

自然農法

家庭菜園

step
28



鳥獣から野菜を守る

野菜づくりを妨げるものといえば、病害虫や不要な雑草の影響が最初に浮かびますが、鳥獣に畑を荒らされて野菜が台無しになるケースも結構あります。そうならないためには、まず相手を知らなければならないこと。今回は代表的な鳥獣被害を例に、家庭でも簡単にできる防除法を紹介します。

鳥対策

私がゴンベの種をほじくるハシボソです。



カラスって？

鳥の中でも一番頭が良く、厄介なのがカラス。わが国では、ハシボソカラスとハシボソカラスが主に生息しているが、前者は都市型で後者が農村型。雑食性だが、食環境の違いで前者は動物性を好む。

農作物に被害を与えるハシボソカラスは、種子や穀物、果実など少量で栄養価の高い餌を好んで食べ、豆類などは種した後から食べられてしまう危険がある。

春から夏にかけて3~5個の卵を産む。寿命は30年と長く、松林などに数千羽が集団でネグラをつくる。

テングス糸を張ろう

鳥の性質を利用して追い払うには、目に見えない糸を張るのが効果的です。今回はテングス糸の張り方を学びます。

1. 市販されている長さ2mのポールを防鳥したい畑の角に立てます。

2. 畝に向かってポール間を2mにして必要なエリアを囲みます。

3. 約1mの高さでポールに結びつけ、写真右のようにテングス糸を張ります。

4. 完成すると鳥にテングス糸が見えにくく、着地時に羽根などが触れて驚き、遠ざけることができます。

5. 完成すると鳥にテングス糸が見えにくく、着地時に羽根などが触れて驚き、遠ざけることができます。



サル知恵にお手上げ

多くはサルが生息する里山に接した畑が荒らされます。しかし、それを防止するのはなかなか難しく、サル知恵と言えども獣の中では一番の知恵者、人間との知恵比べでも一歩も引くことはありません。雑食性で、基本的に人間が食べるものは何でもOKですが、辛いものは苦手です。昼間しか行動しないために畑を荒らすサルたちに出会うことは多いですが、爆竹など音で威嚇しても慣れてしまえば平気な顔をしています。

滋賀県の里山に接した市民農園も大きな被害を受けていました。家庭菜園は無防備のため、サルたちの格好の餌食になります。丈夫なネットを張っても破られ、実施者も半ば諦め顔ですが、ここでもトウガラシだけは被害を免れていました。

今月の表紙



キク科

西洋タンポポ

ヨーロッパ原産の西洋タンポポは、今や在来種を押しよけた。花期は春で、種子は風に舞う。

▶ イノシシ対策

イノシシって？

成獣になると100～200kgになる。基本的には昼行性だが、人里近くでは人間の気配を嫌い夜行性となっている。雑食性だが、基本は山林にある植物の地下茎やタケノコ、果実類を食べる。このためサツマイモなどの作物は格好の餌食となる。跳躍力は120cmの柵を飛び越え、土を掘り起こす鼻の力は70kg程度の石ならひっくり返す。雌は春に5、6匹の子を出産する。寿命は10年ちかくあり、生後1年半で出産可能になる。

人間より学習能力があるかも？



電気柵は比較的有効



電気柵は大仁農場でも広く使われていますが、現在のところイノシシの侵入を防いでいます。キツはホームセンターなどで市販されていますので、被害が著しい場合は検討してください。

防御策は！

大仁農場でもイノシシは畑を荒らす一番の強敵です。全国各地の農家からも被害の報告が届いていますが、家庭菜園も例外ではありません。イノシシは非常に学習能力に優れ、対策してもすぐに対応して侵入するケースが多いようです。一般的には柵を畑の周りに張り巡らす方法がありますが、跳躍力にも優れ簡単に飛び越えられます。イノシシは大変用心深く、鼻で安全を確認しながら進みます。そのため、鼻に電気柵が触れると驚いて逃げます。また、残飯やサツマイモの収穫残りなどを放置すると引き寄せてしまうので、しっかりと管理するように心がけましょう。イノシシに詳しい生産者の話ですと、彼らには畑に侵入する独自の道があり、その部分を重点的に対策すれば効果があるとのことでした。

▶ モグラ対策

美味しい土が大好きです



モグラって？

大きさは、最大のもので1kg程度で猫より小さい。シャベルのような前足で土を掘りながら畑の土の中を移動する。目的はミミズや昆虫の幼虫などを捕食するため、昼夜を問わず活動している。ただし、木や草の根を食べることは滅多にありません。春から夏にかけてが繁殖期で、1度に4匹程度を出産する。

盛り土を掘ると、直径10cmほどの穴が地中へと続いている。



畦道に盛り土を見たら
モグラは昼夜を問わず活動しますが、目が極めて弱く、昼間に地上に出ることは滅多にありません。しかし、硬い層にぶつくと地上に出て移動することがあります。写真の盛り土はその痕跡で、畦道によく見かける光景です。



大仁農場の家庭菜園から



美味しい野菜づくり実践編

防御策は！

大仁農場でもモグラが多数生息していますが実害はほとんどありません。むしろ、その存在が土づくりのバロメーターになると考えられています。このため、駆除するのではなく、共生する方向を選択しましょう。逆にモグラの穴を壊すと、隣にまた穴を掘るので、結果的に作物の根を傷つけてしまう恐れがあります。作物の根が乾燥で弱くならないよう敷き草やかん水をして見守ることにします。

地産地消の現場に行く



マサチューセッツ州

アメリカの地産地消運動「CSA」 生産者と消費者の協調関係

アメリカ

地場野菜のマーケット。最近ではアメリカでも地産地消に対する関心が高まっている。



2月17日、本事業団の自然農法役員研修会の中で、様々な地産地消活動について情報提供がありました。本誌では、その中から現在アメリカで急成長している地域支援型農業活動について紹介します。

この活動は、「CSA」といってコミュニティ・サポータード・アグリカルチャの頭文字をとったもので、消費者による地域支援のために共同購入型契約農業の形をとっています。この農業生産体系は1986年にアメリカのマサチューセッツ州で始まり、2000年には北米を中心に千を超える組織が、現在では何千もの小規模農場がCSAプログラムに取り組んでいます。

CSAのきっかけと目的

大企業参入による価格競争で、中小規模の農家が壊滅的な打撃を受け、離農や耕作地放棄を余儀なくされ、地域内食料自給率が激減しました。その結果、小売店が消え、調理素材の入手が困難となり、人々はジャンクフードにまで手を出さざるを得ない状況になってしまったのです。

以上が大きな社会問題となり、消費者自らが農村や小売店の保護と安全な食料確保のため、運動がはじまったのです。

特徴

農家が年間経費を公開し、消費者が農家に代金前払い。

市場価格高騰による消費者の追加金や不作による農家の契約金返還なし。

農家は計画的な農業経営が出来るので、有機栽培などの生産に積極的に取り組め、また次年度の契約更新を取り付けるための努力を惜しまなくなる。

消費者が野菜ボックスを取りに行く。

(例) 週1回5〜10品目程度

効果

輸送費等がかからないので、無理のない価格設定ができる。

消費者とつても農場が自分たちのものだ意識できる。

親子農業体験などの機会が得やすいので、多くの家族の絆が深まると同時に農業に対する理解と親しみを持つことができる。

熟達農家が新規就農者をサポートすることで、農家全体のレベル向上と消費者増大が期待できる。

今回は、アメリカの例をあげましたが、日本でも農業をとりまく情勢に変わりはない様です。日本でも、それぞれの地域にあった形で消費者と農家が手を携えて、小規模な活動実験を積み重ねることで、やがては安全な食料供給・健康増進・環境保全等、地域の活性化に貢献できる様になるのではないのでしょうか。



大仁牧場牛乳の生産ライン



牧場牛乳の
大山農家の
売出し売り
しゅん。

大仁牧場
の
牛乳

普及部畜産課 渡邊 宣夫

大仁牧場の飼育日誌

■ 大自然にのんびり暮らす乳牛たち

大陽が昇り始める朝6時、「早くミルクを搾ってくれよ」という乳牛の鳴き声で牧場の1日が始まります。大自然が広がる牛の景色は見る人の心をやわらげ心身を癒し元気にしてくれます。

現在大仁牧場では、白黒模様のホルスタイン種3頭、茶色のジャージー種3頭を飼育しています。牛はとても大きいですが性格は臆病で繊細な動物です。この乳牛たちにストレスをかけないよう、乳搾りと餌やりの時以外は放し飼いにしています。また普段生活している乳牛舎とは別に、地下水を利用した給水場と草の生えた運動場を設けたルーズバーン方式という飼育方法をしています。

朝夕に搾られたミルクは加工施設にて成分無調整で70分30分と低い温度での殺菌、瓶詰めを行い、大仁牧場牛乳として販売

朝夕に搾られたミルクは加工施設にて成分無調整で70分30分と低い温度での殺菌、瓶詰めを行い、大仁牧場牛乳として販売

しています。

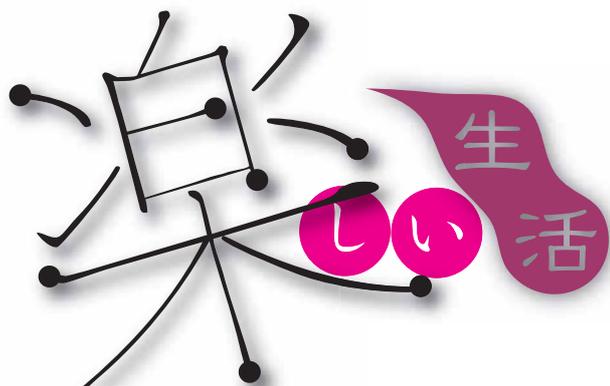
このように安全な製品を作るものになっていくのが餌です。自家産の草を主体に与え牛本来の食性を基本としています。また配合飼料にも安全性の高い遺伝子組換えでないものやポストハーベストフリーの穀類、国内産のふすま(麦を粉にひいた時に出る皮)、おから、醬油粕、ビール粕などの粕類を餌として使用しています。

ところで、牛に胃が4つあることをご存知ですか。第1胃はとても大きく、数億個の微生物が活発に働いているので、硬い草を消化し栄養にできるのです。また牛を観察していると、たえず口を動かしています。これは反芻(はんすう)といひ、食べた餌を再び口に戻して噛む行為を繰り返しているからなのです。

酪農では牛の観察、ふれあい、子牛の誕生や搾乳体験を通して生命の大切さ、食べ物の大切さを実感する事ができます。改めて、人間が生きる為に多くの生き物の支えが必要であるということを考えさせられる場所です。

農事暦

	満月	上弦	新月	下弦	満月
旧暦	4 / 3	4 / 26	4 / 17	4 / 11	4 / 3
	2 / 15	3 / 10	3 / 1	2 / 24	2 / 15
月齢	大潮	中潮	大潮	小潮	大潮
	15	6.6	29	23	15



富が蓄えられると同時にそれを守ることを運命づけられる人間。

4000年前から鍵をかけることを忘れなかったのは、大昔から宝を狙う人間がいた証です。時代が進むにつれ、それはますます複雑化していき、ドロボーと鍵のバトルは今も続いています。

人が富を蓄えるようになると、それを盗もうとする人間が現れるのは自然の流れでしょう。それに對抗して、富めるものは財産を隠すようになります。しかし、それだけでは安心できません。頑丈な家を立て、他人が勝手に入れないように鍵をかけたのです。まさに紀元前2千年のエジプトの時代から錠前とドロボーのバトルが始まったようです。

古代エジプトに錠前が存在していたというのは、4千年前のカルナク神殿の壁画に描かれていることから知られています。

それはエジプト錠と呼ばれ、現在の鍵とほぼ同じ構造をしていました。ただし、木製で現存するものはなく、真偽のほどは明らかになっていません。

古代ギリシャでは、紐で縛ることで戸締まりをしていたとのこと。その家の主人しか解けない独特の縛り方が考えられ、ゴルディアスの結び目と呼ばれていました。もっとも、所詮は紐を結んだだけの錠前ですから、気休め程度の防犯でした。その後

欲が進化させた鍵

ギリシャはエジプト錠を真似てパロス錠を誕生させます。これはローマへと受け継がれ、南京錠へと発展していくこととなります。

ポンペイの遺跡からは錠前屋も発掘されています。そこから指輪になった鍵が発見されました。指輪にくっついていくくらいです。かなり小さなものです。問題は、何故こんな鍵がつくられたかという疑問でした。一説によると、ローマ人は無類の風呂好きで、鍵をなくしたり盗られないように指輪に

して身につけていたといわれています。まるで現在のサウナ風呂と同じ光景があったことになりました。他の説ではポケットがなかったからといつのもありますが、相手の錠前がポンペイで発見されていないので、それが本当に鍵だったかも怪しいようです。

ヨーロッパが中世になると、ますます錠前が大活躍します。というのも、貴族に富が集中して、富める者は財宝の山で暮らすことになったからです。もちろん、貧富

の差は激しく、絶えずドロボーに狙われていることを覚悟する必要がありました。金庫が出現したのもこの頃で、鍵穴すら何処にあるか解らないようにしてしまったり、無理矢理開けようとすると指が挟まったり、ヘタすれば槍が飛び出すように仕組まれた金庫まで作られたそうです。人間の欲と猜疑心には限りがないようですが、そんなリスクを知らながらも盗みか後を絶つことはありませんでした。

最後には玄関ばかりでなく、家の戸棚や引き出しにも鍵が付けられ、それらをすべて持ち歩くハメになってしまいました。映画なんかで束になった鍵から慌てふためきながら正しい鍵を見つけ出す場面がありますが、決して冗談ではなかったようです。とくに女性は大変ですが、美しい彫金を施してペンダントなどのアクセサリにして持ち歩いたそうです。

現在は、カード式や指紋などのデジタル化された鍵が出回り、鍵の概念もずいぶんと変わってきていますが、その心は古今東西、何一つ変わることはありません。

シマ吉の大冒険

Vol.87

やわらか春キャベツ たて りえ



この時期と水
春キャベツは
なんといっても 柔らかさが特徴だっぴ!
冬キャベツは 火を通すことで甘さが
でてくるけど 春キャベツは 生のままで
十分甘っぱい。

じゃあ
せんキャベツ
ど食べたいな



お便り回覧板

そば打ち体験は楽しかったでしようね。私もこんな体験したかったな。足も不自由になつて大仁に行けないのが残念です。

(岩手県北上市 高橋ミヤ)

大仁牧場の飼育日誌が掲載されていましたが、現代社会においては酪農も大切だと思いま

す。食生活では肉類、たまご等を必要としますので、とくに鳥インフルエンザなどが気になります。

大仁ではどのような対策、また飼育方法を公表していただけたらと思

います。

(生駒孔一)

健康野菜クッキングの汁は、自分も青森県ですが、と当地方では郷土料理として存在してなくて、どのようなものか、確かではありませ

んでした。今回で良く判り、料理すると大変美味しく、これが

(岡山県倉敷市 森分芳枝)

ら毎年正月に作りたいです。

(青森県八戸市 市川国是)

はじめて作りましたが、カボチャ(13個)、白菜13個が見事にできました。もう感激でした。現在ブロッコリー、キャベツが収穫の時です。エンドウも順調に育っています。

(宮崎県日向市 白井トキエ)

MOAの瑞雲醤油は、味、香りが他のものと比べて全然違

ますね。先日煮物をつくっていたら、近所の方が、いい香りするね

と言いながら我が家に入つてこられました。

(長野県飯山市 宮川サヨ子)

大仁牧場日誌が良かったです。農場を訪れると必ずソフト

クリームを頂くのですが、6頭の乳牛から生産されているのですね。

(岡山県倉敷市 森分芳枝)

読者プレゼント

締切 4月27日(金) 当日有効

当選は発表をもってかえさせていただきます。

今回は『あまなつ』抽選で10名様にごプレゼントします。ご希望の方は住所、氏名、年齢、電話番号、会員番号、記事への感想とプレゼント名を必ず書き添えて、下記までお申し込みください。

〒410-2311 静岡県伊豆の国市浮橋 1606 の2 MOA自然農法文化事業団「読者プレゼント」係

topics

トピックス

第3回自然米コンクール

新潟市普及会の
今井さんに金賞

平成18年度通常総会の閉会後、MOA研修センター内において第3回自然米コンクールの授賞式が行われました。今回コンクールに参加した生産者は152名で、北は北海道から南の沖縄まで自慢の自然米が出品され、昨年の参加者が百人に満たなかったのと比べると大幅な出品増となりました。

金賞を受賞したのは新潟市普及会の今井啓徳さんで、祖父、父親から受け継いだ自然農法の水田が評価された喜びを語り、銀賞に泉普及会の若生隆夫さんが選ばれました。また銅賞に多田清市さん故人、阿部征弥さん、多田勉さん、優秀賞として畑喜一さん、川上美博さん、久米実さんが受賞した他、優秀賞に5人、奨励賞として17人が選出され、それぞれ賞状と記念品が授与されました。



受賞者を代表して金賞の今井さんが喜びを語る。

食

食品添加物と MOA 加工食品

様々な国で、その国の料理に合った酢が作り出されています。果実酢、黒酢などはその代表的な例ですが、わが国にも昔から米を中心とした穀物酢がありました。酒と密接な関係にあるこの酢の存在が、和食を豊かなものにしてきています。

酒かすと酢

私達は和食・洋食・中華あらゆる料理に酢を使います。その時に用いる酢の種類は違うようです。洋食にはぶどうをはじめとする果実から作った果実酢を、中華の時にはうるち米だけでなくもち米や大麦・コーリヤンから作った黒酢を、和食には米をはじめとする穀物から作った穀物酢を使うことが一般的でしょう。

又、最近では酢を飲むことも多く、そのまま飲む、水で割って飲む、はちみつで甘くして水で割って飲むなどさまざまです。更にまな板などの殺菌にも使用します。酒などを置いておくとすっぱくなることから、酒のあるところに酢があると見えるほど酢は世界的に古くから食われています。酢はこのように酒・アルコールから作るのが一般的ですが、日本人の知恵は酒造りの副産物・酒かすを利用した粕(かす)酢を創造しました。

江戸時代、日本酒の酒かすにはアルコール成分が多分に含まれているので、これを原料にして

もろみとし、酢酸発酵させ

て酢にしました。この粕酢は米のもつ優良なたんぱく質から作り出された有機酸を含み、まろやかな酸味が特徴で様々な料理に好んで使われています。特に酢飯に相性が良く、寿司のシャリ用に定着し、江戸前寿司に重用されるものになりました。酒かすはかすではなく米が酒になり米の成分が様々な変化した粕となっていたのです。この酒かすを活かした酢は現在も食酢づくりに引き継がれています。まさしく日本ならではの創造的調味料・粕酢と言えます。

近年では、日本酒の酒かすの様子が変わり、絞り機械を使うことで堅い板粕となり、その量も漬物と酢の両方で足りないことから、酒かすに醸造用アルコールを足して作ることが一般的です。このような酢は穀物酢と表示されます。この醸造用アルコールは芋やともろこしなどのでんぷんを原料として作ります。これをみそ工場で使用する時にはみその再発酵を防止するために使用するので食品添加物として扱われます。所変われば役割変わるです。

一方、ぶどうを原料とした果実

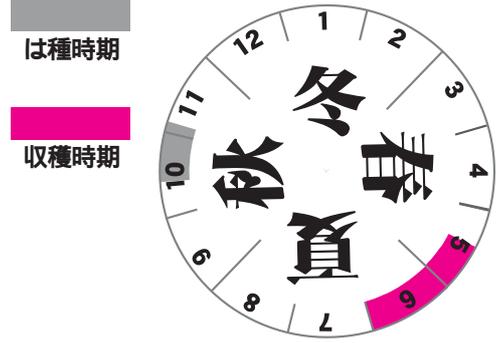
酢では、収穫後そのままでも皮などに付着している酵母菌が作用して酢ができます。しかし、それは料理に使えないのでワインを作り、これに酢酸菌を加えて酢にします。このワイン作りの時、果実の防腐効果を目的に、製造過程で数回亜硫酸塩が添加されますが、その残量は微量のため果実酢に表示の必要はありません。

MOAでは、MOA自然農法国内産の米を原料とし、寒の時期に仕込んで酒を造り、これに種酢(たねず)を入れて静置発酵させた「瑞雲純米酢」と、この酒造りの時に出した酒かすを二年間寝かせてまろやかにした酒かすと酒を混ぜて酢酸発酵させた「瑞雲米酢」、この瑞雲米酢をベースにミネラルを含む砂糖と塩、良質な昆布から煮出したエキスを配合し手軽に酢飯ができる「瑞雲すし酢」があります。季節の魚や野菜などをネタにして、我が家で「手巻き寿司」はいかがでしょうか。焼き海苔の磯の香りとほよよい酸味と砂糖の甘み、そして魚と野菜が合わせだす風味は、きっと我が家に春の到来を感じさせるものとなるでしょう。

甘くて皮まで食べられるスナップエンドウは子供たちにも大人気です。

栽培も比較的簡単で、手間はかかりません。ただし、乾燥には弱く、敷き草で保湿を心がける一方、土が乾燥していれば土の湿り気を保つように水をあげましょう。また、窒素が多いとアブラムシを引き寄せるので、堆肥などを使い過ぎないように注意する必要があります。

栽培カレンダー



それぞれの穴に1個ずつスナップエンドウの種を入れていきます。



中央部に点まき用の穴を第2関節まで入るように入れます。



たっぷり水やりをし、乾燥を防ぐための敷き草をします。敷き草は枯れ草をハサミで切って使いと良いです。



点まき後は土をかぶせ、軽く手の平で表面の土を抑えます。



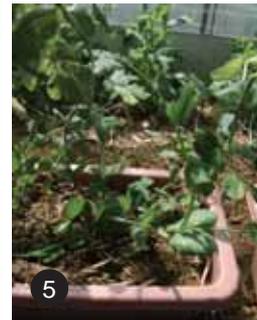
キッチンガーデン実践講座
プランターでスナップエンドウ



先月号(3月号)のキッチンガーデン実践講座で定植したジャガイモが芽して、こんなに元気に育っています。(3月6日撮影)



白くてかわいい花が咲くと収穫間近です。実がふっくらしてきたら収穫適期です。



水やりを忘れずに育てましょう。

ジャガイモが芽して元気に育っています

支柱をつくろう



エンドウやインゲンなどの豆類はつる性作物で、何かにからみながら上に伸びる性質があります。このため、プランターで栽培する時は、支柱を立ててからませるか、垣根などの傍に置いてツルを伸ばせてあげると良いでしょう。

約 10 分 53kcal (1 人分) 0.5g (1 人分)
調理時間 カロリー 塩分

山芋のフライ

健康野菜クッキング



栄養士



一口アドバイス

今月のアドバイザー

鮎川智美さん

やまいもは、世界中で 600 種ほどの種類があり、広く栽培されています。歴史は古く、日本へは奈良時代に渡ってきたようです。食効果としてはでんぷん、ビタミン A、B 群、C、食物繊維、良質のたんぱく質、消化酵素など栄養が豊富で、昔から滋養の高い野菜として親しまれてきました。ま

たやまいも特有のネバネバ成分であるムチンには、胃腸を守り消化吸収の働きを助けてくれます。「ごんご」にしてあつあつのご飯で食べるとおいしいのはもちろんですが、今回は素揚げにしています。小さなお子さんでも美味しく召上っていただける一品です。

「材料」

(4 人分)

山芋 250g
塩、こしょう、青のり 適宜
揚げ油 適宜

つくり方

山芋は皮をむいて拍子木切り、または輪切りにする。

フライパンに多めの油を入れて熱し、山芋を揚げ焼きにする。

山芋がきつね色になったら取り出し、半分には塩とこしょう、残りには塩と青のりをふりかける。