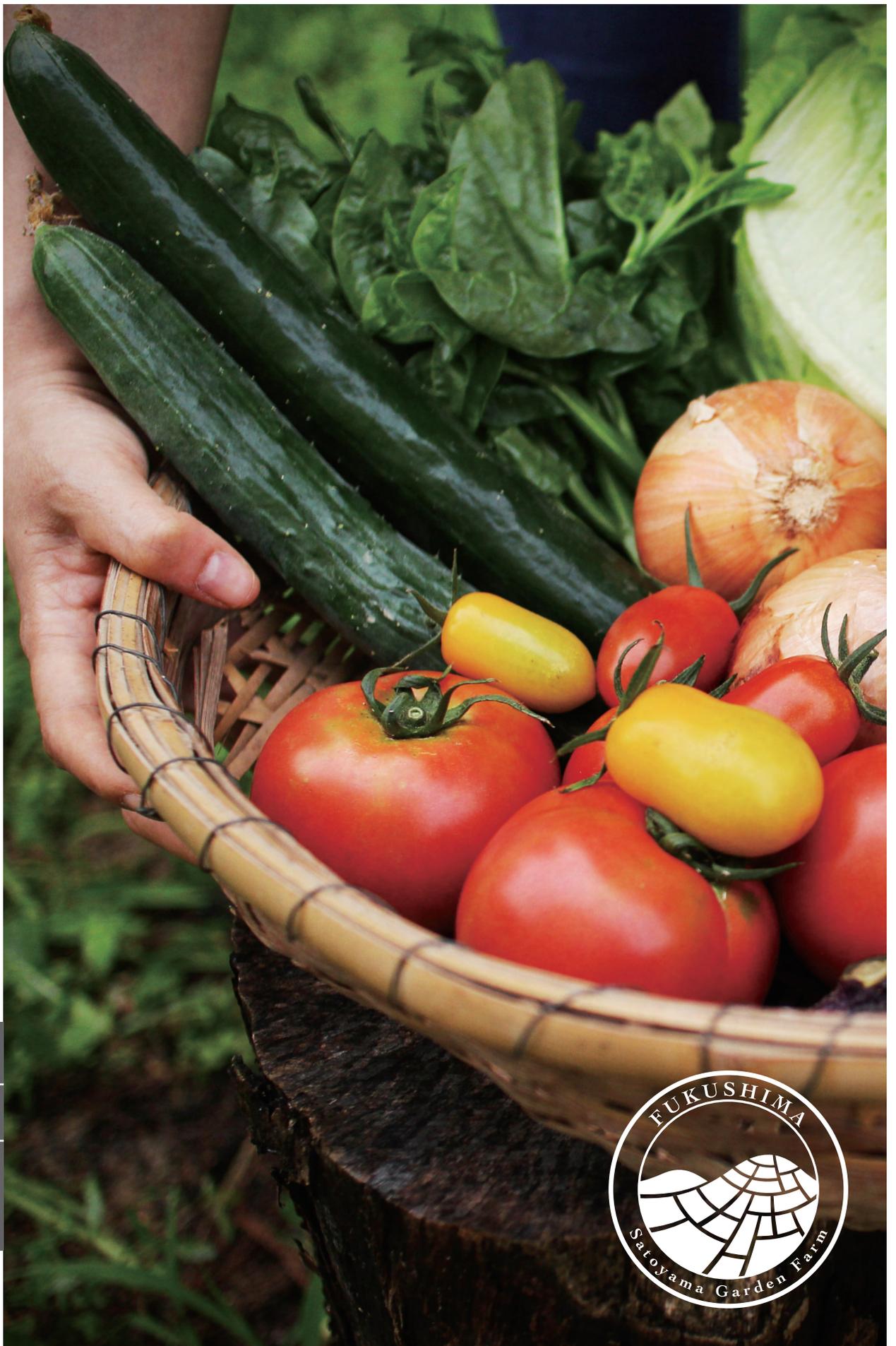


里山ガーデンファーム通信

2017

Vol.

01



## 福島を知る

二本松農園  
齊藤登

いまの福島の  
農業現場を  
知ってほしい

## 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面がある。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。旬のきゅうりの収穫をさせてもらうことに。青々と蔓が茂る、きゅうりのアーチへ向かう。



## 顔が見えれば風評被害はなし

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り除くから、この棘に触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漬物が。楊枝が刺さらないほど皮がぶ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い。「顔の見える関係に風評被害はなし」と齊藤さん。スタディファームでは収穫他、田植えや稲刈りなども体験する事ができる。

## スタディファーム

### 概要

農園を訪ね、福島の農業現場を知り、農業を実際に体験するツアーです。1日1組限定です。



### 参加料金

大人：1,000 円 / 人 (税込)  
子供：500 円 / 人 (税込) ※中学生以下

ご予約はこちらまで

0243-24-1001 (二本松農園 事務局)

### アクセス

電車にてお越しの場合  
JR 東北本線・二本松駅から車で 15 分

お車にてお越しの場合  
東北自動車道：二本松 IC から 15 分  
※ナビをお使いの方は、電話番号 (0243-23-2532 齊藤) で検索してください。  
※駐車場有り



〒964-0976 福島県二本松市新生町 490

## 福島を味わう

遊雲の里ファーム  
菅野正寿

多様な生態系が、  
自然にトマトを美味しくする

## 瑞々しく成長していくトマト

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いただきました。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。

トマトは段状に花を咲かせ、根元から実を膨らませるため、下から順番に収穫をする。成長速度が実により異なるため、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。真っ赤に熟れた実を付けたまま木に負担がかかるのだそうだ。

## 食べ頃を収穫し、届けたい

食べ頃の美味しそうなトマトを収穫する菅野さん。配送日数を計算し青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。甘いだけでなく、骨太な福島の自然を感じる一品だ。

## 農家の台所

### スタミナ野菜の揚げ浸し

#### 作り方

- 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。
- 鶏肉は全体に片栗粉をまぶしておく。
- 水とめんつゆを混ぜ、ニンニクはすりおろしておく。
- 180度の油で野菜を1~2分素揚げにする。
- 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。
- 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。

#### 材料

鶏モモ肉 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 50cc / 水 40cc / 糸唐辛子 お好みで



レシピ提供：菅野 瑞穂  
「夏のおいしさをぎゅっとシンプルに。」

## 里山ガーデンファーム 野菜セット定期便

とれたての旬の福島県産野菜・果物・加工品を10品ほど詰め合わせ、毎月お届けします。ネットショップは「里山ガーデンファーム」で検索ください。



放射能自主測定はもちろん、有機 JAS 認定、特別栽培など「世界一安全でおいしい野菜」を目指しています。※写真はイメージです。毎月第4月曜日配達 2,980円 (送料・税込)

# 福島を旅して

福島ってどんなところ？ 東京のアラサー女がいく

Vol.01

大学生の時に来て以来、10年ぶりに福島に来た。正直言って明確なイメージもなく、どうしても原発が頭をよぎってしまう。不勉強を申し訳なく思いながら、迎えに来てくれた齊藤さんの車に乗って里山ガーデンファームへ向かう。

ガーデンファームに着くと、あまりに多様な植生に驚く。「これは杏、これは桃。これは葡萄。」と齊藤さん。ランダムに植えられたフルーツや野菜の間には、金魚が泳ぐ池や、蓮の花が膨らむ沼、手作りのゴルフコースまで。次々に新しい発見があり、歩いていると時間を忘れる。



野菜や果物はもちろんだが、福島県には花が多い！齊藤さんに伝えたところ首を傾げていたが、絶対に多い気がする。野菜の花も美しく、眺めていたら「ズッキーニの花は唐揚げにすると美味しいよ。」と、なんとも魅力的な一言が。そうなんです。お言葉に甘えて5個ほど頂いた。



夜は菅野さんが運営する「農家民宿」へ。綺麗なお宅の玄関を上ると、外人さんが。セルビア出身で日本を旅する男性と、アメリカ出身の留学生。聞けばブータンから農業の研究者も来たことがあるとか。思わぬグローバルさに驚いたが、考えてみれば農業以上にどの国でも行われているビジネスって他にないかも。

8時すぎ、蛍を見に行こうと菅野さん。暗闇を少し歩くと、田んぼが広がっている。その稲の穂先に蛍がいた。ふわふわ舞って、現実じゃないみたいに綺麗。東京ではまず見たことがない。

**「都会の人は田舎に来て綺麗、というけれど、その景色は農家が自然を大事に手入れして作っているんだよ。」**

菅野さんの言葉に、農家の方は野菜を作りながら、その土地の風景も守っているんだな、と実感した。

家に戻って、地酒と採れた野菜で宴会。どれも本当に美味しい。福島は日本の北と南の接合点に位置しているため多様な野菜が育ちやすいそうだ。

ほろ酔いで外に出ると、ガレージに灯りが。娘さんの瑞穂さんがインゲンの袋詰め作業をしていた。少しお手伝い。



インゲンは丁寧に選別され、長さや向きを揃えて袋詰めされていく。購入時は気づかなかったけれど、こんなに美しく袋詰めされているのか、と驚く。

よくよく話すと瑞穂さんは同い年。福島でツアーの企画・販売をする会社も経営されているという。「福島を知ってほしい」という想いの強さと、バイタリティに頭が下がる思いだった。

あっという間の一泊二日。福島は住まう人も育つ野菜も、キリッと美しい場所だった。安達太良の尾根を眺めながら、再訪を誓った。

平山美聡（ひらやま・みさと）

1988年生まれ、東京都出身。メーカー勤務を経て、デザイナー・ライターとして活動。趣味は釣り・絵を描くこと。座右の銘は「右往左往」。

## 里山ガーデンファーム

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、生産者から直接買って届くだけでなく、生産者に会いに行き、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。

2017年8月20日 発行

平成29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。

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

