まほろば 自然農園だより

宮下　洋子
Hiroko Miyashita

2017 - 6 月号

菜花の収穫風景（仁木農場）

苗作り最終章

札幌のハウスで私の作っている苗は、どんどん仁木の畑に運ばれて、残り少なくなりました。後は、スイカとキャベツや白菜、レタスの苗のみとなりました。スイカは明日（6/６日）運んで定植してもらう予定です。まだ小さいレタスやキャベツの苗は、私と一緒に運ばれて、仁木で管理することになります。

私の作った苗が仁木でどのように育ててもらっているのか、会うのが楽しみです。

比べてみない？自然栽培と有機農法

小別沢農園の後を引き受けてやってくれることになった、元研修生のカワイファームの川合さんは、研究熱心で、農業に対して自分の考えをしっかり持った人で、苗作りにも深いこだわりがあります。

私は、天然のミネラル類や、活性炭、堆肥、ぼかし肥料（ブラドミン）、バーミキュライトなど作物の種類に応じてそれぞれの育苗用土を作りますが、川合さんは、少量のもみ殻くん炭以外は農園の土だけで無肥料で作ります。自然栽培の考え方のようです。（自然農法と自然栽培は違います）

同じハウスで、ほとんど同じ種類の苗を、違う方法で作るので、とても興味深いものがありました。もっとも無肥料といっても、畑の土は去年まで 15 年ほど良く堆肥や肥料の入った土なので、残肥があり、まったく無肥料の土と言うわけではありませんが……。

できれば、何年も継続して観察してみたい

幼い時に、必要な栄養を与えられないで育った苗と、ほどほどに与えられた苗は、その後の成長にどのような影響があるのでしょうか。

確かに川合さんの苗は、見た目はいかにも栄養失調ですが、畑に下すと吸肥力が強くぐんぐん伸びていくと思われます。しかし、実がなり始めて来た時に、どのように変化し、どのような味になっていくでしょうか。

さらに、何年か経って、私たちが投入した肥料がさらに不足して来た時、自家採種を続けた作物はどのように育っているでしょうか。

病気や害虫に対しては、どのような抵抗性があるでしょうか。

お互いに興味があるので、仁木と小別沢に分かれてからも、継続して観察していくことにしました。

トマト苗の交換

私の作った桃太郎ファイトの苗と（初期の頃の肥料設計は福田君がやって、私はそれを引き継いで、少しミネラルの追肥をしています）。川合さんの作った同じ桃太郎ファイトの苗も、少し交換して、それぞれの圃場に植えてみる事にしました。

まほろば苗の肥料は？

まほろばの苗も、定植の圃場も、トマトに関しては、今の所、一切チッソ肥料は使用せず、苗作りの時は、バーミキュライト・活性炭・燻炭などの土壌改良剤と、草木灰・陸王（マグネシウム主体の天然ミネラル類）などのミネラル類だけでした。

圃場（ハウス）は、少量のヌカと草木灰だけですが、去年は秋口にチッソ肥料を追肥しています。今年はどうなるか分かりません。

大きく育った川合さんのアロイトマト苗

注目は、川合さんのアロイトマトです。

特徴

一代雑種の「桃太郎」を固定した貴重な固定種の完熟トマト。石川県の増田一洋氏が無肥料栽培の関根幸生さんの種を木村式自然栽培で４年間選抜して採種した種子です。露地の無肥料栽培で力を発揮し、反面、先祖の桃太郎から肥料過多だと暴れやすい傾向がある。

実際に、畑の土と、もみ殻燻炭だけで大きく育っています。私は２本ほどもらって、ヌカと草木灰だけ入れた仁木のハウスに植えてみる事にしました。どんなトマトが出来るのかとても楽しみにしています。

左からまほろば農園の桃太郎、川合さんの桃太郎、アロイトマト

奇特なボランティアさん

ある朝の 5 時頃でした。私がハウスの窓を開けていると、

「農園の草取りをさせて頂けませんか」という上品そうな奥様、とても草取りをお願いできるような方には見えないので、どうしたものかと思案してしまいました。

お話を伺ってみると、主人の「農園だより」に、三枝（さえぐさ）さんが仁木農場に来られて、裸足で電磁波をアースしながらボランティアをしているというのを読まれて、「私もやってみたいのですが、よろしいでしょうか」と言われるのです。「それではちょうど、ニンニクのところの草取りに手が回らなくて困っているのでお願いできますでしょうか」というと、石ころもいっぱいあるところに植えられたニンニクのところで、躊躇することもなく裸足になられて、さっさと草取りを始められました。いつまで続くかわからないと思いのほか、毎朝早く、雨の日もレインコートを着られて、ついにやり終えて帰られました。

最後の日にお名前を聞きたかったのですが、ちょっと私も忙しくしているうちに、いつの間にか帰られてしまい、お礼も言えず残念でした。本当にありがとうございました。

おかげさまで、ニンニクはすくすくと育ってくれています。せめてニンニクが出来た時には差し上げたいのですが・・・

ナスの苗、販売します

仁木農場に植え終えて少しだけ余剰が出ました苗を販売させて頂きます。無農薬で育てた自家採種の長ナスと真仙中長ナスの 2 種類、各 195 円です。30 本ほどしかありませんのでお早めにどうぞ。

仁木農園篇

—宮下 周平—

この 5 月 4 日で、二年目を迎える仁木農場。さて、どんな春を迎えているのでしょうか。

1、野生アサツキの生きざま、風情！！！

まほろば仁木農場、最初の収穫は、野生のアサツキから始まる。

昨年、耕起したのにも関わらず、グングン芽を出し、伸びて畑一面に群生する。その逞しくも美しい光景は、雑草ともいえる生命力そのものである。

やがて、花が付き固くなって来たが、根玉をしっかり付け、枯れて来年の再生を夢見る。誰もが、振り向かず、誰の口にも目にも入らずとも、一途に咲き誇るイノチの健気さを思うのだ。

かつて孔子は、山中にひっそりと咲く蘭の花を見て『幽蘭』という古琴の名曲を遺し、俳聖芭蕉は山陰にそっと咲くスミレを見て「山路来て何やらゆかしすみれ草」（野ざらし紀行）と愛でた。漱石は、それに倣い「すみれ程な小さき人に生れたし」と詠んだという。人知れず与えられたイノチを、イノチの限り精一杯生きることこそ、生きとし生ける者たちの、この世に降ろされた使命であるのだろう。そこには大小も貴賤も美醜もない。まさに世界に咲く一つの花なのだ。

2、ELIXIRの活性炭、再生・再利用！！！

この20年間、エリクサーを販売し続け、さらにリハビッシュの詰め替えを行って来た。そして、廃棄の活性炭やセラミック、もろもろの鉱物・宝石が送り返されてくる。それを洗い清め、乾燥させる。今、小別沢に積まれて来たその山を、仁木に移動し、毎日乾燥して中身を仕分けしている。中には、二度と手に入らないお宝が、少なからずあり、内心ときめき乍らの作業。この素材の中の活性炭にしろ、日本ではなかなか入手出来ない極めて精度の高い特殊活性炭である。

燻炭や木炭は、経年と共に土地に同化して消えるが、活性炭は一種、陶磁器のように硬度があり、土にそのまま残る性質があり、その無数の穴が微生物の巣窟になる。なんと活性炭1gに1200㎡(東京ドームの1／10)もの表面積がある。エリクサー1台で、東京ドームの80倍（102ha＝皇居全体に及ぶ)、仁木農園の約23倍もあるというのだから想像を絶する。施肥や無肥料など諸説あるが、要は微生物がいかに棲まって有効に働いてくれるかに係っている。最も細密な団粒構造なのだ。いわば、ここを名付けて、「エリクサー農園」というか、「微生物遊園地」としたいところだ。

リハビッシュした内部素材をスノコで振り分けて活性炭のみを残す

3、「菜花」、「冬越しユーゴスラビアン・レッド」の逞しさ！

小松菜や白菜は成長点に達すると、根こそぎ切られて出荷される。一回限りの命である。

だが、秋に撒き、しっかり雪の下で冬眠して寒さ

に耐え、春に晴れて芽を吹き出す。そのエネルギーたるや、通常の野菜の幾倍も強いものがあるのだろう。

現実に、1本の茎からどれ程採れるのであろうか。5月1日から出荷した菜花は、およそ6月に移ってからでも、採り続けられていた。脇芽が次々と葉に芽吹き、そこを折ってやって次の成長を待つ。命の連携が、息つく暇もなくリレーされて行く。

それ等を惜しくも草刈り機で刈り取ってやったのがこの5日であった。小松菜と白菜の菜花が近い圃場にあり、両方とも十字花科アブラナ科で、種が混雑してしまうので、花が咲かないうちに、どちらかを刈り取らなければならないからだ。献身的な作物に感謝するのみ。

「今まで、ありがとう！菜花さん」

その横で、シダの雑草に交じって、これも昨年取り置いた「ユーゴスラビアン・レッド」が冬を越して葉を付けている。成長が早いレタスに比して、何とゆったりと命永らえていることか。決して諦めることなく、今を懸命に生きているその姿に祈りを感じるのだ。

決して老化苗と呼んではならない。小さい苗をマルチのベットに移してやり、伸び伸びと今を生きている。

4、助っ人ハナちゃん、大助かり！

5月は、農作業が押せ押せになり、どうしても遅れ気味になる。家内が、小別沢で苗立てしたレタスや、畑の片隅に撒いたサニーレタスの移植が、後回しになって、中々できない。そんな時、突如ソフテリアから助っ人の西巻華絵ちゃんがやって来てくれたのだ。この手の回らない移植が、事も無げに2，3時間で片付けてくれたのだ。大助かり。黙々とこなす華ちゃんには、ありがとう！！

レタスも、こんなに嬉しそう。毎日スクスクと育っていますよ。

そして、札幌から毎朝、7時には来てくれている福田直之さんと池田尚樹さんには、大いに支えられている。本来なら福田さんは本店勤務であるはずだが、植え付けまで新米には出来ない色々な難工事をこなしてくれる。ベテランの力は偉大だ。

又、池田さんは、寡黙ながら淡々と作業を完遂させてくれる実力に驚く。二人の長年農園で培って来た知恵と経験力なしには、今は有り得ないのだ。

人の力はこんなにも大きいものかと改めて考えさせられている。

5、「へうげ味噌」「新醤」の豆畑

今年で８年目を迎える「へうげ味噌」と「新醤」の豆作り。50m の畝を８本。紫花豆、白花豆、三色インゲン、ツタンカーメン、うずら豆、銀手亡、虎豆、大平（おおひら）インゲン、モロッコ。

そのうちのモロッコ、大平は普通平日出荷。後は加工のため成りっぱなしにします。出来れば、横のアーチの絹サヤ、スナック、グリーンピースも少々加えたいところ。さらに別床に、もやしの原料、緑豆と自家小豆も育てたい。まだ緑豆の成るのを見たことがないから興味深々です。

FB ／フェイス•ブックの「小泉武夫食マガジン」にも『自然農園の賜物！「へうげ味噌」蔵出し』（http://koizumipress.com/archives/9904）と題して up されています。ご覧ください。

6、カボチャの芽の群生に、ビックリ！！

「緑の海」を昨年、お読み頂けましたか。そのカボチャの末成（うらな）りや腐ったものを、廃棄場に捨て置いて、すっかり忘れていた。何と床に種をまいたものより、一足早くこんなにも鬱蒼として芽生えていました。驚くほどの生命力！

種あれば、芽生える。当たり前のことですが、どんな命も生きたいのです。どんな命も交ざりたいのです。

それを、人間の都合で、良いの悪いのと選抜して遺して来たのが今の種子ですが、その外品でも命の限り生き残り、次の種子を遺す本能のようなものに、畏れと敬いと感動を覚えます。人間も、植物も、動物も、自然も歳々生々、輪廻転生しながら、尽きぬ生命を生きています。

7、新種・珍種

チベットの大麦と小麦の種をわずかに入手。これを育苗し、種取して、増やしたいと思った。

彼地では、「ツァンパ」と呼ばれる食べ物の原料、大麦の変種で裸麦。これを脱穀して乾煎りし、ヤクバターと練って食べられるなど、日に三度常食されている遊牧生活者の保存携帯食品である。西洋由来の小麦粉でなく、東洋経由の麦類の復興を夢見たい。

福岡自然農園の裸麦こそ、日本本来の麦で、一般小麦は明治以来渡来したもの。ここに原点回帰、大麦栽培を試みたい。

余市にはマッサンの「ニッカウヰスキー」があり、原料が大麦。わが農園の横をあのウヰスキーの原料水となる余市川が流れ、エリクサー鉱物を通したその伏流水を畑にまいている。「へうげ味噌」「新醤」の材料としても、自家栽培の裸麦の復興、それもＹ遺伝子のルーツが日本人と同じチベット原産の麦種から派生させて。

さらに、中東域の一年生植物ニゲラ（セイヨウクロタネソウ）、別名「ブラック・シード」を播種した。歴史は約3300年前の古代エジプトまで遡り、アラビア圏では「祝福の種」と呼ばれ珍重されている。アミノ酸15種、必須不飽和脂肪酸（リノレン酸など）、ミネラル（カルシウムや鉄、セレニウムなど）、ビタミンA、B、B2、C、ナイアシン、ニゲロン、チモキノンなど約100種類の栄養素が含まれ、効果効能で22種類以上、ことに3系脂肪酸（ω-3）などを多く含むスーパーフードで、キヌア、チアシード、クコなどの倍以上の栄養素。亜麻のような可憐な花をつける事からガーデニングでも人気が高いという。ここを、その花園としたい。

それから、「グラスジェムコーン」。昨年末、道新に掲載されて話題になりました。この種を3年越しで採種している。ここで途絶えさすのは、勿体ないので、仁木でも続行。道路沿いに植えて、観賞用に花を添えたいと思う。子供たちに採らせてあげたい。

青や紫 カラフルコーン

札幌の農園「グラスジェム」収穫盛ん

青や紫などカラフルな実が特徴の食用トウモロコシ「グラスジェムコーン」の収穫が、札幌市西区小別沢の「まほろば自然農園」で盛んに行われている。

見た目の奇抜さから「虹色トウモロコシ」や「ジュエリーコーン」とも呼ばれる。米国で長年、品種交配を繰り返し作られた。まほろば農園は昨年、試験栽培を行い、今年は160平方㍍で約500本を育て、16日から収穫を始めた。

茎丈が3㍍を超えるので風の影響を受けやすく、8月の台風では支柱で茎を支え、被害を最小限にとどめたという。同農園の福田直之さん(38)は「甘みは少ないが、健康食と色彩を楽しんで」と話す。

収穫は10月上旬まで続く。「まほろば」本店（西区西野）などで1本180円で販売している。問い合わせは同店☎011・665・6634へ。（村本典之）

色とりどりの実が詰まったグラスジェムコーン（村本典之撮影）

8、栗、リンゴのこと

栗とリンゴの木が順調に葉を付けています。栗を常食する「縄文ライフスタイル」に戻ろうと『栗林構想』を練っています。

リンゴの「グラニースミス」には葉に勢いがあり、楽しみです。市場の仲買さんの田川社長から記念樹に、「国光」と「インド林檎」の苗木を頂きました。スクスクと勢いが一番あるかな。将来的には、種から育てる実生栽培で、丈夫に健全に育てようと目論んでいます。

9、「心の町、綾町」から郡（こおり）幸則さんがやってきた

もう 25 年にもなるだろうか。初めて冊子というものを発刊したのが「心の町、綾町」だった。それはまほろばにとっても記念だったが、それよりも心の絆が記念碑的であった。

当時農協職員だった郡さんに案内して頂いた綾町。日本の先駆けで有機農業の町として全国に知れ渡った綾町。環境保全と有機農業を町ぐるみで取り組もうとした前町長の故・郷田實氏の命がけの意気込みを目の当たりにして、10 年にも満たない「まほろば」の行く末を思った。この自然食品の仕事を続けて行く意義を再確認して、氏の跡に付いて行こうと決心したのだった。　今は亡き郷田氏。その意思を生前から継承して、後代に繋げようとする郡さんは、350 軒の有機農家を束ねる「有機農業推進会議会長」に就任して、自園のみならず、町全体の有機農家の在りように心を砕いておられる。誠実で愛情溢れる氏の人柄を慕って来られる方々が多い。

昨年から、氏の農園から仕入れている野菜は、エネルギーが高く、品質が優れ、食味が深く、他の追従を許しません。

それは、町全体の生ごみをリサイクルの肥料工場によりたい肥化した豊かな地質改良、そして長年培った管理指導が行き届いたものです。個人で取り組むものと違い、その総合力は、微に入り細を穿つもので、他県の有機農産物に比較して、0 － 1 テストでも圧倒的にプラス反応を示します。

仁木農園にもお越し頂き、いろいろご指導を受け、ことに除草対策には南方で培った長年のノウハウを伝授頂いた。厄介なニンジン、ゴーヤやごぼうの栽培管理は、殊の外参考になりました。

日本の南北で栽培期間が夏冬入れ替わるので、バッティングすることなく、協調しながら一年を回して行けることに大変良きパートナーを得たことになります。今後行く末長く綾町、郡農園と提携しながら、やって行きたいと望むものです。

10、「茶豆」の種取り

昨年晩秋、11 月に収穫した最後の豆「茶豆」が、半年以上倉庫で干されて、漸く脱穀されたのが、この 6 月 5 日だった。

雪の中、寒い中を超えての乾燥が、こんなにかかるものとは、思ってもみなかった。おいそれと、豆がどうしたこうしたと評せないほど、とにかく

農業は手間暇がかかる。

足踏み脱穀で、まずは茎から殻を外す。それを、戦前からの遺品ともいうべき唐箕（とうみ）で殻を剥がし、実を落とす。

これを見ると、15年前の荏胡麻（えごま）栽培を思い出す。当時、染谷衣重さんと一緒に、えごまをこの唐箕で外していたっけ。彼女は、今東京湾の南、利島（としま）で保母さんをしている。彼女は子供たちに愛されて、今日も一生懸命働いているのだろう。また、北海道に帰って来ないかな。

この茶豆、山形では「だだちゃ豆」として有名。その旨味は格別。それを「へうげ味噌」や「新醤／あらびしお」の為に、作っている。こうしてみると、一碗の味噌汁の中に、どれほどの苦労の手が入っているのか、自らも手を合わせて戴かねば……。

11、「命草（ぬちぐすい）」マンジェリコン

先月号に、小樽在住の武道家・三枝龍生さんのアーシングのことを書かせて頂いた。3.11の東北大震災と原発事故で、東京を離れて6年。彼は国内外でも、著名な合気道の達人である。その彼がしばしば仁木の農園を訪ねて下さる気の合う友人でもある。

先日、ある方から贈られて来たというブラジル原産のハーブ「マンジェリコン」の枝を頂いた。沖縄では「命草（ぬちぐすい）」と呼ばれるほど、高血圧、糖尿病、アトピーなどなどの特効万能薬という。挿し木も驚くべき繁殖力があるが、耐寒性がないというので、北国ではどうだろうか。でも、農園ではあの沖縄の「雲南百薬」は最後まで生き残ったし、ゴーヤも露地で出来るし、分からないですね。葉っぱや茎を乾燥させてお茶にするそうです。食べると苦いから、きっと良薬なのでしょう。少し育ててみますね、これもご縁ですから。

いい言葉ですね、「命草」ぬ・ち・ぐ・す・い。

作物はみな「ぬちぐすい」。ここを「ぬちぐすい農園」と名付けるのも素敵かもしれないですね！

かわいふぁ～む

川合 浩平

皆さま、こんにちは！かわいふぁ～むのカワイです！

いい天気が長かった5月でしたが、下旬からいきなりの雨、雨、また雨、そして寒い。
なかなかバランスよくはいかないものですね。
まったく土が乾かず、重粘土質の小別沢は畑に入ることも躊躇してしまうほどです。

あ、なぜ畑に入れないかというと、濡れている土に圧力をかけてしまうと、乾いた時にガッチガチに固まってしまうのです。
根には空気も必要ですし、土には水の通り道も必要なのですが、それが無くなり根がのびのび伸びることが出来ず、生育が悪くなってしまうんです。

そしてこのおたよりの記事を先日書いたばかりと思っていたのにもう書くなんて、なんて早いんでしょう。
ホントに早すぎます。
光陰矢の如しとは、まさにこの事。
畑が広くなりあれやこれやとヤル事イッパイで、毎日の作業が忙しすぎるのです。
この忙しさ、手伝って頂いているボランティアさんに助けられています。

また、途中から育苗をほぼ100%やって頂いた宮下顧問には本当に感謝です。
この場を借りて、御礼申し上げます。

あ、時が過ぎるのが早いのは歳のせいもあるかもしれない、と一応断っておきます・・・ｗｗ

さて、畑の様子ですが、雨が少なく五月は春の陽が心地の良い日が多かった気がします。
そう、山あいの畑ではいつも風が吹き、小別沢は無風の状態はあまりないと思います。
もう小別沢で4年目ですが、無風の時を感じたことがないかもしれません。

そんななか、定植したばかりのピーマンが早くもやられております。
上半分が無くなっていたり、定植したピーマンが植えた場所からマルチの外に移動したり・・・（写真）

今年は雨の時に来てるので、犯人の痕跡がしっかり残っています。
そう、犯人はヤツです！
去年は足跡がクッキリとなりになかったので、初めて見た時は一瞬、超常現象かとも思いました。
しかし、今年は経験がモノを言います。

勘のいい読者の皆様はお気づきかもしれませんが、ズバリ言いましょう！
シカです！
鹿なう！（Twitter 風）
＊なうは NOW（今）という意味です
例　ラーメンなう・・・「今ラーメン食べてるよ」という意味

ん？
あれ？
もしかして・・・
常に風が吹く山あい→風がふく谷　→風の谷・・・
鹿出た→シカなう（Twitter 風）　→なうシカ・・・
けど、そのままでは使えないので、
「風の谷のシカナウ」　ｗｗｗ

Σ（゜Д゜ノ）ノおおおおおお～

いや～、びっくりですね・・・
33 年の時を経て、今ここでリンクするとは・・・
あ、字数がそろそろ・・・笑

では、前置きはそろそろ終わりにして、お待ちかねの出荷野菜情報を少々。

売り出しに目がけて、露地栽培のこだわった小松菜を出させて頂いてます。
この小松菜、少々こだわりがありますので、今回は虫さんにひと手間かけてもらい、小さな模様をつけて頂いております。
ただ、味は悪くないのでご賞味いただければと幸いです。
野菜は6月後半～7月前半にかけて徐々にレタス・大根・ブロッコリー・キャベツ等出荷できると思います。
そして、爆発します！
今しばらくお待ちください！

＊前号に引き続き、告知です。
今年は援農ボランティアさんを募集しております。やっていただける奇特な方がいらっしゃいましたら、お店のスタッフさんにお声掛けくださいませ！
お店のスタッフさんにお話し出来ないシャイな方は、Facebook で「川合浩平」もしくは「かわいふぁ～む」にメッセージを頂ければと思います。
内容は簡単な草取りからハイレベルな草取りまで、様々な作業をご用意してお待ちしております。
お礼はその時々で採れる野菜になります。

2017 年も・・・シカたない・・かも・・
かわいふぁ～む　YASAIBACCA カワイ