

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。

農産展 におい比べ・食べ比べ！

8月18日の夏季農産展にて、無施肥無農薬栽培、有機栽培、慣行栽培の野菜のにおい比べと食べ比べを行いました。今回は夏野菜の代表、「ズッキーニ」です。無施肥無農薬栽培の長野県産にあわせて、生産地を揃えたかったのですが、有機栽培は長野県産、慣行栽培は千葉県産のものになりました。におい比べ・食べ比べいずれも慣行栽培→有機栽培→無施肥無農薬栽培の順に皆さんに試していただきました。

におい比べは、違いを分かりやすくするため、2日前にカットしてビンに入れておいたものにしました。ズッキーニは香りの少ない野菜と言われていますが、ビンのふたを開けて、慣行栽培のものは、化学薬品によるツンと鼻にくる刺激臭がしていましたが、最後のほうではそのにおいが飛んでしまい、なんのにおいもしなくなっていました。食べ比べでは、ホットプレートを使い、野菜本来の味がわかるように、油も調味料も使用せず、ただ焼いたズッキーニを順番に試食してもらいました。(以下の表参照)



	慣行栽培	有機栽培	無施肥無農薬栽培
におい	化学薬品のおい鼻の奥にツンとくる刺激臭 なんのにおいもしない 目が痛くなる	むあつとした変なおい 泥くさいにおい くさい	ほのかに香りがある。 ほわつとしたにおい 優しいにおい 美味しそうなにおい
味	苦い味 味がしない ふつう	食べた後が苦い やたら甘ったるい、気持ち悪い甘さ 最初甘いと思ったが後味が苦い 後味が気持ち悪い	最後まで口の中で甘みが残る 本当に、美味しい、違和感がない こんなに美味しいと思わなかった 自然な甘さにびっくり

試食した後の皆さん(お子さんも大人の方も)の顔が、無施肥無農薬栽培のものを食べたあと、パツと明るくなるのが印象的でした。毎年、お子さんが違いにとても敏感に反応され、その表情に驚かされるのですが、今回は、ズッキーニが嫌いだという40代の男性が、無施肥無農薬のズッキーニを試食して、「おいしい！すごくおいしい！無施肥無農薬ってすごい」と感激され、食べた後に、「実はズッキーニ嫌いで食べないんです。これ食べたいです」と言われてびっくり。同じ会場にいた友人の方に感想を報告しに行かれ、友人の方も来てくださったのは、とてもうれしいことでした。

3種類の栽培方法の作物を一度に体感することで、改めて無施肥無農薬栽培の作物の素晴らしさを感じる方が多く、生産者の方々に深く感謝をさせていただきました。(スタッフ:大山朋子)



学生会 自然農法体験学習！ スタッフ 菊地萌香

8月18日から3日間、学生会の自然農法体験学習で、堀さんの田んぼと中島さんのリンゴ園に行きました。

堀さんの田んぼでは、何本か稲を抜いていただき、米粒がどのように成長しているのかを教えてくださいました。その場で生の米粒を食べて、成長過程のお米でも甘味があることを知り、学生と共に体験し、とても驚きました。その後、雑草取りもさせていただき、みんなできれいにしようと、学生とペアになって行いましたが、準備くださった田んぼの3分の1もいかにないくらいしか雑草を抜くことができませんでした。この量を1人でされていると考えたら、本当にすごいなと感動しました。雑草取りをしているときの学生は生き生き

としていて、とても楽しそうでした。また、丸山さんのブルーベリーも見学し、全部で300本以上ある木を一本一本、愛情込めて育てていらっしゃることも知れて良かったです。



最終日は、中島さんのリンゴ園を見学しました。中島さんから「リンゴがちゃんと成長して、消費者においしく食べていただけるように、木に話しかけている」と聞き、生産者の作物への想いを知ることができました。また、10年以上前の大根など自然農法のもの、慣行農法の作物の腐敗実験も見せていただきました。自然農法の作物は、今でもある程度の形が残っていて、さほどくさくなかったのですが、慣行農法の作物は、形は残っておらず、汁状になっていて、ふたを開けた瞬間、部屋ににおいが充満して、学生たちも「くさい！」とすごいリアクションをしていました。食べた直後は変わらないかもしれないけれど、後々このように変化していくのを考えると、農薬、肥料を含んだ作物が体に入る恐ろしさを感じ、自然農法の作物のことを知っていて、食べられていることは本当に有り難いと感じました。

今回、健康な体を作るためには、自然農法の作物が大切であることや、普段から自然農法の作物を頂けていることは、当たり前ではなく、生産者の想いが込められているので、感謝しなければいけないと感じることができました。たくさん学び、楽しい3日間を過ごさせていただきました。

心と体の健康を作る自然米♪

神奈川県 吉谷佐和子

昨年秋、小学6年だった長女は、朝になると胃痛や頭痛などで動けず、学校に行けなくなってしまいました。どうしようかと考え、最初に浮かんだのが、毎日のごはんを自然米に変えることでした。「心と体の健康をつくる自然米にいつかは」と思っていたのですが、子供3人の我が家では、経済的に踏み切れず、自然米は体調が悪いときや特別なときのごちそうとして、土鍋で炊いて頂いていました。



しかし、そうも言っていられない状況、家族にこう提案してみました。「自然米にしたいけどどう？その代わりおかずはこんなじゃないよ」と。意外にも「土鍋ごはんだったらいい！」と子供たちは即答でした。とりあえず約1ヵ月分の自然米を注文し、このお米がなくなるまで夕食を土鍋ごはんとお漬物と味噌汁くらいでつないでみよう、期間限定のつもりで始めました。自然米にすると子供たちは飢えていたかのような食べっぷり。「おいしいね」と家族で囲む食卓はとても愛しく、有り難い時間と空間だと感じました。

しばらくすると、不思議と色々な食材が集まるようになりました。バイト先の定食屋さんから不要になった肉や魚、近所の方からお惣菜のおすそわけ、友人から鮮魚まで宅配便で届くなど、結局色んなおかずが用意でき、応援いただいている気持ちになりました。本当に自然米はおいすぎて、1ヵ月経つ前に、私はこれはやめられない、どうにかして続けよう心に決めていました。自然米代を捻出しようと家計を見直し、掛けていた保険を変えてみることにしました。その差額は購入した自然米の金額とほぼ同じだったことに驚き、このお金を何かあって働けなくなったときのために、ずっと健康で働ける体を作ってゆくために使っていこうと考え方も変わりました。

もうすぐ1年になります。自然米生活を始めるきっかけとなった長女は中学生になり、学校が楽しいと登校しています。真の心と体を作る作物を生産、販売して下さる皆様、ありがとうございます。

お知らせ

- ★ 自然農法勉強会 9月26日(木) 午前の部 10:30~ / 午後の部 19:00~ (別院講堂)
- ★ 自然農法頒布会 10月12日(土) 三咲会場 10:00~14:00 (売切れ次第終了)
- ★ 自然農法頒布会 10月18日(金) 鎌ヶ谷会場 11:00~15:00 (売切れ次第終了)
- ★ 自然栽培フェア 10月26日(土)・27日(日) 中野セントラルパーク 10:00~16:00

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、煎茶ティーパック、ほうじ茶ティーパック ● 長柄山自然農園: 卵、挽き肉、ナス
- きじま平自然農産: いんげん豆、甘納豆、納豆 ● 菜園金野: 小松菜、カットカボチャ
- 中島農園: ジャガイモ、ネギ、春菊、カボチャ、ニンニク、プラムジャム、梅干し
- ジョリフィユ: プリン、みかんジュースゼリー、マドレーヌ、イチゴロール 他

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>