

自然農園だより



宮下洋子 & 周平

山田さん（右から二人目）の指導の下、スタッフで「ジュガ」を！（慰安会にて）

経験したことのない旱魃と暑さ

一日中、いろんな野菜に順番に灌水しているけれど、とても追いつきません。

例年、水の要らないカボチャや、ジャガイモでさえ、いじけています。

土は、表面がパウダー状になり、耕すと粉塵が舞って、肺に良くないのではないかと心配です。



また、熱中症になりました

焼けつくような暑さの中で、高田さんは2回ダウンし、私は昨日、熱中症になりました。去年もなったので、かからないように気を付けていたのですが、40℃ほどもあるハウスの中で、長時間働いていると、自己コントロールが難しくなるのです。屋前に立ち眩みがし、あぶら汗が出て吐き気がし、やっと歩いて家まで帰りました（50mくらいの距離です）。朝から何も食べていないので、吐きたくても吐けず、胃



酸が濃縮されて苦しいので、お水をモーニングカップに二杯飲んで、胃酸を薄めて吐き（汚い話ですみません）、後、水とスイカとトマトジュースを飲むだけ飲みました。

それで気分が良くなったので、キュウリの夕方穫り（一日2回穫ります）には出ることが出来ました。

0-1テストの診断は睡眠不足

主人に0-1テストしてもらったと、睡眠不足が一番強く出ました。

昨日から、朝、3時起きして、「まほろばだより」—これから—4 を書き始めていたのですが、夜は夜でyoutubeを見たり、新聞を見たり、まほろばの日報を見たり、翌日のスケジュールを立てたり、洗濯をしたりで、毎日寝るのは12時ごろになっていたもので、確かに睡眠不足にはなっていたと思います。人には早寝早起きと言いながら、有言不実行で、神様に叱られたのだと思います。すこし、youtubeを制限した方がいいと反省しています。

脱水対策はスイカとトマトが一番

次が脱水でした。去年も同じでしたが、回復には時間がかかりました。去年もスイカが食べた

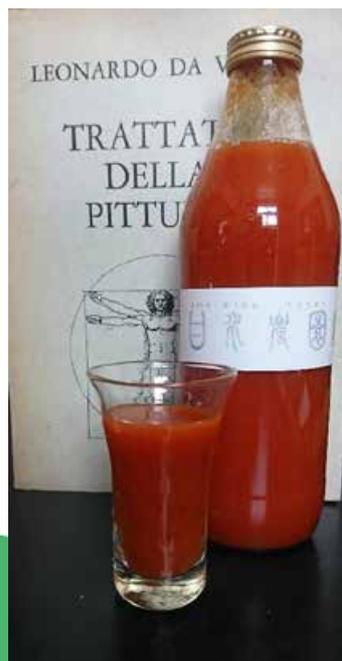


この両ページの写真も先日開催されたスタッフ援農&バーベキューの様子です。

かったけれど、家にすぐなかったので、次の日にやっと食べました。まほろばで買ったマダーボールが一個1400円もしたので、食べただけ食べられませんでした。

でも、今回は、カラスにつつかれて、早く食べなければいけない初取りのスイカが偶然、3個も冷蔵庫で冷えていたのです。朝早く取って従業員に食べさせてあげようと思って冷やしてあったのですが、私の為にとったようで、二日間で全部食べました。甘い水農園のトマトジュースも、二日間で一本飲みました。

スイカが出来るまでは、私には暑気対策にトマトジュースが一番合うようでしたが、贅沢だと思いましたが、二日間ほど水だけにしていました。それも良くなかったようです。



油類とご飯は パス

また、去年は、何日も食欲がなく、激ヤセしてしまいましたが、今年は、スイカとトマトジュースがあったので、食べたいだけ食べられて、夕方には、果物以外の食事として、食べたいものを食べる事が出来ました。直観的に、初取りのゴーヤと紫玉ネギ、白菜、絹さや、ブタバラ肉を、少し水を入れて、薄い塩味（七五三塩）だけで蒸し煮したものが食べたくくなりました。

あと、雑穀食パンと、ひふみ糖入りのヨーグルトです。いつもは、パンにバターを添えるのですが、料理にも、パンにも油類はパスでした。ご飯も食べたくありませんでした。

お陰様で、次の日には、通常通りの食事に戻り、油も、ご飯も大丈夫になりました。去年に比べて、あまりにも回復の速さに自分でも驚いています。

今回は、食べたいものや、必要なものが、すぐ



手元にあったことに感謝しています。いつか皆様の参考になればと思って書いています。

救急車で搬送されてもおかしくない状況の中、二度も助かったし、二度目は、すぐに立ち直れたので、大いなる天の計らいに感謝、感謝です。

農園の事は、書きたいことは一杯ありますが、そんなこんなで時間が無くなってしまいました。主人が代りに書いてくれています。来月は精進して書きたいと思いますので、お許しくさいます。



(ここからは会長です)

アイ | ターン移住組、第一・二号

「コロナと生きる」で、全国に呼び掛けた田舎移住運動。その第1号ともなる東京在住の中山誠基・奈月さん夫妻。

畑から車で2, 3分の所に転居。今、ご主人はIT関係のお仕事で海外出張、9月末帰国。その時に、正式にお二人に、ご挨拶を頂こうと思います。今は、留守の奈月さんが農業



研修に毎朝、愛犬ダキちゃんと参加。このほぼ一月で弱々しい室内犬の表情が彼女と共に生き活きとして来て、本当に驚いています。

奈月さんも、特殊な能力と趣向をお持ちで、それは後ほど公開のお楽しみに。

その移住組2号になりそうなのが、川端恵美さん。以前から農業酪農大好き人間で、出来れば仁木に就農したいと、今毎日札幌から研修に参加されています。奈月さんとも同い年で、ビックリ。ご縁なんでしょうね。生き方の真面目さに、心動かされます。良き土地と切っ掛けが訪れることを祈ります。

援農にいらっしやる皆様、口には出さないまでも、移住したいとの希望者が潜在的に多いのには驚きました。閉塞されたコロナ社会からの脱出は、どなたの心にも当然芽生える希望の光なの



でしょうね。こちらも、ご相談に乗れますように万全を尽くしたいと存じます。

白菜天使

7月よりアルバイトスタッフとして入社した篠崎美江さん。お嬢さんの由佳さんと一緒に援農に。由佳さんは名古屋の芸大を出られて、絵本作家を夢見て制作に励まれております。そして、各地に農業研修へ。今は沖縄屋久島へ遊学中。

そんな自然一杯の手作り絵本の第一号が「はくさいばたけ」。奇しくも、コロナで有効なまほろば推薦の野菜でもあります。絵から醸される温かさや、ストーリーの面白さ。何だか、心ほんわかになって幸せな気持ちになります。印刷物としてまほろばにも置かせてもらいます。是非、一度お手にとって下さいませ。



だった。そこで、「僕が、トラックで運んであげる」という事になったのだ。かねてから、金子さんも考えあぐねていた所で、不思議な時の巡り合わせに、只ただ驚くばかりだった。そして、帰園するや、その日は援農日で、男衆の頭数が4名揃った。即出立したのは言うまでもなく、用意したフレコン20袋が、2時間でピツシリ満杯に。その楽しさは、子供の遊びさながらで、キャッキヤとはしゃぎながら童心に帰ったのだ。

数日後、金子さんが、長いユニック付き4tトラックで、運んで下さった。感謝、感謝。何せ、店のハイエースでも入りきれない。2年間分の有機栽培米の籾殻一山は、願っても叶う代物ではないのだ。夢のようでもある。

その後、フロントローラーで釣り上げて、1袋1袋肥料撒き機に移すのが中々難儀だが、機械大得意で米農家出身の岩内の鈴木さんが援農に！！ 易々と広い畑を撒いて下さった。

時の不思議さ

農園の籾殻が底を突いて、秋の大根・白菜の種蒔きに、団粒構造化と微生物の住家造りの為、どうしても籾殻散布が必要だった。ところが、金子さんの籾殻山の出入場所が狭くて運ぶ手立てがない事、そして頼みのダンブが、1月の豪雪でハウス諸共潰れてしまったこと、どう考えても他に方法はなかった。だが、兎に角、訪ねるより、突破口はなかった。ところがである、その日偶然にも、金子さんの今季籾摺りが全量終了したばかりで忙しい手が空いたところ



そして、これも偶然で、鈴木ご夫妻、金子さんの「ゆきひかり」の大ファンでわざわざ、中野商店に買いに行かれていらしたとか。一から十までの、天のお膳立てに唯々、自分の非力と、人の他力に感謝するしかなかった。これは自分であって自分ではないことに気付かされたのだ。こんな事ってあるか知らん、と。そして、その仲介役をして下さった西野の米問屋・中野商店さんのご縁にも感謝であった。

37年前、雪降る中、自転車で、卸に初めて向かったのが中野商店だった。幸いに「^{やさか}弥栄味噌」を注文して下さったのが、先代のお父さんだった。それが、私の商売の初め、初めて物を売った相手だった。嬉しくて涙が出た。

そして、金子さんも、中野さんから「田圃一枚からでも有機米を作りませんか」と訊ねられ、「失敗しても一枚分払います」と約束され、それが切っ掛けで有機農家になったという。二人とも、同じ縁の仲立ちで、しかも今、同じ町で隣通しの部落で農業をしている。不思議と思いませんか。

生産者

北海道余市郡仁木町大江
金子英治さん



北海道の果物の名産地として知られる余市郡仁木町で約30年前から化学肥料を使わない栽培に取り組んでいる農家です。化学肥料を使わない米の生産量は北海道内でもトップクラスで、『大地の会』や『らでいっしょぼーや』などでも全国の方に出荷しています。



神様は、こんな設計図を描いて、人をこの世に送り出すのだろうか、と思わざるを得なかった。その時、人生の今までに会った人々は、皆前世でも会った人、来世でも会う人に違いないと確信した。家族を初め、社長や専務やスタッフ、お客様のみみんなは袖振り合うも他生の縁だったのだ。



まほろば自然農園

応援隊長

穂積豊仁

いつも、まほろば農園の野菜を、ご購入頂きましてありがとうございます。まだ、食べた事のないお客様は、一度お試しいただければ幸いです。

七月は、記録的な暑さと、雨がほとんど降らない日が続きました。人もそうですが、野菜達も悲鳴を上げているようで、灌水設備がなく、水をやれない所は、生育も悪く心配です。

そんな中でも、有難いことに、地下からポンプで汲み上げている水は、枯れることなく、毎日フル回転で、野菜の成長を助けてくれています。

露地の野菜の種まきを、担当しているのですが、人参、ホウレンソウ、赤かぶ、これからは、秋野菜の大根、白菜をまいていきます。

種をまいて発芽が揃うと、ホツとするのと同時に嬉しくなります。そしてこの一粒一粒が成長し、大きくなり、食べることで力になります。そして、次の世代にバトンを繋ぐ種を取ります。まほろば農園では自家採種にこだわっています。



種をまくと、発芽して成長するのですが、他の草も同時に成長して、除草の作業が遅れると、あっという間に草に覆われてしまいます。そんな時に、援農ボランティアの方々が、野菜達を助けに来てくれて、感謝しております。

先日は、従業員の慰安会で、四十数名が援農に来て、あっという間に、草だらけだったキャベツ畑が綺麗になり感動しました。

食べることは生きることに繋がります。心を込めて作った、生命力溢れる野菜を食べることで、体も心も健やかになれると信じています。野菜以

外にも、まほろばで取り扱っている商品は、そんな思いが詰まったものばかりです。

まだまだ暑い日が続きますが、まだ仁木農園に来られたことのないお客様は、援農お待ちしておりますので、よろしく願い致します。きっと、土に還ると、体も心もリフレッシュできると思います。



かわいふあ〜む

川合 浩平

さて〜！
結構やさぐれてますが、今は笑顔でいきますよ——！

ということで、始まりました8月！

2か月後には霜が降りる時期って信じられないくらい、北海道らしくない天候で、気温が高いのが続いていますね。

こんな気温が高いせいか、筋の通らない事や、「え？」とか思う事がいっぱいです。

政治利用のオリンピックとか、デルタ株でもまだワクチン頼みとか、菅総理続投の国民の声が聞こえている人がいる（幻聴？）とか、ついにコロナ重症者以外は自宅療養の方針ってこれだけ我慢させといてオリンピックで感染者増えたら匙投げるとか無責任すぎるし、言いたい事たくさんありますが、きりがないので身の回りの事だけ言います笑

身の回りの畑のある小別沢は雨は降らないのに、熊や鹿が出たり、強盗が直売所のすぐ上で出て規制線が張られてお客さんが直売所に来れなくなったり、証拠品の押収で警察に立ち会ったり、騒がしく&忙しくなっていました。笑

そんな感じでいらんもんばかり来て、1番欲しい雨は来ないという天邪鬼な感じです。恐ろしいことに雨はほとんど降ってなくて、多分ちゃんとした雨は2か月以上降っていません。

札幌市内の周辺の地域よりも降ってなくて、乾きすぎてトラクターで起こしても全く湿った土も出てこずで、もう砂漠の一步前です。

これ以上畑のことは悲しくなるので、触れるのやめておきたいのですが、これだけのご報告です。

お客様にお買い上げ頂いた野菜の中で、品質がイマイチの物があつたかもしれません。

この場を借りてお詫び申し上げます。

今年の水不足と高温で、野菜の劣化が激しく、一定以上の品質を保

つため頑張っているのですが、外見だけでは判断がつかず高温障害や生理障害が出ている状態の野菜を出荷した事があつたと思われま

す。以後、より一層気を付けて出荷していきますので、よろしく願いいたします。

さて、気を取り直して、記事を進めていきたいと思

います！先日、聞いて頂いていた方もいらっしゃると思いますが、FMの「NorthWave」さん「Move on up!」という番組でご紹介頂きました。

野菜ソムリエの吉川雅子さんという方が「かわいふあ〜む」のことをYahooの記事にしていた



だき、その記事の紹介という形で取り上げていただきました。放送して頂いた当日、普通に農作業してましたら、「ラジオ聞いたよ！」という連絡が来まして、急ぎよ「radiko」で追っかけ再生した次第でした。笑

そう！パーソナリティーの増田かおりさん、お店（まほろば）の常連さんだそうで、このおたよりも読んでいただいているとのこと。

そして、とても丁寧に色々で紹介していただき、次の日のニンニク掘りイベントのご紹介までしていただきました！

そのあと、パタパタと「ラジオ聞いたよ！」というお客さんが来られて、ちょこっと忙しくさせていただきました！！

かおりさん、ありがとうございました！ぜひ「かわいふあ〜む直売所」に来て頂ければ！毎日10時半〜11時半くらいまでは直売所で袋詰めしております！！笑

さて、畑のつらい話はしないと決めたので、今回はこの原稿を書いている「まあまあ湿度の高くて暑かった8月1日の行動」を初めてお伝えしたいと思います。

朝5時半 起床 コーヒー飲んで何も食わず、トイレ行ってサクッと畑へ着いて収穫開始。7時半頃 トマト収穫時、違和感を覚えて右脇を触ると、いつの間にかTシャツの中に入った蜂に右脇付近を刺され、結構痛くて悶絶（3日前にも蜂に刺されたときはそこまで痛くなかった）



8時 ボランティアさんが来てくれて、昨日のジャガイモ掘りの続きをしたいが、直売所の準備が終わるまでハウス脇の草刈りをしてもらう

9時半ころ 収穫と水やりをしてるとベテランボランティアさんが来てくれて、曇っているのでトマトのカルシウム散布と手入れに入ってもら

10時半ころ 「かわいふあ〜む直売所」準備が終わったので、ボランティアさんとジャガイモ掘りへ

11時半頃 いつもより汗をかくので、ボランティアさんと、とりあえず休憩。

ベテランボランティアさんはハウスの作業が終わって、機械で草刈りへ

なぜかいつもより汗をかくと思ったら、今日は湿度が高めのように、ボランティアさんは連日に来てくれていたので、本日は早めに帰宅してもら

そしてTシャツがびしょびしょで臭いので1回目の着替え

13時頃 枝豆みずやり 直売所のお客さんからパンを差し入れてもらって、本日初めての食事？

ベテランボランティアさんがお願いしてた草刈終了で、今度は掘り取り機の付いたトラクターに乗ってもらって芋ほり＆水やりを平行して進める

16時過ぎ ジャガイモ収穫全部終了＆簡単な休憩で、ベテランボランティアさんとノンアルコールビールで祝杯。

二人とも汗だらだらで、自分に至っては異臭も打ち、これはヤバいと配達のために我慢して残していた最後のTシャツに着替える。

好評の「ですとろいや」は、植え付け時の低温&長雨で発芽が悪く、終わってみれば今年の収穫量は例年の半分以下という惨憺さ。

落ち込んでも仕方ないので、雨降りそうな天気で片づけ&野菜に水やりをやっているとあっという間に6時半。

19時頃 野菜セット配達。18時配達予定が19時になってしまい、野菜や黒にんにく増量。「サッポロクラシック」差し入れ頂く

なんて素敵なお客様なんだ！次回もサービスだ！と心に誓って後にする。

19時半 そして今日は早く終わったし、今夜は自宅に家族がいないので、自宅から一番近いけど8月末で閉館する桑園の極楽湯へ。

ジャガイモも終わったし、差し入れもいただいたし「今日はいい日！」だと思って身体洗っていたら、胸のところに、黒いほくろ？

うわ！黒いほくろ、足が生えてるじゃん！ということで、ダニ確定でいきなりブルー。

銭湯は日曜日の夜でこんなにたくさん人いるけど、この中でダニつけてんの自分だけだな、って考えて、なんかさらに落ち込む・・・

今年は暑いからか、ダニ多いですね、お気を付けください・・・・・・。

今年ダニに刺されるの2回目ですが、草刈りをしたらだいたい服についていたりしま



す。そして、浴場のリンスインシャンプー、例によって痛んだ髪

にはリンス成分が全く効かず、ごわごわのまま。本当にリンスがインしてるの？といういつも疑問を胸にしまいつつ、汗臭いからとりあえず洗う笑髪って痛みすぎると、洗っても絡まって抜けるし、乾かしても絡まって抜けるし、いなくなってく感が強くて、早く切りたい衝動にかられます！

20時 さて、夜ご飯食べようと思うも、まん延防止前日だからか、何件か行くも目的のお店はことごとく閉店・・・。

こんなに夜ごはんが食べられないとは、びっくり。仕方ないので久しぶりにコンビニでサクッと弁当を購入。

買ったサラダのキャベツと大根が水不足で苦くて、自分だけじゃないな、と一安心。笑
お店は開いてなくて、コンビニやスーパーの弁当

は豊富ってのも、なんかいびつな感じですよ。21時 家についてビールを飲みつつダニを外し、この記事に取り掛かる。そのまま暑さと疲れと、程よい心地良さも相まって、飲みすぎる・・・

ということで、いい一日のはずが、蜂に刺されダニに刺され、水を差されました。水を差すってんなら、畑にお願い！！



テンテンテン♪
お後がよろしいようで！笑

では、また来月お会いしましょう！笑

かわいふあ〜む 川合

ヤケオさんの 援農日記

写真・文 オサイ ヤケオ

朝8時、みんなが集まるとミーティングが始まる。七月から新メンバーが加わった。日の出から作業をしている会長と顧問だが、この可愛い新メンバーをなでなでしていると疲れも忘れるようである。

穂積 Jr. とサクランボの木へ。甘くて美味しかった。この間まで鳴いていた春セミの脱け殻が幹にたくさん付いていた。ジャガイモの草とり。2日ばかりで終了。



お酒が緩和された日、まだ明るい駅前通は賑わっていた。前を歩く短パン姿の若者四人が酔った勢いで騒いでいる。若者達はマスクはしてたが、追い越されたご婦人がすれ違い様に注意した。「大声ださないように言われてるでしょ。」

若者の一人が過剰に反応した。「ふざけんなババア」。飛びかかろうとしたところを仲間が押さえつける。慌てたご婦人は小路へ逃げていく。仲間にも羽交い締めにもされた乱暴者は吠えまくって

た。「ババア文句あるのか、テメエの世界を押し付けるな。」

乱暴者への嫌悪感は消えていった。もうすぐ僕も同じようなことを叫ぶことになるのだ。

テレビではタレントが「自分のためみんなのためワクチンを」と言っている。「ノーマスク、ノーワクチンなんてテロリストだろ。子供が気の毒だわ。」これが多数意見なのだ。いつの間にかに壮絶な対立の入り口にいる。クソババアと乱暴者もワクチン接種後は案外意気投合して、僕を追いかけてくるかもしれない。

非ワクチン人間は仕事を奪われて、常に検査を義務付けられるだろう。いつまで頑張れるかな。

さくらんぼの実が赤くなった頃に今年の苺は終わりました。葉っぱの裏に隠れてた大きく真っ赤な最後のひとつは、見つ

けた穂積さんの口に納まりました。

今年一番の美味しさだったそうです。畑の神様からのご褒美だな。

三年頑張ってくれた苺の解体をしました。マルチ(黒いビニール)を剥がします。両側の土に埋めている部分をスコップで掘り起こします。ビニールが畑の中に残らないよう深く掘り返すので重労働です。援農の青年が手伝ってくれたので助かりました。



掘り出した長いビニールを丸めると、遠くから「オーアオーアオ」と聞こえてきた。空耳かと思った。久しぶりだったし、何よりここであの声を



聞くのは初めてだったからだ。青年に確かしてみようかと思ったが止めた。新婚の可愛い奥さんと一緒に来てたからだ。充実している男にはあの声は聞こえない。勝手な思い込みだが、小別沢でそうだったからだ。「何ですかあのうめき声」と興味を持つのは僕のような中年ばかりで人の声に聞こえるのだが、カワイさんなんて「そんなの鳴いてますか？」と不思議がっていたものだ。

高田さんとサツマイモの草とり。草の多さ、列の長さ暑さも重なり心が折れそうになったところへ、援農女子チームが助けに来てくれた。

あっという間に草とりは終了した。翌日もこのチームは朝から畑にいた。寝袋持参の泊まり込みだった。

国道5号線小樽張碓に綺麗なあおい鳥の看板があった。道路が広くなったときになくなったのか



な。うめき声の正体があの看板の鳥と知って驚いたのは7、8年前か。小別沢でも声を聞くたびにを見つけようとしたけど、決して姿を見せてくれなかった。僕がその鳥を見たのは、千歳の高速道路を走っていると、車の前をかすめた一瞬の一回だけだ。海の水が好物という変わりものだ。「私、自然塩しか摂りませんから。甘いものはいただきますませんので。」女性に例えると超意識高い系美女かも。



7月は文月と習ったけれど、博学で書の大家の会長だってこんがり日焼けしている。草とり月だ。玉ねぎとアスパラの草とりは援農のご婦人が一日がかりでされていた。お疲れ様でした。

スッキリした野菜たちが、高田さんが仕込んだ噴水を浴びて喜んでいる。見ているこっちも気持ちよくなる。

セミの声もミンミンミンと夏になった。時折ツクツクボーシが混じる。カッコウ、ヒバリ、ツバメは何処にいったのやら。パタパタパタとバツガが飛びキリギリスも鳴いている。草とりをしているとコオロギも出てきた。トンボも飛んでいる。恐ろしいことにモンシロチョウは畑の一部になっている。来てみるとわかると思いますよ。オーアオアオアオ！やっぱり鳴いている。

醤油粕一杯の畑だから舞い降りて来てくれるかもしれない。

小屋に戻ると、顧問が新メンバーを抱っこして顔つきが賢くなったと喜んでた。毎朝ミーティングに参加してるからだな。

身体に貼るといいと白菜を持たせてくれた。

またひとつお利口になった気分で帰路につく。まほろば女子に流行のくるぶし葉っぱ療法を試してみよう。