

田植えと夏野菜の苗の定植が始まりました！



こんには。販売交流部の柳澤です。福島県内の山々は、木々に若葉が芽吹き、山一面が若葉色に染まっています。先日安達太良山では山開きも行われ、福島県は行楽シーズンになりました。この季節、農家さんはとても多忙な時期を迎えます。田植え、そして夏野菜の苗の定植です。私も先日、農家さんに苗を沢山頂き、畑へ定植しました。小さな畑ですが、とても大変な作業でした。田植えも昔に比べたら、機械を使ったりしてラクになったとはいえ、水を張った水田での作業は、畑よりも大変です。この苦勞を思うと、食べ物一つ一つに、心から感謝して、美味しく頂かねばと思います。今号はそんな多忙な農家さんに無理をお願いして、記事を書いて頂きました。

第10回ふくしま有機農業女性の会開催！

5月13日に柳津町「にしやまブルーベリー園」にて第10回女性の会を開催しました。今回は山菜狩りと、採れたての山菜で天ぷらを堪能しました。現在、浜通りや中通りでは山菜の多くが出荷制限となっており、春の楽しみである山菜狩りが出来ない状況にあります。そんな浜通りや中通りの皆さんに山菜狩りを楽しんで貰おうと、企画させて頂きました。



♡♡参加者より一言♡♡

★南相馬市 根本幸子★

雨も上がり外での学習会、最高でした。3年半ぶりのぜんまいとり嬉しかったです。食事は山菜盛りたくさん、これ又3年半ぶり、参加してよかったです。

★喜多方市 浅見晴美★

外での山菜パーティ最高でした。山の恵みの豊かなこと！これが本当の「ゼいたく」だと感じます。金子さんありがとう！！多くの人にこの豊かさを伝えていきたいし、それが女性の会の役割かな？東京からもどんどん参加してもらおうことができたらいいかと思う。農家の方との情報交換もできて（わらびのあくぬきとか）うれしい！！

「新農薬ネオニコチノイドが生態系と子どもの脳発達に及ぼす影響」をの講演会をお聞きして

喜多方市 渡部よしの

3.11以降、放射能の及ぼす悪影響のみ注目がいていましたが食の安全、生態系への影響は遺伝子組み換え食品、食品添加物、農薬の問題と多岐に渡っている現実の中で、今回、ネオニコチノイドの悪影響について早くから危険性を訴えて来られた、水野玲子氏と黒田洋一郎氏を講師に、花と新緑、只見川の流れの美しい柳津町でお話しをお聞きしました。有機ネットの多くの会員の方が参加して下さり、また、非会員の方にも参加頂きました。「最近ミツバチがいなくなった、トンボが激減した、イナゴがめっきり少なくなった」という話を聞きませんか？養蜂家はミツバチが大量死して、死活問題だとの報告が全国各地にあるそうです。

ネオニコチノイド系農薬は有機リン系農薬に代わって登場した殺虫剤で、タバコの有害成分のニコチンに似ているので、新しいニコチン様物質＝ネオニコチノイドという名前。浸透性、残効性、神経毒性を持ち、ミツバチを含む昆虫類、生態系、更に人への悪影響が懸念される水溶性で、農作物の内部に浸透するので洗っても落ちない。

田んぼでは田植え前の苗箱処理、カメムシ駆除に施用されている。森林へのヘリによる松枯れ防除の為の散布、私達の身の回りに、住宅建材やシロアリ駆除、ペットのノミ取り、家庭用殺虫剤とネオニコが溢れている。ヨーロッパでは使用禁止となったのに、日本では使用料が増え、残留濃度も緩められている。ミツバチがいなくなれば、作物も受粉が困難となり、農業も大打撃を受けるばかりでなく、自然界の被子植物も受粉が困難になり、同時にミツバチだけでなく、昆虫を激減させ、生態系を崩壊させつつあるのでは…。更に子ども達の脳の発達に及ぼす影響。激しく動き回ったりする異常行動など。ネオニコに限らず、多種類の農薬が使用され、日本は世界でも農薬使用が飛び抜けて高い国になっている。

講演をお聞きして、農薬の及ぼす破壊力を改めて考えさせられました。全てのいのちが健やかに

渡部よしのさんのプロフィール

わたなべよしの

喜多方市山都町にて有機で水稻栽培を行っている。有機ネット副理事長。

田んぼでカエルさんに話しかける、とても純真な女性。昆虫も決して殺生せず、自然を愛する。そんな彼女の作るお米はとてもモチリとして甘みがあります。



生き続け、自然の豊かさを次世代に手渡していける様、歩んでいきたいと改めて思いました。「沈黙の春」にならぬ様、力を合わせて歩みたいですね。



とっても簡単レシピ ～きのこ編～

きのこ類の一般成分は野菜類に似ていますが、食物繊維、ビタミンB類、ビタミンD2、ミネラルなどの栄養素を豊富に含んだ低カロリー食品といえます。日本食品成分表によると、乾シイタケの食物繊維の含有率は40%強で、乾燥重量当たりに換算しても大根やネギよりもはるかに多いです。したがって、きのこ類を食べることで便通が良くなることが確認され、成人病の予防効果もあると考えられます。また、きのこにはミネラルのカリウムが多いため、塩分の過剰摂取を抑制することが期待できます。その他、たんぱく質や脂質が比較的多いのもきのこの特徴といえます。そんなきのこを使った常備菜をオルガン堂キッチン担当佐藤紀子をご紹介します。※椎茸やなめこでどうぞ！

♡常備菜（きのこの醤油煮）の作り方♡

- | | |
|----------|--------------------|
| ★材料★ | ★作り方★ |
| ・きのこ150g | きのこ分量の酒と醤油を鍋に入れて火に |
| ・酒 大さじ1 | かけ、弱火で15分煮立て火を止める。 |
| ・醤油 大さじ2 | |

左記の常備菜を使ってこんなお料理はいかが？



♡水菜と揚げの煮物 きのこ醤油煮かけ♡

- | | |
|------------------|--------------------------|
| ★材料★ | ★作り方★ |
| ・出汁 200ml | ①出汁を火にかけ、油揚げと水菜を入れて、 |
| ・醤油 大さじ1 | 水溶き片栗粉でとろみをつける。 |
| ・酒 大さじ1 | ②皿に盛り付け、①のきのこの醤油煮をか |
| ・水菜 150g | ける。 |
| ・油揚げ 2枚 | ※これをうどんや蕎麦にかけて食べるのもオススメ！ |
| ・水溶き片栗粉 小さじ1と1/2 | |



♡きのこのお焼き♡

- | | |
|-----------|-------------------------------|
| ★材料★ | ★作り方★ |
| ・きのこ150g | ①きのこを適当にちぎり入れた大葉と薄力粉を混ぜ合わ |
| ・薄力粉 大さじ3 | せる。 |
| ・大葉 2枚 | ②フライパンに油を熱して、そこに1をスプーンなどで一口大に |
| ・油 適量 | 入れてこんがり焼く。 |

ふくしまオルガン堂下北沢

☆福島旬の食材を使った「ふくしま定食」850円～

☆福島とルピシアとのコラボ紅茶「福恋とデザート畑」1000円(要予約)

住所：〒155-0032 東京都世田谷区代沢4丁目4-4-2

電話：03-3411-7205

営業時間：12:00～18:00

(18時以降は、5名様以上ご予約の場合営業。21時閉店)

HP：<http://www.farm-n.jp/youki/organ/>

電車：京王井の頭線「下北沢駅南口」より徒歩約12分

バス：渋谷駅から、小田急バス：経堂駅行、又は梅ヶ丘駅北口行

(いずれも渋54系統)に乗り、「代沢小学校」バス停下車)



「本木上堰の堰浚い（せきさらい）」

ひぐらし農園 浅見 彰宏

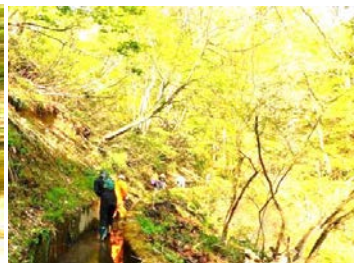
今年も5月4日にボランティアの方を迎えて、本木上堰の堰浚いが行われました。

本木上堰は約260年前に会津藩のよって開削された山腹水路で、喜多方市山都町早稲谷地区から本木地区までの山間を約6キロにわたって流れている水路です。この水路から水を得ている田んぼは約6ヘクタールと少ないのですが、山間地の貴重な棚田を潤す、いわば集落の農業生産、そして景観の生命線となっています。

条件が悪い、後継者がいない、米価の低迷などから耕作者の減少がずっと続いていました。このままでは水路管理の人が足りずにいずれ存続の危機を迎えるであろうことから、春の堰さらいという一番過酷な共同作業にボランティアを初めて受け入れたのが西暦2000年。その時の参加者は7名でした。以来毎年この日にボランティアを受け入れ続け、今年はずいに50名の大台を超え、54名の方々がお手伝いに来てくれました。参加者は主として首都圏から来てくれます。特徴はリピーターが多いこと。作業はただひたすら冬の間溜まった土砂や落ち葉を、フォークやスコップを使って浚いあげ続けるつらいものなのですが、広葉樹に囲まれた美しい環境、さわやかな空気、清らかな水、地元の人との交流、美味しい食べ物など、そのつらさを補って余りある体験ができることが好評のようです。

さらに今年には15年目という節目でもあり、唯一皆勤賞だった方の娘さん（高校1年生）も堰浚いデビューしました。当然最年少記録かと思いきや、家族で初参加してくれた中学3年生の息子さんもお手伝いしたいということで、ついに中学生まで広がることとなりました。山間の農業を慈しみ、守っていきこうというボランティアの輪は確実に広がっています。

ただ残念なことに、今年も高齢を理由に離農してしまった農家が2軒増え、最盛期には50軒あった農家は、ついに11軒まで減ってしまっています。ボランティアだけでなく農家＝後継者を増やすことが今後の課題です。



浅見彰宏さんのプロフィール

あさみあきひろ

有機ネット理事兼事務局長。

千葉県出身。サラリーマン生活に違和感を感じ、妻の晴美さんと共に喜多方市山都町へ18年前に移住し就農。晴美さんと二人三脚でひぐらし農園を営む。

可愛い娘さん2人の良きパパ。

季節の野菜や卵を生産しています。



ご意見ご感想をお寄せ下さい！

【E-mail】✉

h@farm-n.jp

【Twitter】🐦

@hukuyuukinet

【FAX】📠

0243-24-1796