



# 栃の木からの手紙

2013年 8月号



小麦畑の黄金の穂の波、ジャガイモ畑の白や薄紫の花のじゅうたん。漸く訪れたひと時の癒しの景観、7月下旬。

天候に翻弄される作物。早魃ともなれば、生育は止まり雑草さえ生えてこないが、ひとたび雨露を貰ったら作物以上に生育する雑草。家庭菜園・花壇も然り。雑草が生えていると地面の温度変化を緩やかにし乾きを抑えてくれる。早魃の暑い夏には、雑草が種にならない程度に生えている方が作物にとっては、嬉しいのかもしれない。相手の視点で考えたらもう少し楽に過ごせるのではないだろうか？

8月 葉月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

6日： 広島原爆の日

7日： **立秋** ： 新月 ： 旧暦 7月 1日

9日： 長崎原爆の日

12日： 日航ジャンボ機墜落

15日： 平和祈念の日

21日： 満月 ： 旧暦 7月15日

23日： **処暑**

25日： 掘っちゃらんど in 智恵文  
名寄研究農場 10時～14時



7月24日(水曜)、美幌瑞泉郷の草取りを行いました。日頃から花壇や圃場の草取りを心掛けてくれていますが、雑草は強いですね。6名の参加者でも仕事が残りました。暑い中、木陰での休憩は、自分は出来ないからと参加者を気遣ってくれた方、栃の木に感謝でした。

7月21日(日曜)、圃場視察を行いました。今年は、一般栽培と自然栽培との比較ができる様な取組みを行う中で若き農業者を育てている美幌高校。土づくりを基本に有機JASの認証を受けて大規模な有機農業を確立している一戸農場の畑を見させて頂きました。一般の方含めて19名の参加者が熱心に説明に聞き入っていました。

美幌高校でも一戸農場にしても雑草との対峙が問題。広い畑では、雑草との共存に徹している方。常時出面さんに入って頂いて草取りをしている方。一般の芋畑の草取りをしていて初めて抱いた疑問。除草剤を使える一般の畑で一生懸命に草取りをして、除草剤(農薬)を使えない自然(有機)の畑で、草取りを諦めている？私がいる。“こだまでしょうか…”のCMで脚光を浴び始めている古き童



謡詩人 “金子みすゞ” のこころの視点。 時代が求めているのでしょうか。

## ～ 美幌高校の取り組みに感動 ～



先般7月21日、毎年恒例の美幌会、つべつ会合同による「農事視察会」が開催され参加させていただきました。

当日は、最初に美幌高校の圃場を見学させていただきましたが、そこで行われている試験栽培の内容にたいへん感動いたしました。担当である船瀬先生からお話をいただきましたが、現在、この高校では、船瀬先生が赴任してからこれまで5年間、堆肥も有機質資材も使用しない「無肥料栽培」に取り組まれているとのことでした。



それぞれ20aの面積で「じゃがいも、緑肥（キカラシ）、春播小麦、大豆」の4作物を輪作で栽培されていましたが、雑草による影響はあるものの、病気の兆候は見られませんでした。それよりも、土づくりを行ううえで、養分供給は何も行わず、収穫後の茎、葉を畑に返すのみの栽培方法で5年間も輪作栽培を続けているという事実に驚きと感動を覚えました。このような栽培は現在、名寄農場でも取り組んでいることであり、たいへん嬉しく思いました。



これからも状況を観察させていただきながら確認していきたいと思います

左の写真は、自然農法の大豆畑（美幌高校）です。

左下の写真は、一般栽培の大豆畑（美幌高校）。

この辺りのハトは、自然と一般栽培の違いを理解しているらしく、自然の大豆は芽が出るそばからハトのごはんになったそうです。1回播いてダメ。2回播いてダメ。3回目に播いたのが7月2日で写真の状況です。

この自然の大豆畑にペットボトルが多数置いてあります。ある生徒が、家の人から教えた事をこの畑で試してみました。普通は、住宅地等でペットボトルに水を入れてその辺に置いておくとネコ避けですが、大豆畑に置いたらハト避けになったということでした。

来年、豆を播く方は、是非実践してみてください。



ちなみに、1ページの左上の写真は美幌瑞泉郷の展示圃場の大豆（5月19日播種）です。



# Smile Recipe



～ スマイル・レシピ ～

2013年 8月号

暑い日が続くとお料理するのも気が進まないことが多いですね！  
食欲も落ちがちになって簡単にできる麺類がお役立ちです！！定番の『めんつゆ』を使って、いつもと違う『そうめん』をお試し下さい(^\_^)

## ～野菜たっぷり豆乳そうめん～



### <材 料> 2人分

- |   |                   |   |                     |
|---|-------------------|---|---------------------|
| { | トマト・・・・・・・・1/2個   | { | 四季の友つゆ・・・・・・・・70cc  |
|   | きゅうり・・・・・・・・1/2本  |   | MOA調整豆乳・・・・・・・・70cc |
|   | ゆで卵・・・・・・・・1個     |   | 小ねぎ・・・・・・・・適量       |
|   | なす・・・・・・・・1/2本    |   | ラー油・・・・・・・・適量       |
|   | オリーブ油・・・・・・・・小さじ1 |   |                     |
|   | そうめん・・・・・・・・2～3束  |   |                     |

### <作り方>

- ① そうめんは好みの硬さに茹でましょう。
- ② トマトはくし型に切る。きゅうりは千切りにする。小ねぎは小口切り。
- ③ 卵は好みの硬さで茹でておきます。
- ④ なすは輪切りにしてオリーブ油で焼き冷ましておきます。
- ⑤ 器にそうめん、なす、きゅうり、トマト、茹で卵を盛りつけます。
- ⑥ 四季の友つゆとMOA調整豆乳を分量で割ります。少し濃いめです！豆乳で調整して！
- ⑦ 小ねぎをはなして辛味にラー油をかけて食べましょう♪

※つけ麺で良し！麺にたれをかけても良し！豆乳のまろやかさとラー油の辛味がピタリなのです！！




オレンジハウス 美幌店



2013年8月号

美幌町青山南14-8

TEL 73-2678

 四季の友つゆ 300mL 483円

平安醤油とカツオ節、サバ節を原料とし、ミネラルシュガー、酒みりん等で味を整えためんつゆです。

2倍濃縮タイプですので、希釈して天つゆ、煮物、おひたし等、様々な料理の味付けにも重宝します。^^

 藩州そうめん 50g×5束 257円

北海道産MOA特別栽培小麦からつくられた小麦粉を使用し、麺の生産地として広く知られている藩州地方（兵庫県南西部）で製造しています。夏には冷やしそうめん、冬は暖かいにゅうめんでも美味しいです。又パスタのように炒めてチャンプルー風に、野菜と一緒にサラダ感覚でも楽しめる麺です♪



夏のドリンクキャンペーン実施中!!!



天然水サイダー・ほうじ茶ドリンク・ウーロン茶ドリンク・梅ドリンク  
温州みかンドリンク・ブレンドコーヒー・ブラックコーヒー・カフェオレ  
トマトジュース・コーヒー入り豆乳

30本入り 3,600円 → **3,240円**

みかんサイダー・グレープサイダー

30本入り 3,900円 → **3,510円**

緑茶ボトル缶・かぼすウォーター

24本入り 2,880円 → **2,592円**

同じ価格の商品 組合せでもお買い上げ できます。30本で多い方達はお友達と分け合ってみてはいかがでしょうか??

**キャンペーン期間 8月31日までです♪**

藩州そうめん (50g×5束) ×20入り 5,140円→4,520円

藩州ひやむぎ 250g×20袋入り 5,140円→4,520円

冷やしラーメン (即席麺, スープ付き123g×20袋入り)  
2,940円→2,600円

四季の友つゆ (300mL×12本入り) 5,796円→4,920円

フルーツゼリー (みかん、ぶどう、かぼす)・寒天コーヒーゼリー  
(85g入り15個入り) 1,890円→1,680円

キャンペーン期間 8月31日までです♪

## 新しい豊かさ

## 金子 みすゞ

明治36年(1903年)山口県仙崎町(今の長門市)に生まれる。大正末期から優れた作品を発表し、西條八十(やそ)より「若き童謡詩人の巨星」と称賛されていたが、昭和五年(1930年)26歳の若さで自らの命を絶った。死後50年程して、弟の山上正祐の所に遺された3冊(512編)の詩が発見されました。(その一部を掲載します)

### “ 星とたんぼ ”

青いお空のそこふかく、  
海の小石のそのように、  
夜がくるまでしずんでる、  
昼のお星はめにみえぬ。  
見えぬけれどもあるんだよ、  
見えぬものでもあるんだよ。

ちってすがれたたんぼぼの、  
かわらのすきに、だアまって、  
春のくるまでかくれてる、  
つよいその根はめにみえぬ。  
見えぬけれどもあるんだよ、  
見えぬものでもあるんだよ。

### “ 土と草 ”

かあさん知らぬ  
草の子を、  
なん千万の  
草の子を、  
土はひとりで  
育てます。

草があおあお  
しげったら、  
土はかくれて  
しまうのに。

### “ 土 ”

こつつん こつつん  
ぶたれる土は  
よいはたけになって  
よい麦生むよ。  
朝からばんまで  
ふまれる土は  
よいみちになって  
車を通すよ。

ぶたれぬ土は  
ふまれぬ土は  
いない土か。  
いえいえそれは  
名のない草の  
おやどをするよ。