

TOREK 自然農法 ホットニュース

第 173 号 2012. 9. 25

健康な地球に生きる健全な人間の姿を求める「岡田茂吉師」が提唱した「自然農法の原理」に基づき、「無施肥無農薬栽培」を通し、生産、流通、消費者がお互いの現場を理解し合える、安全で豊かな「食」の普及に取り組んでいます。

まさか我が身に痛風？

東京都 安藤秀樹



「痛風」、この痛みは文字通り筆舌につくせぬものでした。昨年は東日本大震災という未曾有の災害がありました。私にとってもこれほどの災害は初めてのことであり、その時期の仕事のことも含めて、相当のストレスがあったこともあります。ビールの量も増えて、そのつど好きな焼き鳥のモツ類も多く食べていました。体重のせいだけではない体の重さ、だるさを感じ、昨年5月10日から、だんだんかかとが痛くなり、捻挫になるような足を打ったり、ひねったりした覚えがなかったので、変だなと思っていました。

翌日から右足はつけられないほどの痛みで、お世話になっている安田さんから「痛風じゃない？」と言われ、ミュージシャン仲間の何人もがなっているあの痛風がついに俺にもと観念しました。痛みはますますひどくなり、痛風の大先輩マスマス(増田さん)に電話でアドバイスを頂きました。自然農法のほうじ茶をたくさん飲み、家内に自然米のお粥を作ってもらい、流し込むように食べました。痛みでトイレにもひざまずいて行きましたが、尿はだんだんオレンジ色から濃い赤サビ色に変わっていきました。さすがに仕事は1日休みましたが、あとは家内に車で送り迎えしてもらいました。

やはり痛風に詳しい知人の福田さんにも聞いて、痛風の原因である尿酸値が高くなるプリン体の多く含まれている食事をチェックして、自然農法の野菜を多くとり、ひたすらほうじ茶と水をとりました。動物性のもはとらず、自然農法のみかんジュース、野菜からも力を頂き、自然米、ほうじ茶で奇跡の1週間で良くなりました。それ以来、なるべく野菜を多くとり、ビールはひかえ、ハイボールにして、飲みすぎに注意し、運動もきちんとするよう取り組んでいます。

初めての自然農法の取り組み

東京都 福石恵子



自然農法に取り組んだきっかけは、自然農法の野菜を買い、食していましたが、家でもできたらいいなと思ったことです。家の材木置き場(3代続いた鳶職の家)を取り壊し、庭の一部分に自然農法を取り入れました。最初はキヌサヤ、トマトを植え、背丈が伸びたキヌサヤ、赤くなったトマトを見ながら、自分ができないと思ったことが、実になっていく喜びは、例えようがありませんでした。土いじりなど全くといって経験がなく、虫が嫌い、暑いのは苦手な姉と私ですが、今は長靴、麦ワラ帽子に手拭い、完全武装で土と格闘しています。農産展に初めて出品、桃太郎トマト、もっとたくさん出したかったのですが、姉のお腹の中に入れてしまい、大事に大事に育てた4つのトマトを展示していただき、感謝しております。

ある日、カラスに熟していない青いトマトを落とされたとき、姉がご近所から頂いた塩糍で、以前自然農法のキュウリを漬けた経験から、そのトマトを塩糍漬にしてみました。朝漬けて、夕方食べてみたら驚きで、瓜のお漬物のようにパリパリしておいしかったです。意外な発見でした。今はコマツナ、赤くなったトウガラシがすくすくと育っています。

通りすがりの方や、ご近所の方々が庭に入り、眺めて、「おいしそうだね」「見事だね」と言うと、人がいいのか図に乗って、ご近所の皆様、郵便配達の方、宅配便の方までにおすそ分けし、いつの間にか畑の枝にはキヌサヤもトマトもないときもありました。でも皆さんから「キヌサヤは甘く、トマトはなにか懐かしい味がして、スーパーで買うものよりおいしい」と言ってくれました。自然農法で作った作物を食して、おいしいねの笑顔、これが自然農法のカリカマだと思いました。TOREK 自然農法の原理に基づいて、初めてチャレンジしてみました。これからも、少しずつでも色々な野菜を取り入れて、続けていきたいと思ひます。



夏休み 自然農法体験学習

埼玉県 豊泉 怜



8月19~21日、学生会自然農法体験学習、小学6年から大学1年までの学生と係13名で、長野県の木島平村に行きました。

今回の体験学習は、なるべく自然農法の作物を食し、実施者である堀さんの田んぼで農業体験を行い、夜には花火を楽しみ、星空を眺め、3日目には実施者の久保田さんのビニールハウスでの見学と、ミニトマトを食す、という内容でした。都会では味わうことのできない自然を全身で感じ、普段頂いている作物の生産現場を体験し、食の大切さを学びました。

実際に田んぼを目の前にし、堀さんから貴重なお話を頂きました。その中では、今主流である慣行栽培米よりも、自然農法米は精米するときのロスが少なく、細胞が緻密であるから強く、稲自身が無駄なく多くの実をつけようとして育つことなど、実体験も交えてお話を頂き、夏の強い日差しの中でしたが、学生たちは堀さんの説明に真剣に耳を傾けていました。

その後、実際に水抜きされた田んぼに入り、昼食をはさんで夕方まで約一日、雑草取りの作業をお手伝いしました。学生の中には、腕が葉でかぶれたり、炎天下の中での作業で服がぬれるほどの汗をかいたりする人もいて、農家の方の大変さを実感し、食への感謝を強くしました。

また堀さんより土を頂き、二十日大根とカブの種を植え、各家に持ち帰り育てるという宿題が出されました。「種をまくということには責任が発生する」というお言葉を身をもって学ぶ機会を頂きました。現在、脱落者もおらず、皆さん順調に育てており、土、作物に愛着がわいてきているようです。

最終日に訪問した久保田さんのビニールハウスは、日中で37度にもなるそうで、私たちは、ほんの数分間中にいだけで耐え切れず、外に出てしまいました。こんな中、作業されていることに驚き、久保田さんの信念を感じました。収穫し食べさせていただいたミニトマトは真っ赤で、とても甘く濃厚な味わいでした。

3日間を通し、自然農法の田んぼやビニールハウスに入らせていただいたときの学生たちの顔がとても印象的でした。堀さんや久保田さんのお話を聞いているときの真剣な顔、虫や蛙が無邪気に笑う顔、全ての顔がキラキラと輝いていました。そんな雰囲気させてくれたのは、長野の自然の空気ではないかと思ひました。お二人の熱いお話と貴重な体験を忘れず、自然農法に学生として携われるよう、つながっていきたくと思ひます。



お知らせ

- 自然農法頒布会 10月14日(日) 東中野会場 10:00~ (売り切れ次第終了)
- 自然農法頒布会 10月16日(火) 鎌ヶ谷会場 11:00~ (売り切れ次第終了)
- 食のあふれている今、人を生かす生命力ある食べ物一体どれほどあるのでしょうか？ 自然農法頒布会では無施肥無農薬栽培の作物を紹介し、販売します！
- 自然農法勉強会 10月30日(火) 別院講堂 午前の部 10:30~ 午後の部 19:00~



無施肥無農薬栽培物の販売予定

10月3日 於：伊都能売会館

生産者の方々が直接販売されます。 東京都八王子市長房町57 042-665-6369

- 市川生産グループ：煎茶、ほうじ茶
- きじま平自然農産：キュウリ、枝豆、青豆納豆、ピリ辛糍、きじま弁当
- ジョリフィーユ：カボチャのモンブラン、ルバーブのチーズタルト、カスタードプリン ほか
- 中島農園：ジャガイモ、ニンジン、ネギ、枝豆
- 飯塚農園：みそ
- 長柄山自然農園：卵
- 富田善嗣・よしたい農園：白米、モチ米

お問い合わせ先：編集部 針貝 FAX：03-3369-3324 e-mail：naturefarming@torek.jp
TOREK活動のホームページもご覧ください。 http://www.torek.jp