものは自分で確保する。それはあなたにとって現金や株券以上に大事な資産となるでしょう。

お客様の声

お世話になっております。原木椎茸、とっても美味しかったです。トースターで焼いて、塩をふってそのままいただきましたが、歯ごたえと香りと甘みと、段違いの美味しさでした。松茸なんて足元にもおよびませんね！
(Jさま)

お世話になります。今日は久しぶりに雪が舞う寒さですね。いつも、美味しいお野菜ありがとうございます。隔週から毎週お野菜を頂くようになり、始めは余らせてしまうのではないかと不安に思っていたのですが、そんな心配ありませんでした。お腹いっぱいお野菜いただいています。
(Nさま)

いつも美味しいお野菜ありがとうございます。お野菜の色、特に今まで気にしたことがなかったのですが、そういうことだったのですね。一般の店で買う、ほうれん草などの色の濃い野菜は湯がいて水にさらしてもエグみが残っていたように思いますが、それとも関係あるのでしょうか。
(Jさま)

小松菜、露地とハウス、食感が違ってそれぞれおいしかったです。菜花も種類によって花の色や伸び方は似ているのに、味や食感がやっぱり違って、食べ比べ楽しかったです。花粉症にも効くという説を信じて（笑）いただきました。
(Eさま)

いつもありがとうございます。春が来るのは嬉しいですが、野菜たちはそれぞれの春を迎えて出荷するのにご苦労されていますね。ありがとう。 (Sさま)

日差しが少しずつ春らしくなり、寒いですがちょっと外に出たくなってきました。お野菜たちもとうが立ち始めて同じ気持ちなのかな？ (笑) 今月もありがとうございます。

(Fさま)

里山倶楽部自然農場日記 5月号 NO76

3月から4月は野菜の種類がとても少ない時期です。冬野菜が終わり、夏野菜が出てくるまで全くの空白の時期にあたります。この時期を端境期と言います。端境期は秋にもう1回あります。夏野菜が終わって、冬野菜が出るまでの間です。でも春の端境期に比べると秋の端境期は、里芋や、さつまいも等の芋類がありますので、大分様子が違います。

今年の春の端境期は特に苦労しています。そしてお客様にも大変ご迷惑をおかけしております。普通この時期は、小松菜、ほうれん草、しろな等、葉物野菜が中心になるのですが、今年は何回種をまいてもうまくいかず、失敗の連続です。原因は二日に一回雨が降る「天候不順」です。先ほどのニュースでは、大阪では4月に入って4月20日までに晴れた日がたった二日しかなかったそうです。何べんも言ってますが、自然農場の畑はもともと田んぼだったところを畑にしています。粘土質で水はけが非常に悪いところに雨が多いため、野菜の根が腐り成長しないのです。

これは全国的な問題のようで、今日大阪の自然食品店に野菜の配達に行ったら店長曰く、世間ではキャベツが滅茶苦茶高いと言っていました。原因は雨が多くて玉が腐ってしまっているとのこと。

この数年、天候不順、天候不順と毎日のように言われています。「天候不順」があたり前と考えるおかげにならないようです。ある先輩の農家の方が、今こんなに雨が多いと田植えの時には逆に雨が降らないのではないかとおっしゃっていました。どうしてこんな地球になってしまったんでしょう。

お客様の声

先週は金沢への配達ありがとうございました。妹家族のところへ遊びに行っていて、是非里山の野菜を食べてもらいたいと思って変更をお願いしました。妹は「こんなに美味しい里芋は食べたことない。一箱でも送ってもらいたいくらいだ。友達に配ってまわりたい」といたく感動していました。なかなか食べない甥も、人参スティックを何も言わずむしゃむしゃやっていました。妹家族に里山の野菜を喜んでもらえて、姉として嬉しいです。

(Eさま)

いつもお世話になります。

野菜が届くと、段ボールを開封するのが毎回楽しみで、一つ一つ丁寧にくるまれた新聞紙を開け、野菜が顔を出した時はとても愛らしく思います。自然農法は私のような素人ではとても想像がつかないほどの大変なご苦労があるでしょうに、こうして大切に大切に育てて下

さった生産者の皆様に、そして大地の恵みに感謝をしながらおいしく頂いております。さて前回のお知らせでよもぎを希望する方は連絡下さいと記入されていたので、ぜひ頂きたいと思いメールをさせて頂きました。よもぎ団子によもぎ豆腐、よもぎの薬草風呂などいろいろ楽しみたいと思っていますのでよろしくお願い致します。

(Uさま)

たまちゃんのつぶやき

このところ本当に雨続きです。おまけに急に寒くなったりして、びっくりします。それでも空豆や絹さやは花を咲かせています。それにカエルも鳴き出しました。でも何となくミツバチは少ないような…。小松菜や菜花のトウがたって、すっかりお花畑になっているのに、そんなにブンブンと飛んでいないのが少し気がかりです。 (4月9日)

里山倶楽部自然農場日記6月号 NO77

今回は最近の出来事を箇条書きしました。

今年の夏野菜の播種…ピーマン、トマト、ナス、スイカは発芽しにくく、また発芽してからの成長も遅い性質があります。4月下旬から5月上旬に定植しようとするには2月から3月に播種しなければなりません。その頃はまだ気温が低く普通の播種法では芽が出ません。一般的なやり方はハウスの中で電気を通した温床マットを引き、そこでポット育苗をします。当農場はハウスも電気もないため毎年上記の野菜は苗を購入してきました。今年は一念発起、自前苗に挑戦しようと温床マットなしの簡易ミニハウスを作りました。結果は土の温度が上がらず失敗の巻きでした。まずまずだったのはナスくらいでピーマンはほとんど発芽せず、トマト、スイカは三分の一くらい。夏野菜の苗作りの難しさを痛感させられました。

トマト…毎年トマトの苗はただです。というのは河南町の有機農家青空農場さんからトマトの脇芽をもらいそれを根出しして定植します。青空農場さんは立派なハウスとももちろん電気もあります。自然農場は毎年トマト200本、ミニトマト200本作付けします。苗を買っていたら大変なコストがかかります。青空さんには感謝、感謝です。

空豆…今冬のヒット作は空豆でした。なるはなるは、今まで経験したことがない大豊作。EM自然農法の提唱者、比嘉照夫の言葉を借りると、まさに「限界突破」という言葉がピッタリです。時々とんでもないことが起きるのが世の常。いいことばかりとは限りませんけどね。

エンドウ…空豆とは逆にエンドウ、スナックエンドウ、絹サヤの三種は散々でした。原因はにつくきヒヨドリのせいです。3月頃、エンドウ類が冬の眠りからさめ（冬の間寝ているわけではない。じーっと根をはっている）新芽が出てきたところをその新芽がヒヨドリに食害されたのです。何せ敵は大群で押し寄せてきます（50～100羽）。一日であつという間に丸坊主にされてしまいました。あわててネットを張っても時すでに遅し……。でもエンドウさんたちはけなげにもまた新しい芽を出しました。何とか収穫はできましたが、収量は大幅ダウンでした。

同窓会…先日高校の同窓会が20年振りにあり、参加してきました。私の出身校は愛知県の渥美半島の先端にある「愛知県立福江高等学校」。名もなき小さな田舎の高校です。（渥美半島、伊良湖岬ってご存知ですか？）戦後のベビーブームの競争が厳しい中でなかなか優秀な仲間が多かったんですよ。青春の入り口の多感な時代を共に過ごした仲間たちとの交流は、酒の勢いも手伝って深夜まで続きました。こんな設定で飲む酒は何にも代えられませんね。但し残念な事がありました。あいつもこいつもと・・・一人や二人でなく何人もの仲間が癌で

亡くなっていたのです。食べ物のせいなのか？それとも福島のせいなのか？それとも両方？

お客様の声

今年初たけのこ！箱をあけてすぐにヌカの袋が見えたので「わーい」と声をあげてしまいました。ゆでている間どうやって食べようかワクワク考えています。ありがとうございます。

(Fさま)

いつもありがとうございます。セリご飯作りました。さわやかな色と香り、春を楽しめました。タケノコもヌカ付きなので助かっています。ダンナにも大好評でした！

(Eさま)

たまちゃんのつぶやき

先週、早々と台風がやってきました。大阪は雨や風が強かった程度ですみ、農場の野菜も無事でした。急に暑くなったり、台風がきたり…今年の夏の天候がちょっと心配です。やはり異常気候になりつつあるのでしょうか？無事に田植えが出来、野菜が実る夏であることをいのるばかりです。暮らしをシンプルにして、少しでも地球にインパクトの少ない暮らしをしたいと願いつつ、なかなかできていませんが…日々勉強です。(5月18日)

里山倶楽部自然農場日記7月号 NO78

最近人様の前で2回連続してお話する機会がありました。当然有機農業のことが中心になり、中でも「食べ物」についてのお話は欠かせません。その時の一部を紹介します。

皆さん、千島学説という言葉を知っていますか？千島喜久男という生物学者が唱えた今までの概念と全く違う生命理論です。

血液はどこで作られると思いますか？血液は骨髄で作られるというのが一般的に言われていますが、千島学説では血液は小腸で作られるというのです。食べた物が血となり肉となるとよく言われますね。だとすると血液が小腸で作られるという考え方は合点がいきます。それから導き出される結論は、どういふものを食べるかが非常に重要だという事です。

最近ある女性の方から素晴らしいお話を聞くことができました。その方は6年前、子宮の病気になり、医者からは子宮を摘出しなければならぬと宣告されたそうです。でもその方は医者の助言をうのみにせず、食べ物を変えることにより自分の病を解決することを決意。旦那様の協力を得ながら、徹底的に食べ物によって体質を改善し、とうとう完治したのです。完治しただけでなく、最近お目出たであることが判明しました。権威の象徴である医者の宣告を取り入れず、食べ物で直そうとしたその時の彼女の決意を思うと胸が熱くなります。子宮摘出とお目出た、なんという人生の違いでしょう！

このお話を聞いて「食」の重要性、逆に怖さをあらためて考えさせられました。まさに千島学説が正しいという事の証明でしょう。

我田引水になります。私のやっている有機農業の社会的価値がいかに大きいかを改めて認識させられました。えりを正して初心を忘れずです。

人様にお話するという事は自分をもう一度見直すチャンスでもあります。日々の仕事は忙しく、また仕事に追われまくって肉体的にはボロボロですが、精神的にとっても充実した今日この頃です。

お客様の声

たまちゃんレシピで人生初のズッキーニの肉詰め作りしました。おいしかった～

(Kさま)

今年初のズッキーニとてもおいしかったです。夏は苦手ですが、夏野菜は大好きなので嬉しい季節です。子供もパクパク食べていました！畑作業、大変になってくると思いますので、みなさんお気をつけてください！

(Eさま)

いつもありがとうございます。これから暑くなってきますが、体調に十分注意してください。

(Sさま)

今年はタイミングが悪くて筍を食べられず残念でした。これからの夏野菜を楽しみにしています。

(H様)

立派な豆（空豆）でおどろきました！ありがとうございました。

(Aさま)

赤タマネギ、薄くスライスしてポン酢やドレッシングで食べています。甘くてとても美味しいです。

(Jさま)

たまちゃんのつぶやき

河南町では田植えがそろそろ終わる時期です。水がはられて、小さな苗がきれいに列を作って風にゆられる様子は、みていてホッとします。小さな苗が大きくなってくると、風が通ると、さあーって音と一緒になびいて、その音も涼しげで・・・日本の原風景なんだろうね。昔の人も同じ景色をみていたのかな？とか思うと、これまた想像がふくらみます。

(6月15日)

里山倶楽部自然農場日記8月号 NO79

今年の夏野菜は大ピンチです。梅雨の雨量が多かったのと追い打ちをかけたように台風11号による大雨。

露地のトマト、ミニトマトは病気になり、腐った実が続出。いまだに出荷できません。トマトはもともと高原地帯の乾燥した土地を好みます。日本の梅雨は露地トマトにとっては過酷な環境と言わざるを得ません。そのためトマト栽培は雨除け栽培が多い。でも自然農場はトマトの本数が多いため（トマト200本、ミニトマト200本）その設備ができません。今日近畿地方も梅雨明けしたようです。今後おてんとうさまの力で回復できるかどうか。あまり期待せず見守っていきます。

次はかぼちゃ。あまりの過湿により根腐れしてしまいました。次々に枯れてしまい、つき始めていた実も腐りが出始めていたところに、さらに追い打ち。イノシシの出現です。かぼちゃを栽培したところは人家に近いのでまさかイノシシが出るとは思っていませんでした。何年やっても必ずトラブルが……。これも人生と同じ。

上記は自然由来のトラブルですが、次は人為的な問題。

自然農場には去年1年間農業研修をした若者がいました。彼が引き続き農業に携わりたいということで5月より少ないお手当で働いてもらうことになりました。（今の農場の現状では世間並みのお給料は無理）何とか来年は彼の生活の足しになれるようにと大幅に作付けを増やしたところ、その当人がやめてしまったのです。それでなくても夏野菜は手間がかかるのに期待していた本人がいなくなってしまう、さー大変。6月中に収穫が終わっていなければならない玉ねぎや、じゃがいもがまだ土の中。じゃがいもはともかく玉ねぎは雨が降るごとに土の中で腐っています。できないものはできないと割り切って……

自分勝手に独断で期待した結果がこれです。私のいいところであり悪いところ。私はこの20年間、どうしたら若者が有機農業で飯が食えるかを模索してきました。それが私の有機農業をやっている大きなエネルギーでもありました。しかしいまだに実現できず……私の思い（夢）がかなう日は来るのか来ないのか。私も9月には68になってしまいます。

お客様の声

お世話になっております！今年もたくさんのバジルありがとうございます。香りも味もしっかりしていて、とても美味しくいただいています。

(Mさま)

いつもありがとうございます。ナスが絶品ですね（去年同様）。ズッキーニと一緒に焼いて

チーズをかけたら子供が何度もおかわりをしてくれました。

(Eさま)

きゅうりとお肉をいためていただきました。おいしかった！

(Kさま)

N様よりのお葉書です。

里山倶楽部鈴木様皆様

平成27年7月7日

いつもおいしいお野菜をお送りいただきありがとうございます。お心、お気持ちをたくさんあたえられた野菜たちの味は格別です。毎週火曜日が楽しみでなりません。体に良いものを食べると身体に良いかもしれません。がなにより、おいしいです。お野菜を毎週届けていただきありがとうございます。

拝

たまちゃんのつぶやき

台風が来ました。大きな台風でトマトが倒れないか？キュウリが倒れないか？ヒヤヒヤしましたが、(夏の野菜は上に伸びるのが多いので)

大きな影響は無く、ホッとしました。が...実をつけていたカボチャやサツマイモがイノシシに食べられてしまいました。私が好きな物はイノシシも好きなんですね...長雨の影響でトマトの根が傷んで元気が無かったりと、ショックな事続きです...

里山倶楽部自然農場日記9月号 NO80

2か月くらい前から左膝が痛くなり作業に支障が出始めています。これじゃ～いかんと近くの整骨院に行ってきました。今日は私の膝物語……。

今からおよそ35年前、社会人になって昔取ったきねづかで草野球を楽しんでいました。調子に乗って2塁に盗塁を試みました。2塁ベースには姿勢を低く滑り込まねばなりません。それをいい加減に（一瞬野球を甘くみた）中途半端な姿勢でベースに滑り込んだものだから相手チームのショートと膝同士が強烈にぶちあたり、僕は痛さで歩けなくなってしまいました。痛さゆえに車のクラッチも踏めない状態。その後、整形外科を2件回り診断してもらいました。2件の医者とも、「半月板が損傷している。手術する必要あり」という見立てでした。その時医者の言ったもう一つの言葉があります。「半月板は柔らかい布団のようなクッションの役目をしているが、術後はざらざらのクッションに変わり、元には戻らない」というご宣託でした。もともと医者嫌いの私。「こりゃーかなわん。手術は嫌だ」ということで、梅田の第2ビルにある（今でもあるかどうかわかりません）スポーツ事故専門のはりとマッサージに通院しました。その結果なんと痛みがとれ、普通の生活に戻ることができたのです。その時言われたこと、はっきり覚えています。「半月板が元通りに治ったわけではない。鈴木さんが年をとったら、膝に水がたまる可能性があるので、膝周りの筋肉を鍛えておくように」と。でも言われたことは全く無視して今日までできてしまいました。

てっきり半月板損傷により水がたまっただのではないかと覚悟したのですが、整骨院さんの見立ては水はたまっていない。加齢による骨格の歪みが原因の変形性膝関節症との意見でした。

先程昔取ったきねづかと書きましたが、中学時代は野球部に所属し、野球づけの毎日でした。ちょっとだけ足が速く、ずるがしこかったので1番レフトがポジションでした。田舎の中学校（伊良湖岬中学）がなんと群大会を突破して県大会までいったんですよ。夏休みの特訓のきつさは今でも覚えています。当時は今と違って、水を飲むと疲れるから水は飲むな。それでも熱中症になんかにならなかった。最近ですよ。熱中症、熱中症と騒ぎたてるのは。私は現代人の基礎体温が低いのが原因ではないかと思っています。なぜ基礎体温が低いのか。それは食べ物が悪いからです。

今回は私の左膝物語でしたが、こんなつまらないことを話題にできる戦後70年は平和でした。戦中のほとんどの野球選手は2度と野球ができない身となってしまいました。そのような時代に戻らないようわれわれ一人一人が努力してゆかねばなりません。

お客様の声

いつもありがとうございます。じゃがいもほくほく、おいしいです。(Kさま)

先日お野菜にホタルが一緒についてきてびっくりしました。子供と一緒にホタルの光る姿を見て「きれいだね・・・」「お水がきれいだからホタルが生きられるんだね」と楽しそうに話をしてくれました。(Hさま)

いつもありがとうございます。エンサイ、甘とうがらし、とってもおいしいです！魚しょうとにんにくでいためて食べてます。バジルも大好きなので、ありましたらお願いします。(Yさま)

鈴木様 お世話になります。こちらこそこの度はお忙しいところ、何度もご連絡してご迷惑をおかけいたしました。届けていただいたお野菜、本当に美味しく、家族で感謝していただいています。次回からも楽しみにしてお待ちしています。今後ともよろしくお願いします。(S様よりのお葉書)

たまちゃんのつぶやき

暑い日が続いています。昨日は夕立があり、からからの畑に久しぶりに雨の恵みです。今日はゴロゴロとかみなりがなるものの期待はずれかな？こんなに暑いのにもう冬野菜の種まきの計画をたてています。8月のお盆があげたら、人参を筆頭に白菜、大根をどこにどれくらいまくか考えますが、冬野菜は寒さに向けてまくので1度しか種まきのチャンスがないので、無事に芽を出すように、大きくなりますように・・・いつもドキドキです。

(8月6日)

里山倶楽部自然農場日記10月号 NO81

今年の自然は例年にも増して荒れまくっています。梅雨には九州地方の集中豪雨、夏は真夏日が何日も続く猛暑、夏が終わったと思ったら残暑がないまま一気に秋。今年の日本の農業を取り巻く環境は非常に厳しいものです。

春の梅雨時、九州の農業は豪雨に見舞われて壊滅状態。つい最近は関東東北地方、声も出ない悲惨な光景を見させられました。それぞれの被害地の皆様心よりお悔やみ申し上げます

当農場も今年は散々でした。夏の中心作物、トマト、ミニトマト、かぼちゃが雨のため根腐れして全滅。痛かったー！

何度も何度もこの欄で泣き言ばかり書いているような気がします。自然のせいにしたくないのですが、あまりに自然の怒りが大きすぎて、凡人は首を垂れるばかりです。

先月のお話の私の膝のその後の経過をお知らせします。近くの整骨院に行ったわけですが、たった1ヵ月でなんと8割がた回復しました。まだ正座や、和式の便所はちょっと辛いところがありますが。もし普通の(?)整形外科に行っていたら、お決まりのヒアルロン酸を注射され、それでも良くならなければ人工関節というコースに引っ張りこまれた可能性大でした。まさに東洋医学万歳！！我々はもっともっと東洋医学を見直す必要があるようです。

お客様の声

いつもありがとうございます。ミニトマトあと何回で終わってしまうのかなあと名残り惜しみつつ美味しくいただいています。秋の野菜もたのしみです！

(Eさま)

いつもお野菜ありがとうございます。以前、セットに入っていたスベリヒユ我が家の庭にもいっぱいはえてます(笑)これ、たべれるんだあ〜とびっくりドンキーしました。酸味があったので、ポン酢で合えたら美味しく、子供たちもペロリと食べてしまいました。また、新しいお野菜との出会い、楽しみにしています。

(Nさま)

おはようございます。朝晩しのぎやすくなり、体も落ち着いてきました。野菜の配送をお願いします。懐かしい野菜たちに会えるのが嬉しいです。

(Mさま)

いつも美味しいお野菜を送っていただきありがとうございます。両親も鈴木さんの野菜は

味が濃厚で美味しいと喜んでいきます。

(Tさま)

たまちゃんのつぶやき

今日も雨が降っています。シトシトでなく、ザーッと勢いよく・・・何だか変な天気になります。けれど田んぼのあぜには、お彼岸が近づくとちゃんと彼岸花が咲き始めました。そのいつも通りの自然の姿にほっとしています。けれどこのお日様不足でお米の実がうまくつかないのではないかな・・・など、やっぱり心配で・・・。無事に実りの秋となりますように～。

(9月17日 記)

里山倶楽部自然農場日記11月号 NO82

今年は例年あるはずの残暑もなく、一気に秋になってしまいました。ふと足元を見ると、いつの間にか夏の草の元気がなくなり、一部枯れてきているのも出てきています。代わりに冬の草が出番が来たぞとばかり芽を出し始めてきました。異常気象、異常気象と騒がれていても、季節が来れば必ずその季節の生物が出てきます。何年もそういった自然のサイクルを見てきました。毎年毎年変わらないことのすごさを感じざるを得ません。

農場も夏の野菜はわずか。大根をはじめとした冬野菜が多くをしめてきました。そんな中でいまだに現役で頑張ってくれている野菜があります。オクラです。ノートを見たらオクラの初出荷が7月9日でした。あれから3か月以上、お盆休みもなく毎日毎日元気なオクラを提供し続けて来ています。セット野菜をご利用いただいているお客様は「もうオクラは結構！」という心境かも。今年の夏はトマト、かぼちゃがうまくいきませんでした。オクラが助けてくれました。「捨てる神あれば拾う神あり」世の中バランスがとれているのですね。この原稿が皆様に届く頃にはさすがに終わっているかも知れませんが・・・

先月号で膝が大分良くなってきた事を報告しました。たくさんの方から「よかったね」とねぎらいのお言葉をいただきました。ところがです・・・また元に戻ってしまったんです。畑の畝と畝のせまいところを、15キロくらいの重い物を何回か運んだのです。作物の植わっている畝を踏みつぶしてしまわないように踏ん張って歩きました。そのためすごく膝に負担をかけてしまったのでしょうか。治ったという慢心がこんな結果を生み出してしまいました。また一からやり直しです。

お客様の声

>いつもおいしいお野菜をありがとうございます。

>さつまいもがとても甘くておいしいです。軽めにスチームをかけてから300℃の高温で一気に焼き上げると、しっとりホクホク、カリッカリッと皮までおいしいまるで石焼き芋のような焼き芋が大のお気に入りです(^v^)今回もたくさんさつまいもを入れて頂いて幸せな気持ちになりました♪さて、お野菜と一緒にいつも楽しみにしている自然農場日記。毎回隅々まで拝読しております。前回の鈴木さまのひざの具合が気になっていましたが、東洋医学の接骨院でほぼ回復したとのことではっと致しました。と同時にその接骨院ってすごいなあ、ふと変形した膝の痛みで不自由している母を思い出し、母にも教えてあげたいなあと思いメール致しました。どちらの接骨院か教えて頂けるとありがたいです。

(Uさま)

いつもありがとうございます。オクラが生でも食べられると知って、生でいただきました。

カリカリの食感とネバネバがとても新鮮でおいしかったです！トウガンもおいしい！

(Eさま)

今年初の栗と柿、おいしくいただきました。秋の味覚を堪能しています。

(Hさま)

いつもありがとうございます。とうがんカレーにしました。おいしかったです。

(Kさま)

たまちゃんのつぶやき

河南町ではあちこちで稲刈りをしている風景がよくみられます。小さな田んぼが多いせい
か、バインダーとよばれる機械で刈り（その時、刈った稲をひもでくくって束にしてくれる
というすぐれ物！！）田んぼで干し（「はざかけ」といいます）天日で2週間ほど乾かしま
す。きっと、ずっと昔から繰り返されてきたこの風景。これからも続くといいなあとながめ
ています。

(10月19日記)

里山倶楽部自然農場日記12月号 NO83

今年9月、農協法等の一部が改悪されました。三橋貴明著「亡国の農協改革」(飛鳥新社)を読んでいます。彼は原発再稼働容認、デフレから脱却するためには公共投資の推進とか、ちょっと私とは相いれない考えの評論家ですが、この本は農業を業とする私にとってとても示唆に富む著作です。ぜひ皆様も読まれることをお勧めします。私が日ごろから言っている「食の危機」を具体的に理解できます。今月は彼のPR文を紹介します。ここにおおまかなアウトラインが書かれています。

今回の農協改革で、農協の理事の過半数が「経営者」となり、全農(全国農業協同組合連合会)の株式会社化に賛成する単位農協が増えていきます(全農の組合員は単位農協)。最終的に、五年後か十年後に**全農が株式会社化され、譲渡制限も撤廃。結果、カーギルか中国のCOFCOに全農が買収され、我が国の食料流通の根幹が「外資化」する、と。**

単位農協は単位農協で、金融部門(農林中金とJA共済)について「代理店」の道を選択する農協が出現(今回の法改正で可能となりました)。というわけで、**日本の農協の基本スタイルである「総合農協」が崩壊。**

また、農地法と農業委員会法が改正されたため、農業と無関係な外資系企業(GSとか、中国のファンドとか)までもが、農地を所有する農業生産法人「株式会社」に49.9%まで出資可能となります。**事実上、我が国は外資が農地を持てる国になるのです。**

まさに、革命です。

しかも、農地を商用地等に転用する許可を出す農業委員会の農業委員が、これまでの公選制(大抵は地元の農家が選ばれました)から、首長による任命制に変わります。**農地を持った外資(あるいは日本の投資企業)は、首長が恣意的に選んだ農業委員たちの許可を得て、農地を商業地や工業地、住宅地に転用していくことが可能となります。**

すなわち、農地を利用した「不動産ビジネス」が盛んになります。当たり前ですが、農地が転用されれば、我が国の食料自給力は急落していきます。

そして、次の法改正で**准組合員の利用が規制され、農林中金やJA共済が株式会社化**される。日本の総合農協方式は完全に崩壊し、しかも赤字の農協が増えていき、最終的には「農協解体」が実現することになります。

もともと、単に国内の法改正のみで「農協解体」を実現した場合、さらなる法改正で元に戻される可能性があります。だからこそ、**TPPという国際協定で縛りかける**のです。

ちなみに、韓国は農協改革と米韓FTAが同時並行的に進み、**農協が複数の株式会社に解体され、しかも米韓FTAという国際協定により「元に戻せない」という状況に至りました。**我が国は、農協解体について「韓国の後を追っている」というわけでございます。珍しく、韓国が先行しているぜ！ ヒャッ！ハ一ッ！！ という感じです。

上記の詳しい話は、「**亡国の農協改革 ——日本の食料安保の解体を許すな**」に書きましたが、問題はなぜこの種のラディカルな「構造改革」が、いとも簡単に通ってしまったのか、という点になります。**自民党の国会議員や、農林水産省の官僚たちは何をやっていたのでしょうか。**

もちろん、本書ではその「答え」についても書きました。

本書を刊行したことにより、またぞろ、「三橋は農協という既得権益の手先と化した」云々の批判が殺到することになるでしょう。残念ながら、**わたくしは農協から頼まれて本書を書いたわけでもなければ、おカネをもらって書いたわけでもありません。**無論、農協系の講演依頼はありますが、全体の5%未満です。といたしますか、三橋はいかなる団体の依頼であろうとも、講演を断ることはまずありません。

まあ、三橋を批判できれば何でも構わないのですが、批判しても構わないので、本書「**亡国の農協改革 ——日本の食料安保の解体を許すな**」はきちんと読んで下さい。そして、安倍政権の農協改革により、日本の食糧安全保障が危機に瀕しているという現実を知ってください。

事実を知った上で、論評してください。本書を読みもしないで批判する人は、基本的に「人間の屑」認定させていただきますので、ご承知おき下さいませ。何しろ、本書は三橋貴明「**畢生の問題作**」なのです。

わたくしが人生を賭けて書いた一冊なのです。**せめて、読んだ上で批判して下さるよう、心よりお願い申し上げます。**

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。栗を新聞に包んでチルド室に1ヶ月ねかせてから、スチームオーブンで蒸すと甘みが増しておいしくなりました。来年の栗も楽しみにしています。

(Hさま)

少し大きめの葉付き人参、今年もオリーブオイルと塩をかけてオーブンで焼いていただきました。甘くてとても美味しかったです。

(Jさま)

ほうれん草、肉厚で甘くてとてもおいしかったです！レンコンももっちりで、あ～やっぱり自然農場の野菜はおいしいな～と改めて感じました。寒い季節、お仕事たいへんでしょうが、今後も楽しみにしています！
(Eさま)

いつもありがとうございます。人参とても美味しいです。切っていて、あまりの香りに、そのままかぶりついてしまいました。甘み、歯ごたえ最高でした。
(Eさま)

ハヤトウリ、炒めもの、おつけものにしました。甘みがありおいしかったです。
(Kさま)

たまちゃんのつぶやき

10月に種をまいたソラマメがずいぶん大きくなってきました。定植をして冬を越し、春にぐーんと大きくなります。キヌサヤやスナックエンドウは畑に直接種をまき、芽がでてから冬を越します。先日種をまいてあとは発芽を待つばかり・・・このところ雨続きで、種が土の中で腐ってしまわないか少し心配です。発芽したらカラスにつつかれないかまたまた心配で・・・春の美味しい豆ごはんまでしっかり守らなくては！！