



柝の木からの手紙

2012年 3月号



朝、顔を合わせるなり「今日は、何の日？」。

…1月17日…???

下手に答えられない…。「分からない。」「今日は、阪神・淡路大震災が発生した日。」1995年、平成7年1月17日午前5時46分。あれから17年経った。申し訳ないが私は、忘れていた。忘れる事が良いのか、忘れない事が良いのか判らないが、火災が迫る中で、倒壊家屋に阻まれて自分の娘を助ける事が出来なかった父親の思いが蘇って来た。

苦しみの中で、最後に、娘から父へ託されたものは、生きて残る父親を、苦しみから救う言の葉。

3日：上巳の節句（桃の節句） ひな祭り

5日：啓蟄 : 7日 **美幌会会合**（15時頃～）

8日：満月（望）： 旧暦2月16日

11日：東日本大震災から一年

20日：春分の日

22日：新月（朔）： 旧暦3月 朔（1）日

25日：美幌会総会 13時30分～ 美幌センター

3 月 弥 生						
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



3月11日、東日本大震災から1年。多くの尊い命が失われた事、避難生活・復旧復興・原発の影響で今も尚苦勞されている多くの方々がいる事を知っている…。 当時、ビートの播種準備でハウスの中で地震の揺れさえ感じずに聴いていた地震・津波情報。次第に高まる心の揺れ…。しかし、今では揺れは治まり…。他人事なのだろうか？…。

2月18・19日、MOA自然農法文化事業団の総会と役員研修会が伊豆で行われました。

総会では、役員の数に関する定款変更が行われ、現行では「25人から30人」の理事が居ましたが、改訂により「15人から20人」に変わりました。これは、全国10支所での活動を強化する為の変更でした。

役員研修会では、震災地域から3件・その他地域合わせて6件の活動事例の発表がありました。震災で会長を失った大船渡地域研究会、福島原発で富岡町から避難してきた方々と活動をする大玉畑の学校…。その多くの発表に共通している事は、地域と一体となって活動して社会貢献をしている事。



3月25日（日曜日） 美幌会総会 13時30分より 美幌センター で行います。会員と入会希望の皆さんの参加をお待ちしています。また当日、平成24年度の会費¥1,000円を徴収させていただきます。



Smile Recipe



～ スマイル・レシピ ～

2012年 3月号

11月からはじまったスマイル・レシピ。
心も身体も美味しく楽しく、笑顔になるレシピを紹介していきたいと考えています。
食材はもちろん、調味料まで、できる限り安心・安全な物を使っています！
今月からは、そんな食材、調味料の紹介もしていきますよ♪
今月のレシピは「いなり寿司」、「いなり」も「合わせ酢」も今では
できあがったものが簡単に手に入りますが、手作りをして
子供と一緒に作ったら楽しいと思います！

～ いなり寿司 ～

(10個分)

< 材料 >

- ・ 米 … 200g
- ・ 合わせ酢
 - ① 純米酢 … 25g
 - ② ミネラルシュガー… 12g
 - ③ 海の華(天然塩)… 4g
- ・ 手作り小揚げ … 5枚
 - ④ 水 … 200g
 - ⑤ ミネラルシュガー… 15g
 - ⑥ 酒みりん … 10g
 - ⑦ しょう油 … 15g
 - ⑧ 料理酒 … 10g

< 作り方 >

- ① 米は、普通に炊くより若干水を少なめにして炊く。
- ② 合わせ酢をつくる。
①の調味料を鍋に入れ、火にかけてとくす。
- ③ 炊きあげたご飯に、合わせ酢を入れて手早くまぜる。
- ④ 小揚げは、ザルにのせて熱湯をかけて油抜きをする。
- ⑤ 小揚げは半分に切り、中を開けて袋状にする。
- ⑥ ②の調味料で小揚げを、水分が無くなるまで煮ます。
- ⑦ 小揚げに酢めしを詰めて出来あがり♪

～ オレンジハウス美幌店 ～ 美幌町青山南

◎ 手作り小揚げ (5枚入) ¥265円 TEL 73-2678

北海道産特別栽培丸大豆が原料。天然にがりで作ったコーンサラダ油(遺伝子組換えをしていない)で1枚ずつ丁寧に揚げて作っています。

ふんわりとした大豆の旨味があり美味しいです。

※ 細くきざんでもジッパー袋等に入れて冷凍保存をしておくとお味噌汁等に便利です。

◎ 純米酢 (900ml) ¥991円 (360ml) ¥581円

MOA自然農法米を原料に冬場仕込みをして一度酒もろみを造り、それを静置発酵で仕上げた天然醸造酢です。

※ 静置発酵方式

お米から酒を造りそれを40日間寝かせて発酵させています。

農産物表示・マークの色々

美幌会 2012年 3月号

～ MOA 自然農法文化事業団 認証の農産物表示マーク ～

MOA 自然農法とは、農薬と化学肥料に頼らずに、自然を尊重し愛情を持って自然の土の力を生かした農法です。（マーク中の NPO 法人は、現在は一般社団法人です。）



MOA 自然農法農産物

自然農法を継続して
24ヶ月以上の農産物



MOA 自然農法転換期間中農産物

自然農法を継続して6ヶ月
以上24ヶ月未満の農産物です。



MOA 特別栽培農産物

化学合成農薬を制限的
に使った農産物です。
化学合成肥料は圃場で使用し
ません。

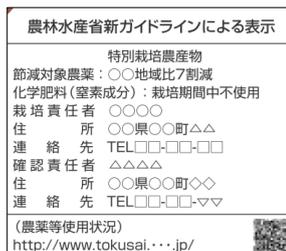
※ この他にも、多くの民間団体が独自の農法名やロゴマークを表示しています。

～ 公的機関認証 農産物表示 マーク ～



有機農産物

種まきまたは、植付け前2年以上、禁止された農薬や化学肥料を使用していない田畑で栽培する。栽培期間中も禁止された農薬、化学肥料は使用しない。遺伝子組換え技術を使用しない。



特別栽培農産物

自然環境への配慮から、各都道府県で作物毎に定めた化学合成農薬、化学肥料の標準使用量の半分以下の量で栽培された農産物です。



北海道安心ラベル

イエス・クリーン
道立農業試験場等により開発されたクリーン農業技術を導入して、農薬・化学肥料の投入量を削減して生産された北海道農産物。



エコ・ファーマー

「土づくり・減化学肥料・減化学農薬」という、環境に配慮しつつ農地の生産力を維持・増進する農業に一体的に取り組む農業者です。（都道府県認証）

※ この他に、オホーツク地域では、オホーツク振興局やJAグループなどが「From オホーツク」のマークでオホーツク地域の農畜産物である事を表現しています。
皆さんは、どんなマークに出会いましたか？ ちょっと気にして見てください。