

栃の木からの手紙

2014年 1月号



新年あけまして おめでとう ございます。
“ぱーっ”と開けた視界。地域との垣根が取り払われ、私達の確かな行動を期待されている新年。心新たにあゆみだす元旦。心の垣根も取り払い地域まちづくりに飛翔する午年。皆様の本年のご健勝とご活躍を願っています。

1日：元日： 新月 旧12月 1日

5日：小寒

16日：満月 旧12月16日

20日：大寒

31日：新月 旧正月 1月 1日

太平洋戦争中の昭和19年5月、岡田茂吉氏が箱根強羅の神山荘に居住して始まった神仙郷の建設。戦後の混乱期の中、観山亭・萩の家・日光殿・茶室・山月庵・箱根美術館と次々に建設され昭和28年6月15日、光明殿落成と共に神仙郷が完成。以来60年の時を経て、漸くその地を見得る人・求める人が増えてきたのです。昨年8月、箱根・神仙郷（箱根美術館庭園）が国の登録記念物（名勝地関係）に登録されました。

そんな中、国政においては、グローバル企業の世界戦略に関わるであろうTPP妥結に向けてなのか？“農政改革”が急速に展開。それに対抗するかのよう打ち出された二つの出来事（世界の良心）。そして、地域の良心。

I：昨年暮れ“和食 日本の伝統的な食文化”が、ユネスコ（国連教育科学文化機関）の世界無形文化遺産に認定されました。日本の“自給自足”・“相互扶助”の農村社会の暮らしの中で、自然・風習と関わり合ってきた食文化と生活。それを支える地域農業が見直されています

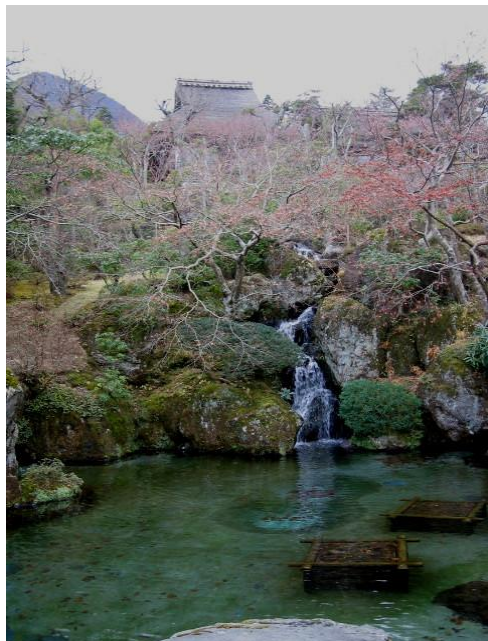
II：国連食糧農業機関（FAO）は2014年を“国際家族農業年”と制定しました。

世界が今日直面している飢餓や貧困の緩和、人々の生活の改善、環境保全…などの現代文明の危機に緊急に対応する為に、国際社会は、世界の大多数を占める自給を基礎とする家族農業・農村を支援し、その果たす役割に期待しています。

昨年6月に町民会館で上映した映画の第二弾「世界が食べられなくなる日」を、コープさっぽろの消費者グループが北見市で昨年暮れに上映しました。物の時代から心の時代へ、

消費者から生活者への転換期のうねりの中で、本当に大切な事に心の視点を合わせたいものです。

1月 睦月						
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	



畑さんの “土の日” 便り

2014年 1月号

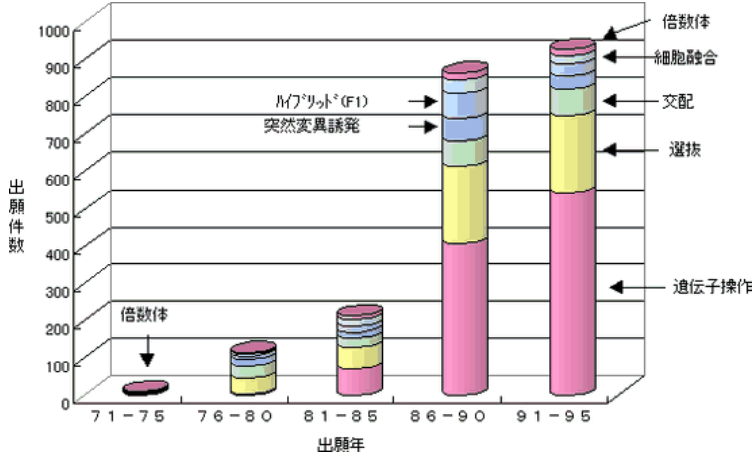
～ 新年あけましておめでとうございます ～

新年、あけましておめでとうございます。平成26年の新年をご家族お揃いでお迎えになられたことと思います。本年が皆様にとりまして、また、MOA自然農法美幌会にとりましても実り多き一年となりますことを心よりお祈りいたしております。

さて、一年のスタートにあたり、作物栽培でも一番の要である「種」に関する情報です。今回、MOA インターナショナル北海道地区（札幌市）が中心となり、我々、MOA 自然農法文化事業団北海道支所及び名寄研究農場がサポートする形で、自然農法による野菜の自家採種（種採り）に関する資料をまとめるプロジェクトが昨年末に立ち上がりました。現在、全国的にも家庭菜園に取り組む方々が増えています。これは、北海道でも同様であります。ここ数年、家庭菜園を実施する方々で「種」からこだわって作物づくりをしたいとの声が出ています。この「種」については、作物づくりを行う上ではたいへん重要であり、自然農法による作物づくりでは特に重要なことです。種はもっぱら市販の種を購入するのが一般的ですが、このプロジェクトでは、恵庭市で小面積ながら20年以上に亘って自然農法による作物及び花卉栽培を実施しながら自家採種にも取り組んでおられる生産者の方の取り組みを取材し、資料化すると共に、家庭菜園でも気軽に自家採種ができる方法を、広く家庭菜園を実施されている方々に対して情報提供を行う予定です。私もこのプロジェクトのメンバーになっていますので、種採り以外に実際の作物栽培の様子についても何か有益な情報があればこのコーナーで紹介していきたいと考えています。

寒の入りを迎え、一段と寒さが厳しくなりますが、お体にご留意されてこの寒さを乗り越えましょう。本年もよろしくお願いたします。

？ ？ ？ ？ ？ ？ ？ ？ ？ ？ ？ ？



左図は、植物の品種改良で特許出願のあった改良方法の1971年～95年（約20年前）までの統計です。

自家採種では、交配、選抜の方法を取りますが、企業での品種改良で遺伝子操作が半分以上ある事は……？？？

（資料：通商産業省特許庁の品種改良技術HPより）



Smile Recipe



～ スマイル・レシピ ～

2014年 1月号

新年あけましておめでとうございます。今年もスマイル・レシピで笑顔の人を増やしていきたいと思っております。そんな願いを込めて誰でも簡単に出来て手に入りやすい食材を使用して作るレシピを考案していきたいと思っております。昨年は『和食』が無形文化遺産として登録されましたね。日本食の基本『だし』が見直されてきています。今月はお正月料理で使っただしの残りで『かつお節』『昆布』でふりかけを作ります。定番だけど中々作らないかもね！エコの料理でもありますので和食の基本ご飯と一緒にどうぞ。

～昆布と鰹節のピリ辛ふりかけ～



<材 料>

★だしを取った

昆布・・・30g

かつお節・・・70g

生姜・・・10g

白ごま・・・大さじ1

◎	{	水・・・・・・・・100cc
		醤油・・・・・・・・大さじ3
		砂糖・・・・・・・・大さじ3
		料理酒・・・・・・・・大さじ1
		鷹の爪・・・・・・・・少々

<作り方>

- ① 昆布と生姜は細かく刻みます。かつお節もザクザクと包丁を入れます。
- ② 鍋に◎の調味料を入れて煮立たせて①を入れて煮ていきます。
- ③ 水分を飛ばしながら箸で丁寧にはぐします。
- ④ 十分に水気がなくなるまで火を通したら最後に白ごまを入れて混ぜ合わせます。
- ⑤ 冷めたら空き瓶などで保存しましょう。

※だし汁をとった昆布は冷凍保存もできます。ある程度の量がたまってからふりかけを作っても良いですよ。



利尻出し昆布 (45g) 400円

澄んだ上品なだしがとれます。風味豊かな出汁はもちろんお吸いものや煮物等幅広く利用できます。

- 硬く絞った布巾で昆布の表面の砂、ほこりをふき取り、切込みを入れて鍋に分量の昆布と水を入れて中火で煮て、沸騰直前に昆布をとりだします。

※昆布の表面に白粉が出る場合がありますがこれは旨み成分です。出汁を取った後の昆布は佃煮等にして無駄なく使いきれます。



さつま花かつお (50g) 1袋 371円

鹿児島産の本鰹を使用し旨みを逃さず仕上げました。スッキリとした風味を生かす出汁に、そのまま料理に振りかけて食べるとお口の中で鰹の旨みと香りが広がります。

- 水を沸騰させ、煮立ったら少量の差し水をします。削り節を入れて軽く沸騰させながら1~2分煮出したあと削り節をすくい取るか布巾等でこします。



新春蔵出し『醤油キャンペーン』



キャンペーン期間 **1月31日(金)** まで定価より **10%引き!!**

瑞雲醤油濃口10ビン箱(6本入り) 6,750円→**6,075円**

平安醤油濃口10ビン箱(6本入り) 6,078円→**5,470円**

かつお醤油 10ビン箱(6本入り) 6,172円→**6,172円**

- 瑞雲醤油国内産自然農法産丸大豆、小麦を使用し麴の力を発揮させて15ヵ月じっくりと熟成させた伝統的な天然醸造です。
- 平安醤油は国内産特別栽培小麦、大豆を使用。
- かつお醤油は平安醤油に自然塩、ミネラルシュガー、酒みりんを使用しています。