

Satoyama Garden Farm Journal
2019



里山ガーデンファーム 2019

2019年3月1日 発行

平成30年度ふるさと・きずな維持・再生支援 事業補助金(福島)により発行しています。

Direction 株式会社スイロ

Art Direction / Edit / Design W DESIGN

Writing 平山 美聡

発行 NPO 法人 がんばろう福島、農業者等の会 〒964-0976 福島県二本松市新生町 490 TEL:0243-24-1001 FAX:0243-24-1536

代表紹介

農家紹介

私達の考える福島

里山ガーデンファームの活動

編集後記

About 里山ガーデンファームとは 代表紹介

農家紹介

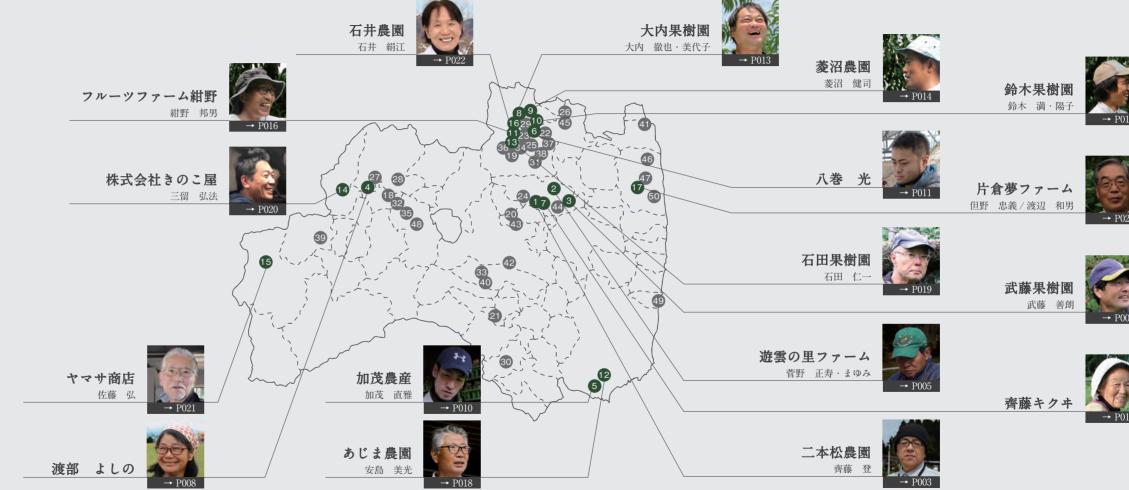
私達の考える福島

里山ガーデンファームの活動 編集後記

里山ガーデンファームとは

里山ガーデンファームでは、50以上の生産者が集い、福島の 豊かな地形が生む様々な野菜や果物、加工品を生産している。 集荷センターなどを介さず、生産者から直接買えて届くだけ でなく、生産者に会いに行って、実際に農業の体験もできる。 創り手と消費者が限りなく近い、信頼関係を築ける場所。 おいしさと一緒に、福島の今を知ってもらいたい。





NPO 法人 がんばろう福島、農業者等の会 里山ガーデンファーム 代表



日本農業の奇跡

「いまの福島を知ってほしい」と語るのは農業体 験を通じて福島の農家と交流することが出来る 「里山ガーデンファーム | 代表の齊藤さん。原発 50km の場所にある齊藤さんの農園 「二本松農園 | で、福島の農業現場について話を伺った。

作物の中で風評被害の影響が大きいのは米だと いう。しかし、実際は米・野菜・果物について 検査をしても放射能の数値は検出限界以下。安 全性に影響はないのに、東京の流通には未だ乗 りづらい。齊藤さんは「まず、取り組みの努力 を知ってほしい と話す。

例えば、セシウムへの対策。放射性物質のセシ ウムと、植物が好むカリウムは化学構造が似て いる。通常ならセシウムを摂取してしまう植物 も、カリウムを散布すればそちらを摂取するた め、セシウムの影響は非常に少なくなる。更に、 以前より堆肥を入れて畑を耕していた為、天然 のカリウムが元々多かったという事実も、放射 能検出を自然に抑制してくれた。

「日本の農業の奇跡だと思った。丁寧に手入れを し続けていた事が、思わぬ結果につながりまし た。」と齊藤さん。

お話の後は、いよいよ農業体験。

青々と蔓が茂る、きゅうりのアーチへ向かう。 二本松農園ではきゅうりを露地で育てる。ハウ ス栽培より味が濃いという。きゅうりを触って みると、棘がある。葉の裏もトゲトゲしていて、 生命の新鮮さを肌で感じる。きゅうりの棘はす ぐに取れてしまうから、この棘に触れられるの は収穫者の特権だ。



収穫が終わり、事務所へ戻るときゅうりのお清 物が。楊枝が刺さらないほど皮がぷりっと新鮮 なきゅうり。食べた事がないくらいジューシー だった。「齊藤さんの育てたきゅうり | と思う から尚美味しく感じられるのだ。

「顔の見える関係に風評被害はなし」と齊藤さん。 二本松農園では、こうした福島農業の今がわか り収穫体験もできる交流のハブである「里山ガー **デンファーム」を展開している。**そのきっかけに ついても話をうかがった。

繋がりを作り本物の防災を

「震災前も震災後も、実はやりたいことは変わっ ていないんです と を 藤さんは話す。 ただ農業をする場所というだけではなく、人の

交流の中心になるような農園を作りたかった。 最初は「里山ファーム」と名付けようと思ったが、 理想のイメージは、農園だけではなく皆が集まっ てくるような花畑や果実の木がある「ガーデン」 だったから「里山ガーデンファーム」と名付けた。 世界を代表する絵本画家でもあり園芸家でもあ る「ターシャ・テューダー」のファンだった齊 藤さんは、ただガーデンを綺麗に整えるだけで はなく、その土地にあった植物を生き生きと育 てて行くターシャの姿に農業を重ねていた。 だからこそ里山ガーデンファームには農園もあ るけれど、花も咲くし池もあって美しいのだ。



震災前から「都会で働き、ストレスを抱えてい る人にこそ来てほしいという思いがありまし た。」と語る齊藤さん。普段土に触れることのな い会社員が、農業現場「里山」を活用してリフレッ シュしてもらうことが目的だった。

震災を経て、都会と福島の交流は思いがけない 形で増えていった。例えばスタディーファーム は「放射能のなんたるか」を学ぶ場。企業の研 修としても活用されている。

多くの人が訪れる里山ガーデンファームだが、 齊藤さんの理想からするとまだ入り口段階のよ うだ。目指す交流はもっと奥深いところにある。 「土日は暇だから福島にいって農地でも耕そうか な?みたいな関係がいいですね。長期休暇には 移り住んでもらってもいい。そうしたら福島が 第二のふるさとになるでしょう

第二のふるさとを持つ目的は、ただ楽しいから ではない。いつか、福島のように自然災害が起 こってしまった時に、逃げる場所として福島の 二本松農園を思い浮かべて欲しい。そういう関 係を増やしていきたい、と齊藤さんは考える。 「二本松農園に逃げれば、コメもあるし野菜もあ るぞ!ってね。そういう繋がりを作ることが本物 の防災だと思うんです」

災害を契機として、日本全体の繋がりを作ろう としている齊藤さん。里山ガーデンファームで はその暖かい笑顔に出会うことができる。





山あいの段々畑が美しく見える丘の上に、菅野 さんのトマト農園はある。朝早くからトマトの 収穫作業にお邪魔させてもらった。7月の福島、 ハウスの中はさぞかし暑いだろうと思ったが、 瑞々しく伸びるトマトの葉や幹のおかげか、ひん やりと涼しい。

瑞々しく成長していくトマト

トマトは地面に近いほうから段状に花を咲かせ、 根元から実を膨らませるため、下から順番に収 穫をする。成長速度は実によって異なるため、 10月中旬まで約3ヶ月間毎日収穫をしなくては ならないというから驚きだ。真っ赤に熟れた実 を付けたままだと木に負担がかかるから、すぐ に収穫しなくてはならない。食べ頃の美味しそ うなトマトを収穫する菅野さん。



配送日数を計算し書いうちに収穫する方法もあ るそうだが、本当に美味しいのは真っ赤になる まで枝で成長させたトマトを収穫すること。



「一番美味しい状態で消費者に届けたい。その点、 通販なら翌日にお客さまに届くから、安心です。」 と話してくれた。

よくみると根元には黒いパイプが通って いる。 中を井戸水が通り、トマトに届くそう。「点滴み たいなものです」と菅野さん。土は、米ぬか、 牛糞など自然由来のものだけを使い、肥料も有 機のもの。

「そうすると微生物や虫が畑を耕してくれます。 多様な生態系が、自然にトマトを美味しくして くれるんです。」

こだわるけれど、自然のバランスに寄り添って 作られたトマト。甘いだけではなく、骨太な福 島の自然を感じる一品だ。

人生の節目には餅がある

段々畑が続く丘陵を車で上ると、堂々とした風 格の家屋がある。ここは菅野さん宅の農家民宿。 様々な人を受け入れているこの宿では、年末年 始になると餅が振舞われる。もちろん餅米から 自家栽培で育てている。お餅は人の一生に寄り 添う特別な食べ物だと菅野さんは言う。

「1歳になると一升餅を背負わせ、お祝い事があ れば赤飯を炊く。ひな祭りにはおはぎを食べ、 お葬式ではおふかしを振舞う。1年の始めには家 族全員でお雑煮を食べるでしょう。お餅は昔か ら人生の節目に食べるものなんです。」

おふかしとは、白豆と餅米を炊いたもので、弔 辞には欠かせない東北地方独自のふるまい。そ んなお餅作りを取材させていただいた。



餅米の品種は「こがねもち」。有機の肥料にこだ わって栽培されている。脱穀で残ったワラは酪 農家へ。無駄になることはない。

米は一晩水に浸して、水分をたっぷりと含ませ たあと蒸し器で約50分蒸す。蒸しあがり、甘い 香りの幸せな湯気に包まれる。その後、水を入 れずに餅米のみを餅つき機へ。

絹のように白く滑らかになったら、型に入れて 乾燥させる。ヨモギを入れたり、豆を混ぜたり アレンジも色々。つきたてを特別に頂いた。



砂糖醤油、納豆おろし、どれも美味しい。朝か ら6つも完食してしまった。 つやつやで噛めば 噛むほど甘く、不思議と何個でも食べられる軽 さもある。年末年始、大切な家族と一緒に食べた い、ハレの日の食べ物。運が良ければ農家民宿で、 餅つきも体験できるかもしれない。



上がるという。

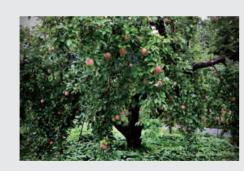


そういって、ピンと伸びる稲穂をみつめる渡辺 さんの顔はとても優しい。新米の美味しい季節、 渡辺さんの米を多くのファンが待っている。

特別栽培への誇りとこだわり

福島県の羽山で3代続く、武藤果樹園にお邪魔 した。あいにくの雨だが、果樹達は伸び伸びと した枝っぷり。ふじ、つがる。赤く実をつけるり んごは、形も色も様々。武藤果樹園では10種類 以上のりんごを育てている。

中でも一番大きな果樹は「ふじ」。守り神のよう に大きい果樹で、もう40年以上実をつけている という。



「土地にどのりんごが合うかは、育ててみないと 分からない。」と武藤さん。りんごの種類は数千 にものぼるが、合うかどうかは3年育てて収穫 してから判断するというから、根気のいる作業 だ。更にりんごの栽培は天候との戦いでもある。

化学肥料を使わず、減農薬で育てる 「特別栽培」 にこだわる武藤果樹園では、天候不純が原因で病 気が起こってしまっても無制限に薬を与えられ **るわけではない。**だから天候を予測しながらの 予防が命になる。それでも、雨が降り続けると 根っこに酸素が回らなくなり、実が落ちてしま うりんごもある。



「今年は日照不足だから正直厳しい。でもギリギ リまで枝に付いたまま実を赤く熟させて、最高 の状態で届けたいんです。」

と武藤さんは話す。ちなみにりんごが熟したタ イミングをみるには、りんごの「お尻」をチェッ ク!! スーパーでも使えそうな豆知識だ。

長年の果樹とのつきあいによる経験値がものを いう繊細なりんご栽培。ほがらかに話す武藤さ んの瞳には、並々ならぬこだわりと誇りが宿る。

田んぼの生態系を守りたい

福島の会津地方は実は有数の米どころ。入り組ん だ地形が昼夜の寒暖差を産み、米栽培に滴してい るという。会津で20年前から有機農法での米の 栽培に取り組み続けているのが渡辺さん。有機 であることを示す、有機 JAS 認定も受けている。



「渡辺さんのお米じゃないと買わない。」 というファンも多く、オンラインショップ人気 NO.1。栽培へのこだわりも光る。最初は除草剤 を使用していた渡辺さん。有機農法に変えた一 番の目的は、田んぼの中の生態系を守るため。

「元気に跳ねる蛙をみたときに、元々住んでいる 生き物に負担をかけたくないなぁって思って。生 態系と共存するために有機農法を始めました。



渡部

よしの

♥喜多方市



南を植えたビンは、温度と湿度を一定に保った 部屋でじっくりと培養される。平均より長く培 養させることで、成熟し、味のつまったなめこに なるという。なめこの収穫まではおよそ100日。 1日平均二千本を収穫する。



加茂農産では、収穫後に同じ培地から育つ「2番 なめこ | を育てている。2回目のなめこは味も香 りもより天然物に近くなり、大きく成長する。 大きいなめこを作るコツは、ビンの口を小さく すること。

「口を絞ることで芽数が減るので、1 つあたりが 大きいなめこになるんです。僕の父親がはじめ た工夫ですね。

収穫したなめこはパッキングされ、やっと出荷 されていく。こうして菌床から始まる長いなめこ 作りの旅は終わりだ。この努力を知ってからな めこを噛み締めると、より味わい深く感じられ るだろう。

材料(2人分)

鶏干干肉 1 枚 (冷凍の唐揚げでも代用可)/ ズッキーニ 中2本/ナス 中2本/片栗粉 大1 いんげん 約20本/ニンニク1片/ めんつゆ 50 cc/水 40 cc/糸唐辛子 お好みで

1. スタミナ野菜の揚げ浸し

作り方

- 1. ズッキーニ、ナス、インゲン、鶏肉を食べやすい 大きさに切る。
- 2. 鶏肉は全体に片栗粉をまぶしておく。
- 3. 水とめんつゆを混ぜ、ニンニクはすりおろす。
- 4.180 度の油で野菜を 1~2 分素揚げにする。
- 5. 最後に鶏肉を入れ 1 分半ほど揚げたら一度 取り出して5分ほど休ませる。
- もう一度油に入れ、30秒ほど揚げる。
- 6. 油を切ったら器に盛り付け、3 を回しかける。 ニンニクと、お好みで糸唐辛子を乗せて完成。



2. 沢庵と大葉のいなり寿司

材料(10個分)

沢庵 / 大葉 6 枚 / ごま 20g/ すし酢 大 3/ 米 2 合 油揚げ5枚 (A): 砂糖 大/酒 大/みりん 大

作り方

- 1. 油揚げは油抜きをしてから、水で冷まし、丁寧 に開いておく。Aの煮汁で水気がなくなるまで 煮る。
- 2. 炊きたてのご飯に3回位に分けすし酢を回しか け、その都度切るように手早く混ぜる。
- 3. バットなどに広げて冷ました酢飯に、きざんだ 沢庵と大葉、ごまを混ぜ、油揚げに詰めて完成。



3. とろり旨辛!! なめこ麻婆

材料(2人分)

なめこ1パック/サラダ油大1/

加茂農産なめこ麻婆

※「加茂農産/なめこ麻婆 と Web で検索して ください。

作り方

- 1. 大さじ1の油を引き、なめこを軽く炒める。
- 2. 加茂農産の「なめこ麻婆」を1人分入れる。 ※ない場合は市販の麻婆豆腐の素でも OK。



工夫を凝らした「2番なめこ」

二代に渡り、なめこを作り続けて40年。いわき 市の最南端に位置する加茂農産のなめこは、な めこへの印象が 180 度変わるほど味が濃く大き さも大きい。葉野菜などと違い、菌類であるな めこの栽培は設備も大掛かり。今回は巨大な工 場のような加茂農産の施設で、なめこがどのよ うに栽培されているかを伺った。

加茂農産のなめこ栽培は菌床作りからスタート する。化学的なものは使わず、放射能検査を通 過した自然肥料のみで作られる。「菌床から自家 製で作るのは珍しいんですよ。」と加茂さん。嗅 ぐと、ふわっと独特な臭い。畑でいう十にあたる。 そこにチップと栄養剤を混ぜ、栽培用の空調ビ ンに詰めていく。十が均し菌が成長する為の素 地を整える、重要な工程だ。

什込んだ空調ビンを殺菌のために蒸し、なめこの 元となる菌を植える。**これらの作業は大規模な** 設備で行われる為費用も人手もかかる。それで も、加茂農産では1から手作りすることにこだ わる。

「食べたいと思ってもらうには、最初から最後ま でこだわらなければと思うんです。」と加茂さん は話す。





溢れる果汁で春を感じる

春のフルーツといえば「苺」。赤くつやつやした フォルムも、甘酸っぱい味も、全てが輝いてみ える果物だ。そんな苺を福島市で栽培しているの は八巻さん。農業学校へ通った後、栃木県で苺 栽培を学ぶ為に1年間修行。現在は実家を継ぎ、 とちおとめ品種を中心に栽培を行っている。 今回は八巻さんに苺を育てているビニールハウ スを案内してもらった。早春とはいえまだ寒い福 鳥だが、ビニールハウスに入った瞬間、程よい 湿度と温度が全身を包む。

「環境制御には気を使っているんです。」

と、八巻さん。ハウスを見渡すと、足元を這う ビニールパイプや、見慣れない機械がある。 「このビニールパイプは暖房機。土を温めている んです。こっちの箱型の機械は CO2 発生装置で すね。

細やかな工夫を凝らしながら美味しい苺づくり を追求し続ける、八巻さんの真剣な構顔が印象 的だ。管理しているのは温度や二酸化炭素だけ ではない。例えば湿度。冬は乾燥しているので、 外の空気を入れすぎないように注意している。 総合的な環境制御に毎日気を配り調整していく ことで、真っ赤な苺がなるという。

次々と実をつける苺を支える、十にも工夫が。 ほぼ有機質の肥料を使い、配合にもこだわる。甘 みや固さに影響が出るからだという。

「例えば肥料だと、窒素、リン、カリが 三要素で すが、窒素の量が多いと甘すぎたり味に影響が 出ます。湿度や温度と同様気を使う部分です。



そうして育った八巻さんの苺は、全国各地に配 送されても潰れない、しっかりとした粒感が人 気だ。贅沢にも、採れたてを頂いてかぶりつく。 皮までジューシーな苺は、実がみっちりと詰まっ ていて、酸味と甘みのバランスが程良い。「これ ぞ苺!!」というような品格を感じさせる味だ。

11 月下旬から6月までと、収穫期が意外に長い 苺。八巻さんは1日500個以上もの苺を手でひ とつひとつ収穫していく。厳しい福島の冬を経 て、真っ赤に色づく苺たち。口に頬張って、その 甘酸っぱい果汁と共に春を感じてもらいたい。

人気の「おばあちゃんの沢庵|

二本松農園代表・齊藤さんのお母様であるキク **ヰさんを訪ねて二本松農園へ。秘密基地のよう** な加工場には大きい容器が並び、ほろ苦くて香 ばしい匂いが漂う。ここでキクヰさんは沢庵清け を作っているのだ。

齢81歳のキクヰさんの沢庵清け作り歴はもう数 えきれないが、商品化したのは昨年10月から。 レシピを見直し、進化は続いている。

「大根を収穫して皮をむいて、切って、塩漬け4 日間、本漬け10日間くらい。時々大根をかき混 ぜます。

シンプルな工程で作られる沢庵漬けは、材料も簡 素。福島県産のザラメや酒、酢などから作られる。 大きく切った沢庵漬けをひとつ頂くと、心地い い歯ごたえとともに口の中に旨味がじわっと広 がる。ちょっと苦味もあるけど、しっとりと甘 い・・・人生が凝縮したような味。

沢庵作りに欠かせない大根も何も無駄にはしな い。沢庵漬けに使わない皮や葉は糠と一緒にミ キサーで攪拌し、そこに納豆菌や堆肥を混ぜれ ば ふわふわの堆肥の出来上がりだ。自然が作っ たものを自然に還し、エネルギーを循環させる ことはキクヰさんにとっては当たり前だ。

更に、大根の保存方法にも知恵が光る。収穫し てすぐに加工しない大根は、土に穴を掘って埋 めて越冬させる。福島の中でも雪の少ない二本 松だからこそ出来ること。これもキクヰおばあ ちゃんにとってはなんでもないことなのだ。 私たちと話しつつも目線は常に沢庵清けに。細 やかに様子を確認しては、従業員 の方とすぐに 打ち合わせする。



「これ、甘いね!」「漬け汁を煮詰めて熱いうちに 大根に 4~5回かけると、甘みが強い沢庵漬けが 出来るからね。」「今度また配合を変えてやって みよう。」

体の半分が覆われてしまうような、大きい容器を 軽々と扱うキクヰさん。曰く「たくさん漬けた ほうが美味しいから」とのこと。長年の経験と 美味しさへの探求 を武器に、人気商品「おばあ ちゃんの沢庵漬け」は日々進化を続けていく。

キクヰ

♥二本松市

きゅうり/米



真っ最中。あたり一面見渡す限り桃の木が立つ 光景は、まるで海外の公園のようでもある。 桃は1品種1週間ほどで収穫をしなければなら ないので、大規模農園になればなるほど大変な 一斉作業となる。1本の木に2名ほどが付き、 手際よく桃を収穫していた。なぜこれほどに菱 沼農園は拡大してきたのだろうか。

「手付かずになった農地の管理をお願いされるこ ともあり、どんどん規模が大きくなりました。 規模は大きいですが、天候を見ながらしっかり と管理をしています。」

と菱沼さん。土地を生まれ変わらせるという地 域貢献の役割も大きく果たしている菱沼農園。 バラエティ豊かな桃はもちろん、桃を使った加 工品も楽しむことができる。

1から始めた福島での桃作り

和歌山県出身のご主人と三重県出身の奥様が支 える、大内果樹園。スーパーの青果物担当だっ たご主人が、自分でも果物を作ってみたいとご 両親の出身地である福島県に移住を考えたのは 震災前。その後に震災が起きたが、移住を決意 して1から桃作りを始めた。

他の農作物同様異常気象との戦いには苦労する が、美味しい桃の追求には余念がない。 例えば 桃は枝に長くついていたほうが糖度がのって甘 くなる。ロスは多くなるが、ギリギリまで完熟 を目指したいと大内さんは言う。

更によくみると、桃の木の下がぐるっとシルバー シートで覆われている。これは太陽照射を反射 して実をさらに赤くするためのもの。





伺った夏の時期は「川中島白桃(かわなかじまは くとう)」の収穫期。固めだけど豊かな甘みが楽 しめる桃の種類だ。若い桃ほど産毛が硬く、チ クチクしているという。

「桃といえば柔らかいものだと思われることもあ りますが、硬い桃は味わい深くて 美味しいんで すよ」

と大内さん。確かに、確かな歯ごたえの中に上 品な甘みが広がり柔らかい桃とはまた違った味 わい。

そんな大内さんの一押しは9月上旬に出荷を見 込む 「ゆうぞら」。 果肉が繊維質を感じさせない、 丸く上品な甘みだという。

夫婦二人三脚で果樹園を営む大内さんの桃は「食 べたら仲がよくなる なんて噂も?! その心地よ い甘さをぜひ味わってみたい。

地域を代表する大規模桃園

福島県下数カ所に農地を構える。大規模な菱沼 農園。さくらんぼ、りんご、桃を中心に70年間 果物を栽培している有名農園だ。桃の種類は希 少品種も含め30品種ほどを栽培している。 代表の菱沼健一さんの息子さんである菱沼健司 さんは、大規模農園の若き担い手でもあり、桃 を活用した加工品なども積極的に商品開発をし ている。

さっそく農地の1つにお邪魔すると、菱沼さん がお勧めの「夏雄美(なつゆうび)」をもいでく れた。もぎたてを贅沢にも頂くと、すっきりと キレのいい甘さと程よい野性味がまさしく夏に 似合う味。成長が早いのに大玉になる育てやすい 品種だという。





菱沼農園

りんご/桃/さくらんぼ

菱沼 健司

♀ 福島市



♀ 福島市

りんご/桃



紺野 邦男

♀ 福島市

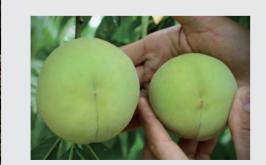
もも/梨

形も中身も美しい桃を

福島県産桃の代表格である「あかつき」をメイ ンに7種類ほどを栽培する鈴木農園。 朗らかな 笑顔のご夫婦が迎えてくれた。さっそく農園に お邪魔すると、一般的な桃の木と比較してなん だか木が大きい...?

「普通は冬の剪定の時に枝を切るのですが、切ら ずに伸ばして細胞分裂を促しています。その枝 先に実をつけることで、更に甘い桃ができるんで す。

更に鈴木さんのこだわりは他にも。収穫の20日 前には桃の形をチェックする。お尻からみて正 円でなく横長の桃は、種が2つ入っていたり割 れていたり異常がある証拠なのだそう。



素人目に見るとほとんど分からないほどのささ いな違いだが、写真の右の桃の種にはなんらか の異常が発生しているということだ。

種に異常があると十分に実が甘くならないので、 この時点で落としてしまうとのこと。完璧に美 味しい桃を確実に出荷するためには欠かせない 工程だという。



そんな鈴木農園の一押し品種は「嶺鳳(れいほ う)。| 希少品種で味はあかつきに似ているが、 真っ赤な果肉とほどよい固さが特徴だ。 奥様の陽子さんが、「桃を凍らせてレモン汁をか けて食べるのも美味しいんですよ。 と、とっておきのレシピを教えてくれた。暑い 農園作業中にも重宝するレシピだという。

ひとつひとつ丁寧に優しい目線で桃の成長を見 守る鈴木さん。収穫された桃も鈴木さん夫妻の ように、誠実な甘さが味わえそうだ。

常識を覆し桃本来を追求する

「農家は人の胃袋に届く仕事。自分がよく手入れ して、手の届く栽培をしないといけない。| そう語る紺野さんの果樹園は、桃の木が整然と 立ち並び、まるで絵画のように美しい。**雑味の** ない純粋な本来の味を引き出す為に、味を邪魔 する化学肥料はもう10年使っていない。石巻の 魚を原料とした肥料のみを使用し、量も紺野さ んの代で3分の1以下に減らした。



更に果樹園の隅には、何故か蕎麦の畑が。 「林にとってアブラムシは有害ですが、ヒラタア ブという虫は無害。そこで、蕎麦の花粉を餌に するヒラタアブを育てる為に蕎麦を植えたんで す。ヒラタアブはアブラムシを餌にするので、 薬なしでアブラムシを駆除できるんです。」

生き物のことを深く知っている紺野さんならで はの驚きの駆除方法だ。その こだわりは桃の木 の1本1本に及ぶ。剪定一つとっても、植物ホ ルモンの流れを読みなるべく自然に近い形で剪 定する。トへ向かう枝が下へさがらないように、 剪定される時に植物ホルモン = エチレンが適切 に発生するように。



そのように手入れされた桃の幹は黒く鈍らず、 茶色い自然な艶を保つ。

「農園は職場だから、綺麗にしていないと。」 と語る紺野さんは、学者のような雰囲気だ。

そんな紺野さんの一押しの品種は「恋みらい(こ いみらい)」。その場で頂いたが、缶詰の桃のよう に濃縮された甘さには、一切の雑味がない。 桃の木とまっすぐに向き合い、固定概念を壊し ながら進んで行く紺野さん。桃を一度味わえば、 その仕事の丁寧さが伝わってくるはずだ。



Activity

4. ドライフルーツのカナッペ



6. 香ばし牛蒡とお米の団子

材料(10個分)

炊いたご飯1合/ごぼう半本/サラダ油大1

作り方

- 1. ごぼうは 5mm 角に切り、サラダ油で炒める
- 2. ご飯はすり鉢かブレンダーで練る。
- 3. 牛蒡を炒め油ごと合わせ、少し寝かせる。
- 4. 丸く成形し、油を引いて醤油を塗りながら 焼く。
- チーズを入れたり、スープに入れたりしても 良い。



5. ドライフルーツ清け 濃厚ヨーグルト

材料(4個分)

ヨーグルト1パック (450g)/ ドライフルーツ 90g

作り方

ドライフルーツを入れて一晩冷蔵庫で寝かせれば 濃厚なギリシャヨーグルト風に。

7. えごま味噌の焼きおにぎり

材料(4個分)

えごま味噌大さじ 3/ ごはん 400g

作り方

- 1. おにぎりを 4 個作り、えごま味噌を両面にぬる。
- 2. トースターやフライパンで焦げ目がつくまで焼く。



安全性と美味しさに太鼓判

県の食べ比べコンテスト1位に輝き、「お米なら あじまさん」と愛される話題の農園が、あじま 農園だ。代表の安島さんは農園を拡大しながら も、農薬や化学肥料を一切使わないお米作りに も取り組む。その栽培方法は試行錯誤の末たど り着いたもの。いや、安島さんに言わせると、 まだまだ進化の途中らしい。

「僕はサラリーマンとして働いていたのですが、 課題を見つけて改善することが業務内容でした。 それは米作りでも一緒。」

安全性と美味しさを両立するために、出来るこ とは遂行する。例えば農産物の安全性を証明す る「JGAP」の取得。さらに、「米・食味分析鑑 定コンクール」では特別優秀賞を受賞。安全性 も美味しさも太鼓判が押されているあじま農園 のお米は、どのように作られているのだろうか。 「醗酵肥料を与えて土中の微生物の働きを活発化 させます。微生物は7年ほどかけて変化するの で忍耐がいる話ですが、作物にいい影響を与え ます。

土中の微生物は、人間の窺い知れないところで 日々変化していく。自然の摂理と腰を据えてしっ かりと向き合うことが大事だ。

今は身近な言葉となった「有機栽培」も、安島 さんの解釈は一味違う。

「有機は健康にいいと一概に言うのはおかしい。 有機肥料はむしろ体に害のあるものもある。有 機は栽培の方法を示すただの言葉でなんです。」



「常に向き合わなくてはいけないのは、いかに作 物の力を最大化させるか、ということです。」 作物が育つ三要素に「窒素、カリウム、リン とあるが、 あじま農園では窒素が含まれた肥料 は与えない。間引きして植えてまでも、自然に 土中に存在する窒素を作物の力だけで引き上げ させているのだ。

「考えない農家はダメだから、僕は考え続けたい。 食べてくれるお客さまのことを考えながら米作 りをしたいですね。」

常識を疑い、フラットに現状を分析し続ける安 島さん。その米作りの進化には天井がない。



Editorial note



020

100 年続く銘品「菅場梨」

梨の地区栽培面積が日本一を誇る福島県菅場地 区。扇状地のため水はけがよく、寒暖差も梨の 栽培に適しており、地区で採れる梨は総称して 「萱場梨」と銘打たれるブランド品。明治 19年 に50本の梨の木から始まった「菅場梨」は、先 の戦争などを乗り越えて現在に至る。

そんな萱場で梨を育てる石田さんにお話を伺っ た。まずは梨をご馳走になる。秋月は甘くジュー シー。20世紀梨は、酸味と歯ごたえが瑞々しい。



「梨の実をつける為に、花粉交配を行っています。 5つ花が咲いたとしたら、1つ選んで花粉を付け、 結実したら摘果作業で小さい実を落としていき ます。そうすると大きくて美しい梨になる。 と石田さん。この作業は全て手作業で行ってい るという。

果樹園にお邪魔すると、立派な梨の木が。

「曹場梨は、天皇陛下に献上されたこともあるほ どの歴史のある梨。うちの20世紀梨の木の中に は、樹齢90年以上のものもあるんですよ。

なるほど、この重厚感も納得だ。その一方で細 い梨の木が、ハシゴのように連結している。 「通常梨の栽培には時間がかかるのですが、これ は苗をジョイントさせて成木にする特殊な技法。 味も诵常と変わりません。神奈川県が特許を持っ ている方法です。

自然相手に、人間の知恵も日々変化する。そん な梨の木の根元には、自然に生えた雑草たちが。 あえて生やして、草の根っこで土をふっくらと させるためだ。

もっと気軽に梨を楽しんでもらうために、石田 さんは加工品にも挑戦している。例えば豊水の セミドライ梨。珍しい一品だが、ねっとりとし ていて味が凝縮されていて美味しい。他に林檎 等でもセミドライを作っている。

「震災の被害を受けたけれど、普場製は昔から福 島が誇るブランド梨。再ブレイクさせて、もっ と多くの人に梨を食べて欲しいですね。」

穏やかに語る石田さんは、実は20代は世界を旅 していたという強者。そのタフネスさで、これ からも萱場地区の梨作りを牽引していく。

きくらげ作りのパイオニア

福島で株式会社きのこ屋を営む三留さん。きくら げの栽培法を一代で栽培法を確立したパイオニ アでもある。同じく看板商品である椎茸のハウ スにてお話を伺った。

三留さんの椎茸、通称「弘法の椎茸」はたっぷ りとした傘が特徴だ。椎茸栽培は菌床作りから始 まる。無農薬で作られたオガと栄養体、水を混 ぜて、高圧殺菌。そこに菌を入れ、菌床となる。



「椎茸って、刺激を与えないと出てこないんです。 最初は温度変化による 刺激で出てくる。それに 慣れると、今度は 逆さまにして水を抜く。それ に慣れると、今度は水を入れるんですよ。」 と、語る三留さん。飄々と見える三留さんだが、 きくらげ栽培については苦労もあった。

先輩の栽培農家が少ないため栽培法の確立が困 難だった上、東日本震災直後の風評被害による ダメージは大きかった。放射能はグラムあたり で算出するため、乾燥して軽くなったきくらげ は放射能値が高く見えてしまう。震災前は給食な どで使われていたが、震災直後は放射能の基準値 オーバーで出荷停止に。その時期を乗り切って も、県外に出すのは困難だった。

そこで、三留さんが目を向けたのは「こづゆ」 という会津地方の郷土料理。貝柱で出汁をとり、 具材をいれたお吸い物だが、ここには必ずきく らげが入る。冠婚葬祭でも食べられる馴染みの味 だが、使われているのは中国産のきくらげだった という。そこと地元の福島産のきくらげとの スイッチを狙った。

あえて地元に目を向けて、埋もれていた販路を 発見した三留さん。この試みは成功し、三留さ **んのきくらげは人気商品となった。**生で食べて も美味しいし、天ぷらにしても美味しい。更に 三留さんが奥様と考えた、切る手間のない小さ な乾燥きくらげや、煮物に使いやすい 4 等分さ れた乾燥椎茸など、主婦目線のアイディア 商品 もその人気を支えている。

きくらげは夏が収穫期。食物繊維やビタミンD が豊富な万能食材でもある。福島の郷土料理で あるこづゆも是非味わってみたい。



個性的な柚餅子や加工品たち

豊かな只見川と、深い山に覆われ、桃源郷のよ

うな景色の奥会津。佐藤さんご夫婦はそんな奥

会津で地元食材を使った加工品を販売するヤマ

サ商店を経営している。同じく経営するそば処

「八十里庵」にて、採れたての山菜の天ぷらと手

打ちの蕎麦に舌鼓を打ちながらお話を伺った。

「機械だと楽にたくさん作れて安定しているけ

ど、それは個性ではない。僕らは手作業ですべ

て作っています。それがヤマサ商店の味です。」

主力商品である柚餅子は、材料の醤油や味噌ま

でオーダーメイドで作るほどのこだわりよう。

火入れも機械ではなく直火で餡を作り胡桃など

を加えて一気に練り上げる。木枠に流し込み二

時間ほど蒸すと、弾力がありながらも柔らかい

柚餅子となる。味はじゅうねん、胡桃、黒ごま

他にも魅力的な加工品は色々。唐辛子やえごま

を使った「味みそ」、椎茸を甘辛く煮た「しいた

けと青唐辛子の甘辛煮 など。加工品作りのなか

で佐藤さん夫婦が大切にしているのは「不自然

薬剤で消毒しなくても、熱いうちに瓶にいれる

ではないしこと。水気があればカビだって生える。

の 3 種類だ。

から殺菌になる。

い想いだ。

うんです。

より大切だ。

がある。

「浪江の農家の方も、この饅頭の餡のためにかぼ

ちゃ作りを再開してくれた。 いずれは 100% 浪

さんの行動の根幹にあるのは故郷・浪江への強

「自分が作るかぼちゃ饅頭が、浪江と誰かとの架

け橋になれば。そしてかぼちゃ饅頭を作ること

が、浪江の人の新たな生きがいになればって思

饅頭づくりは実は肉体労働。夜遅くに什込んで、

朝早くに饅頭を作る。作り手が楽しむことが何

「おやつを作る元気がある、おやつを食べる元気

そう言えるような健康的な循環に浪江の人たち

を導きたいと石井さんは語る。

江産の九重栗かぼちゃで作りたいです。 柔らかい笑顔が印象的な石井さん。そんな石井

会津で商品を作るのだから、極力材料は会津産 を使う。商品は無添加だが、無添加に妄執してい るわけではなく、不自然を避けた結果でしかな い。加工品開発の物語には終わりがない。 「今はイワナの缶詰を考えています。山魚の缶 詰って珍しいでしょ。それに、フキノトウの味噌 が欲しいって言われているから作ろうかな。」

く。一ファンとして楽しみにしていきたい。

懐かしき新商品「かぼちゃ饅頭」

て、ソウルフードだった「かぼちゃ饅頭」。震災後、 思い出しながら作った「かぼちゃ饅頭」は皮に も餡にも福鳥産の九重栗かぼちゃがたっぷり 入っていて、その甘さはどこまでも優しい。九 重要かぼちゃは女性の手でもサクッと切れるほ ど柔らかく、石井さん曰く「しっとりとして、 ぽくぽくとした甘さ が特徴だという。 石井さんが大事に育てて来たかぼちゃ饅頭は、 2019年一回り小さく食べやすくなり、「なみえ のおやつ」として新たなパッケージで生まれ変 わる。かぼちゃ饅頭のリニューアルにかかった 時間は1年以上。より美味しく、より手にとっ てもらえるように、味も見た目も関与者全員が真 剣に向き合い、進化させていった。



どれも懐かしいのに、新鮮さもある加工品。そ れは佐藤さんの遊び心のせいかもしれない。 ヤマサ商店がある南会津郡只見町では、ユネス コエコパークへの登録を契機として「只者じゃ ない」を合言葉に「只見ブランド」の盛り上げ を図る。佐藤さんはその立役者の一人でもある。 「名物を育てて、『これが只見らしさだ』と言え たら。これからもこだわり続けます。 只者じゃない只見町の人たちのものづくりは続

里山ガーデンファームとは 代表紹介 ヤマサ商店 佐藤 弘 ♥ 只見町 加工品 021

Noboru Saito

About

浪江出身の石井さんが昔からおやつに食べてい

最後に見せてくれたのは、石井さんのお孫さん の写真。生産技術の学校に在籍し、現在九重栗 かぼちゃを使ったスイーツの開発に勤しんでい るという。

「実際に九重栗かぼちゃを食べて美味しかったか ら、何か作ろうと思ったのだと思います。福島 の食材が受け継がれていくようで嬉しかった。」 故郷の様々な想いがぎゅっと詰まった、黄色く穏 やかに優しいかぼちゃ饅頭。リニューアルの先に ある広がりが今から楽しみだ。

孤立せず、横で繋がる農家団体

渡辺:任意団体「片倉夢ファーム」とは、農地 を継続して次世代に渡したいという思いで立ち 上げた組織です。東日本大震災後、片倉地区の 農業をどうするか話し合ったことがきっかけで した。被災地というだけなく、元々片倉地区は 限界集落。孤立して商売するのではなく、横で 繋がる組織は必要でした。

但野:「みんなで集まって何かやろう、得意分野 を生かそう。」と話し合いました。震災をきっか けとした新チャレンジですね。限界集落は被災 地に限らず、日本全国にある共通問題ですから。

渡辺: 特に南相馬市は、同じ市の中でも小高地区 は避難区域で、片倉地区は緊急避難区域、鹿鳥 地区は避難区域ではありませんでした。1つの市 が分断されてしまったんです。

但野:私も3年ほど避難していました。職場の 近くに避難したので通勤は楽になりましたが、 十地や家を守る為に戻りました。それに、周囲 に緑や土がある環境で育ったから、アパート生 活は違和感の連続でした。自然の変化が分かる、 そんな生活に戻りたいと思いましたね。

渡辺: そうですよね。 但野さんと同じ思いで、私 も戻ってきました。でも小さい子供がいるご家 庭は戻らない方も多かったです。小高地区は国 道が通っている中核地域でしたが、小高地区に 戻ってきたのは人口のわずか8%でした。だから、 産業も自然と廃れてしまいました。だからこそ 片倉地区は孤立せず、全員で頑張ろう、という姿 勢を取りたかったんです。農産物も一人で作る のではなく、みんなで作ろう、と。

但野: 皆で作る作物については、やはり健康にい いものをという意識があります。「ごま」や「え ごま」は中心商品ですね。特にえごまを加工し て作ったエゴマ油はオメガ3の油がとれると好 評です。最近テレビでも話題になっていますよ ね。サプリで摂取するのもいいですが、出来る だけ本物をそのまま食べて欲しいですね。

渡辺:エゴマ油は好評ですね! 去年は他にも補助 事業として苗木を頂いたので、ブロッコリーや 南瓜を育てました。

只野: そもそも、農の原点は「生きているため に作る」というシンプルなこと。販売はその後 についてくるものなのです。震災が起き、原発 事故が起きたからこそ、「自分の健康は自分で作 る。」ことは大事にしたい。



主体性が自ら生まれる集団へ

渡辺:集団の運営はシンプルですよ。農作業に出 れる時間をシフトで決めています。30分単位で 勤怠を管理して、出勤時間に応じて利益を分配 していますね。

但野:僕らは企業ではないから、個人を規則で 縛ってしまうとうまくいきません。横のつなが りを大事にしながら、出られる人で作業を進め ていくのが基本ですね。

渡辺: 団体にとっては初年度が終わってからが本 当の勝負ですね。

但野: そうですね。初年度は物珍しさも手伝って、 楽しさをエンジンとして全員で作業することが できました。でも、2年目からは、楽しさだけで はダメ。よりまとまりや適切な組織化が大事に なってくると思います。

渡辺: みんな最初より慣れてきていて、作業効率 も上がっています。前より少ない時間で多くの 作物を獲れるようになれましたね。作付面積を 増やせば販路もその分確保しなくてはいけない し、常に適正規模を見極めていきたいですね。

但野: これからは主体性のある組織を目指しま す。効率化だけを追いかけると、効率のいい人 だけが頑張って取り残されてしまう人も出てく るかもしれない。

今まで以上に、主体性が自然と 生まれるような 土壌を作らなければいけないですね。そのため には、発起人である我々が先陣を切り続けてい きます。



渡辺: 具体的には、まずは法人化を目指します。 人数とのバランスを取りながら、規模を拡大し ていきたいですね。

伯野:みんなでワイワイ集まって作業して、それ でお金がもらえたら嬉しいですよね。集落内の 輪を大事にしながら、より健康に美味しく食べ てもらえるようなものを作り続けて県外の人に まで届けていきたいです。

農家紹介

逃げずに伝える「誇り」

齊藤:石井さんとは、震災後にスタートした、飯 館村を中心としたプロジェクトで出会いました。 「自分たちでどうにかしないと」という活気ある 雰囲気でしたね。

石井: その時に「ただできゅうりをあげるから、 加工してみる? と 齊藤さんが言ってくれたの が出会いです。あの時はとにかく色々作って、 毎日放射能検査してました。

齊藤: 当時から石井さんは、行動力があって、更 に商品をお客さまに 提供するプロだった。何よ り前向きだったから、意気投合しました。

石井: 震災後には色々な出会いもありましたが、 やはり50年余り過ごしたふるさと・浪江を離れ てみて浪江に恩返ししたい気持ちが強くなりま した。海と山があって、破天荒な人も穏やかな 人もいて、すごく面白い場所でした。

齊藤: そういうことを、僕たち中通りの人達は震 災前まで知らなかったんですよね。別々の国で、 交流はなかったのが、震災が起こって否応なしに 福島県内の交流ができました。

石井さん:その後、私は浪江発の商品づくりをは じめました。試作が出来たら、いろんな会にお やつにして持って行って、みんなで食べながら あれやこれやいって。合言葉は「自分達で作っ たものを、道の駅に並べよう でした。

齊藤: そういうビジョンを描けるのはいいですよ ね。「これ作ろう、あれも作ってみよう」って。 その中で生まれたのが、浪江発の「かぼちゃ饅頭」 ですね?

石井: そうですね。元々「かぼちゃ饅頭」は私の 思い出のお菓子でもあります。私の義理の母が、 浪江で九重栗かぼちゃを使って饅頭を作り販売 していたんです。九重栗かぼちゃは半分に切る とハートの断面になって可愛いし、普通のかぼ ちゃに比べてしっとりしていて甘みも強いんで すよ。「ぽくぽく」とした甘さが特徴です。

齊藤: 私はかぼちゃが苦手。でもこれは美味しい んですよ。

石井:嬉しいです(笑)以前は私は浪江の役場で 働いていたんですが、そこでかぼちゃ饅頭を食 べる機会があって、とても懐かしくなりました。 それで「これをもっと多くの人に届けたい」と 思った。ふるさとである浪江のかぼちゃ饅頭商 品化のきっかけになりましたね。



堂々と「浪江発」を謳おう

齊藤: 浪江の人たちも、こういった話は喜んで いるのでは?

石井: 必ずしもそうではない。 浪江の人たちは浪 江出身だということで傷ついた経験があります。 だから浪江の話をしたがらないんです。

齊藤: 気持ちはわかります。 でも逃げていてはダ メです。僕も野菜を東京に売 りに行く時は「福 島」って堂々と掲げています。正面突破ですよ。

石井: そうですよね。今でも何気ない言葉で傷つ くときがあります。でもそれに負けないで、一 緒にかぼちゃ饅頭を作って、「これは浪江で昔か ら食べていたもの、浪江の誇りだよ!って言っ て売りたい。

齊藤: 逃げよう、隠そうとするとドツボにはいっ ていく。だから、何が悪いんだ、思って行動す ることが大切ですね。

石井: 私は浪江をなくしたくない。小さいかぼ ちゃ饅頭だけど、個性として伝えていきたいで 齊藤: かぼちゃ饅頭のような象徴的な商品があ ると、いろいろな人との架け橋にもなりますね。

石井: そうですね。復興祭をやった時も福島市の 人がたくさん買ってくれて。まとめて買ってく れた人もいて。かぼちゃ饅頭が浪江と福島市を 繋げてくれたと感じました。

齊藤:福島を想ってくれる県外の方が、かぼちゃ 饅頭を買えるようになれば、福島県外にもつな がります。

石井: それに作り手側もつながれるのは大きいで す。避難生活は生きがいを奪ってしまったけれ ど「浪江に戻って道の駅で商品を売るんだよ。」っ て夢を語ると、皆が輝きを取り戻します。

齊藤:住む場所がバラバラになっても、ふるさと は同じだから、きっかけがあれば繋がれますよ。 石井さんはその架け橋ですね。

石井: かぼちゃ饅頭はリニューアルして、さらに 進化しています。味にもパッケージにも自信が あるから対面販売をしてみて、お客さまの反応 もみてみたいな。そして、とにかく売ること。 売れたら作らなきゃいけないって目標が出来る から。そうして浪江の人たちの希望になればい いって思っています。

震災後8年、放射能の現実

齊藤: 菅野さん、今日はよろしくお願いします。 収穫祭で対談させてもらえるなんて嬉しいです。 さっそくお伺いしますが、震災後8年経ちまし たが、一番辛かったことって何ですか?

菅野: 2011年の3月25日に県の方から耕作禁 止の指示が出た。次から次に出荷停止になった 時期で本当につらかったですね。一緒に農業を やっていた娘も避難して、家族やこどものこと を考えたときに、このまま福島で農業を続けて 良いのかと考える時期はありました。

齊藤: そうですよね。震災8年が経ち、みなさ んに福島の農産物を買っていただけるように なったことは嬉しいですが、やっぱりお米の風 評被害がまだあります。特に有機米を食べるよ うな方は健康志向が高い。農家が一生懸命つくっ たお米から放射性セシウムが検出されないこと がわかっても、それが伝わらずに厳しい状況は 続いています。

菅野: そうですよね。米野菜はほとんど不検出 ですが、福島県内のキノコや山菜はいまだに出 荷制限がかかっています。山の汚染は深刻です。 菅野: そういった現実も含めて、現場の正しい 情報を伝えいく必要があると思っています。

齊藤: つまり、福島のお米から放射能は出ない んですけども、土の中にはまだ放射能があるん ですよね。なぜ土の中に放射能があるのにお米 には出ないのか。そこを説明していただけます か?

菅野:吸着しているんですよ。福島だけではなく、 埼玉や群馬、東京も含めて土の中には今でもあ るわけです。ゼロではない。

ただ、この阿武隈山系は雲母が多い。雲母の主 成分カリウムは、セシウムとくっついて含量を 下げる。しかも、粘土質の良い土ほど放射能が 固定化しやすいという事が、大学の研究所と一 緒に検証してわかってきました。

他の地域でもペルシアンブルーや EM 菌をまい たり、無我夢中でいろいろ試してきたけど、科学 的なことよりも結局「深く耕して良い土をつくる」 ことが大事なんですね。先人たちから受け継いで きた土作りを継承していくことで、いい結果につ ながった。福島県産だからこそ、どこよりも安全 でどこよりも美味しい食材を作って、全国のみな さんにお届けしていきたいですね。



次世代に繋げる営みが農業

齊藤:以前、東京の大学生から、「震災後、福島 で農業を行うことが厳しいなんてわかっている のに、なんで他の県に行って農業をやらないん ですか?」と聞かれたことがあり、私はすごく びっくりしました。

先祖伝来この地で農業を続けて私で8代目です。 「この土地で農業ができないのなら農業自体をや めるしかない」という想いなので、他の土地で 農業をはじめるという発想はまったくなかった んですよね。

菅野:田んぼに水を引くにしても、農道の草刈 りにしても、個人の力ではなくて集落の力が必 要です。みんなでこの福島の里山の風景を守っ てきたから、自分さえ良ければという考えはな いですし、この土地を守って引き継いでいくこ とに意味を見出していますね。

私は、次の時代に繋げる長い営みこそが農業だ と思っています。去年の夏にたくさんの子供達 とホタルの観察会をやって、久しぶりに田んぼ で游ぶ光景を見られたことが本当に嬉しかった。 震災以降、なかなか見れませんでしたからね。

齊藤: 私は50歳までサラリーマンやってたけど、 農業は会社と違ってだれかに命令されるもので はないんですよね。自分が決めて、自分のため に作っているだけなのだから。

そんな中で、自分でつくったものを消費者のみ なさんに直接届けることで、いろんな繋がりが できる。それはすごく自分を豊かにしてくれて います。これからもこういう繋がりを広めてい きたいですね。

菅野:自然災害は恐ろしいものだけど、海や自 然水や太陽があるからこそ、私たちは豊かな暮 らしができる。何気ない里山の風景ひとつをき りとってもそこには先人が守って来た意味があ るものがたくさんあります。

例えば、案山子(カカシ)は単なるカラス除け ではなく、山の神様が宿る依代だから感謝をし なくちゃならない。

放射能による風評被害もそうですが、物事の表 面的な部分だけが切り取られてしまうことは 往々にしてあります。そうではなく本質的なと ころをしっかりと子どもたちや次の世代に伝え ていくことが、我々農家の役割なのかなと思っ ています。



世田谷ボロ市

里山ガーデンファーム代表の齊藤さんは、時折首都圏のイベントで対面販売を実施する。福島中を車で走って農産物をかき集めては、夜中のうちに東京に移動し朝からのイベントに挑むのだ。今回取材したのは東京都は世田谷のボロ市。毎年12月と1月の合計4日間開催され、700以上もの露店が並ぶ世田谷のボロ市は、遠く安土桃山時代に端を発する、毎年20万人もの人が訪れる一大イベントだ。1月のボロ市に赴くと福島と変わらない軽快なトークでお客さまを虜にする、二本松農園の齊藤さん会うことができた。ブースにはヤマサ商店のゆべしもあるし、菅野さんの農家民宿の

朝食で頂いた山木屋の納豆もある。

齊藤さんのブースは復興ブースの中にあるがお客さんの波は止まらない。お客さんを引き寄せているのはお母様である齊藤キクヰさんが漬けたその名も「おばあちゃんの沢庵漬け」。「え、あんたのおかあちゃんが漬けたの?」「そう、母が漬けてるの。よかったら食べて行って!」という会話と共に、お客さんも沢庵をぽりぽり。気付けば購入に至っているからまるで魔法のようだ。聞くまでもなくハードスケジュールで店頭にたつ齊藤さんの顔に疲れの色はない。「就業時間をカウントしたら、サラリーマン時代より働いているかもね(笑)

でも、今は自分が作った自分の仕事で好きにやっていることだから」と齊藤さん。齊藤さんは福島にいようが東京にいようが、やはりエネルギッシュなのだった。

世田谷ボロ市

東急世田谷線「世田谷駅 / 上町駅」 徒歩5分 ボロ市通りにて 毎年12月、1月の15日、16日開催 東京都指定無形民俗文化財

エシカル市場藤沢

藤沢駅からほど近い住宅地の一角に、ふいにオレンジ色のひさしが現れる。小さい店舗ながら店前まで商品を陳列し、人が立ち止まっているここは「エシカル市場藤沢」。里山ガーデンファームの齊藤さんと縁が深く、福島から野菜を仕入れて販売しているお店だ。店主の小島さんにお話を伺うことができた。齊藤さんとの出会いは、震災後に TV で見かけたことをきっかけに、里山ガーデンファームの通販サイトで個人的に野菜を購入しはじめたこと。その後、小島さんが南会津に旅行に出かけた際に足を伸ばして二本松に立ち寄ったことがきっかけで、齊藤さんとの交流がスタートした。

そして、震災そのものが日常に埋もれ始めた 2014年5月にアンテナショップ「エシカル市場 藤沢」をオープンさせたのだ。以前は出店経験な どなかった小島さんは何故出店に至ったのだろう か。「最初は藤沢市も支援するアンテナショップ を出していたけれど、月日とともにそれも終了した。じゃあ、自分達が引き継いでお店をだそうか なって。齊藤さんを応援するためですね」平日の 夕方にお伺いしたが、店内には里山ガーデンファームからの商品がずらり。齊藤さんから仕入れる他、南相馬の障害者支援施設からも商品を仕入れているという。最初は支援のために、と購入していくお客さまが多かったというが、

今は地域の人が日常的に購入してくれ、リピーターになってくれている。福島の農産物がいい意味で「日常のもの」となるために、遠く離れた藤沢から小島さんはエールを送っている。

エシカル市場藤沢

藤沢市藤沢 1026-5 月曜日~木曜日 11:00 ~ 19:00 日曜日 10:00 ~ 18:00 (定休:土曜日・日曜日)

029



スタディファーム

齊藤さん率いる里山ガーデンファームは、福島第一原発から 50km の二本松市内に位置している。 様々な農家との交流を実施している里山ガーデンファームの人気プログラムである「スタディーファーム」は、放射能について正しい知識をつけることで、福島の農家が震災後どのような道を歩み、切り開いているのか知ることが目的だ。福島の農家は原発事故を受けて、水田除染や放射能調査をしなければならなくなった。しかし産出にあたっては安全性を十分確認しているのにも関わらず、福島県産というだけで消費を敬遠する行動=いわゆる風評被害が広がってしまったのだ。

更に、高齢の影響もあり離農者が増えている福島の姿は、日本農業の未来の姿でもあり決して知らん顔はできない。スタディーファームでは放射能視察や除染体験他、収穫体験や稲刈体験などを通じて農家との交流も行うことができる。紐解いて見ると、今福島で農作物を作る農家の方々は、震災という体験を超えてより芯が通った美学をもって農業に勤しんでいる人ばかり。作る野菜を味わい、農業体験をさせて頂きながら、彼らがずっと戦って来た見えない敵である放射能について知識を深めていくことができるスタディーファーム。ただの知識以上の唯一無二の体験をできることは間違いない。

スタディファーム

福島県二本松市新生町 490 二本松農園 0243-24-1001 大人 1000 円/人 ~中学生 500 円/人

お電話でお問い合わせください。

野菜セット定期便

日本3位の面積を誇り、同じ県内でも気候風土が異なる福島県は、多種多様な農産物の宝庫。里山ガーデンファームのWebでは50以上もの農家が集結し、自慢の農産物を販売している。しかし野菜や果物の旬っていつ?出来ればイチオシを購入したい!そんな方に人気なのが「野菜セット定期便」だ。毎月第4月曜日に福島県産の野菜・果物・加工品が届く。最も美味しい旬の農産物を詰め合わせるため、内容は月によって異なる。珍しい野菜や、個性的な加工品たちを手に取るだけでワクワクすること間違いなし。お値段も税・送料込みで毎月2,980円と破格。是非1年間続

けてみて、時々の旬を体感してもらいたい。

野菜セット定期便

毎月第4月曜日配達 2,980 円(送料・税込) 里山ガーデンファームオンラ インストアでお申込可能 http://www.nihonmatsu-farm.com/

ワンコイン支援

里山ガーデンファームにはネット通販の他にも法人向けのユニークなサービスがある。その名も「ワンコイン支援」。会社の社員が50名以上集まり1人あたり500円を支援すれば、人数分、旬の農産物が毎月届くという仕組みだ。企業はこの仕組みをCSR活動としてはもちろん、社員の健康を考えた福利厚生としても活用しており、パソナグループや関電工が導入している。ミーティング中に食べたり、イベントで活用してみたり、その食材をどう扱うかは企業の個性の見えるところ。「健康経営」という言葉が流行る昨今、CSRと健康を両立できるこの制度に注目が集まっている。

ワンコイン支援

福島県二本松市新生町 490 二本松農園 0243-24-1001 MAIL:s@farm-n.jp お問い合わせください。

031

補助金の報告書類を仕上げたり

034

1 時間くらい 朝ごはんはお母様の

他の農家との連絡調整したり

!合間に DIY で

二本松では若手の人たちが作る美味