



**アリスの丘  
風の丘ファーム**

NEWS LETTER No. 5.  
2000年11月18日発行  
事務局 日野市百草 667-3  
石坂 栄  
TEL/FAX (042) 593-0539  
編集局 日野市百草 698-6  
田村はる子  
TEL/FAX (042) 592-5859  
alice-fm@mail.hinocav.ne.jp

**野菜作りは釣りに似て**

南部 憲克

今から15年ほど前、友人に連れられて、川へ海へ釣りに出かけた。

彼は、いつも私より大きく数多くの魚を上げた。彼とは、ものの1メートルも離れていない場所なのに、エサも竿の操作も一緒にしたのに、いつもそうだった。

ある時尋ねた。「なぜだ?」「底から何メートルのところにいるか。いま腹をすかせているか。顔(頭)をどっちに向けて泳いでいるか。120メートルもの深さの海中が見えるのだという。いつも勝利者だからと、いい加減なことを・・・と思っていた。

やがて3年がたち5年が経過した。私も体の動きにムダがなくなり、落ち着いた物腰で竿を出せるようになった。そうしたら「コマセ(誘いエサ)を散らして何秒すれば魚信がくるか。周りにたくさんの魚がいるか。かかった魚が大きいか小さいか。」彼がかつて私にのたまわったように、私にも見えてきた。以来魚を「釣った」と言えるようになった。

今から5年ほど前、姉夫婦に紹介されて畑を借りた。初めての年は思わぬ大きなキャベツが採れた。だけどそれはビギナーズラックだった。脇では結球しない白菜が霜に凍っていた。ハウレンソウはまばらにしか育たなかった。

5冊の本を買った。石灰をまいた。時に化成肥料も入れた。栄養知識たっぷりのはずだった。だけど大根は筋っぽく、中には表面さえしわしわのがあった。ニンジンも全部エンピツだった。栄養と日光を葉っぱに照らして考えるだけだった。

ある時海の中を思った。そして土の中を思った。水はあるか、空気の部屋はあるか。暖かいか。微生物やオケラはいるか。落ち葉や雑草で作った堆肥を作っては土にまぜた。

みずみずしいが水っぽくない、重い感じのトマトやピーマンができるようになった。味の濃いコマツナが採れた。方向はよし。釣りと同じように土の中が問題だ。でもまだ野菜が「できた」にすぎない。

落ち着いた物腰で畑にたたずめるようになったとき、きっと季節を読み、天気を読み、そして土中の根っこに住みか、根っこのいごちを讀んでいるに違いない。野菜を作ったと言えるにはあと何年かかることか。

\*\*\*\*\*  
**里山の植物誌 (4)**  
\*\*\*\*\*

**ヤマトリカブト (キンポウゲ科)**

名前のイメージが悪いのは、トリカブトのせいではありません。全草猛毒で恐ろしい植物の代表のように見られていますが、漢方の医薬品(鎮痛・強心・循環改善等)の原料として栽培もされているそうです。



鳥兜とは雅楽を演奏する時、楽師の装束として用いられる帽子のようなもので、花の形がそれに似ていることからつけられた名前です。

倉沢の林でも、10月頃、青紫の清楚で可憐な花を見せてくれます。でもほんのわずかに残っているだけで、ここでも貴重な植物の1つになってしまいました。人間の都合を押しつけるのではなく、そっと見守ってやりたいものです。

す。

(画・角 英規)

## アリスの丘・風の丘からの贈りもの

金子愛々さんの作品から

野山を歩いては、これだと思う自然素材を探し集め、素敵な作品を手作りする。植物の繊維、種、ツル、また緑地の枝下ろしの時の木や枝などを使用した、楽しい作品をご紹介します。

金子愛々さんはアリスの丘ファームで道沿いの区画を耕しているのですが、畑の縁には季節の花を溢れるばかりに咲かせてくれています。そのおかげで農道を散歩する人々は素朴で可憐な花々に感動し、里山の雰囲気を中心に味わいながら通り過ぎていきます。そんなお人柄の金子さんは、多摩の土を使って作品を焼く陶芸家であるばかりでなく、実に幅広い趣味をお持ちで、どれも芸術性の高い作品を創作しています。



### 土と遊ぶ

多摩の粘土を信楽などの土と共にこね、器を焼く。

左の写真は、焼き物が好きな人ならつい欲しくなってしまう素朴な色と形の焼きしめの花びん。今の季節野菊を活けるとぴったりと合う。

### 草を織る

「あおからむし」はイラクサ科の植物で「苧麻（ちよま）」ともいい、その繊維を使って織った福島県昭和村のからむし織りや沖縄の宮古上布は有名ですが、平安時代に夏衣として用いられていました。涼しくてしゃり感があります。もっと時代を遡り、縄文時代からからむしを使って衣服やポシェットを作っていたようです。三内丸山遺跡から「からむし織」と思われる遺物が発掘されています。金子さんはその「からむし」を横糸に使用し、テーブルの敷物(上の写真)やタペストリーなどの作品として仕上げています。

### 木で遊ぶ

ちょっと一休みしたくなる森のベンチ。背もたれ部分は二股に分れたエゴの木と桑の木。座る板は廃材を利用したもので、穴があいていたところは別の木で埋めてあります。その板にクヌギの足を組み込んでありとても頑丈かつ味わい深い作品です。細腕の女性が作ったと誰が思うでしょうか。



### つるを編む

あけび、くず、野葡萄、藤づるなどでカゴやリースを編む。写真はあけびで編んだフルーツかご。

### 草木で染める

あけびのかごの中には、左からビワ、山モモ、ヒメオドリコ草、山桜、柿渋で染色した毛糸。草木染はど

の毛糸と一緒に編み込んでもケンカしない優しい色合い。その他、ヨモギ、スギナ、栗のいが・葉、クヌギ、山ボウシ、ハーブなどで染めることができます。



## 畑で

こしみず 里枝

いろんな野菜たちの、いろんな個性。

子供たちのことを思う。

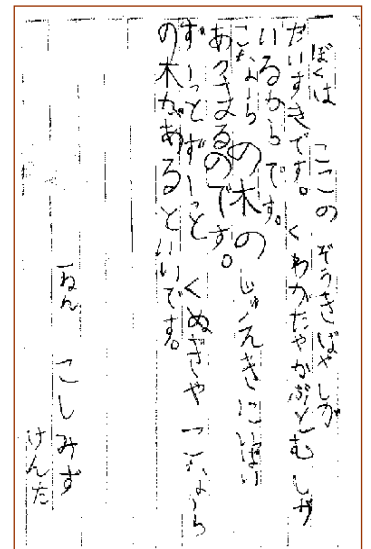
いろんな大きさ、色、形。日々の生活（育児）を反省しつつ、活力を頂戴して帰る。

子どもの触覚は鋭い。大人の気づかない、土の感触、木々の音、鳥の声、虫の動き。手も足も、耳も目も、いっぱい使って感じている。大切な何かを。

1ねん こしみず けんた

ぼくは、ここのぞうきばやしがいすきです。くわがたやかぶとむしがいるからです。こならの木にじゅえきにいっぱいあつまるのです。

ずーっとずーっと、くぬぎやこならの木があるといいです。



ヨメナ(石坂二郎撮影)

石坂二郎さんのホームページ「自然の玉手箱」ができました。ここ倉沢の自然の写真を中心に、少しずつ充実させていきます。覗いてみて下さい。

## 倉沢の健康玉子やさん

由木農園では玉子を中心にリンゴやブルーベリー、野菜は、じゃがいも、玉ねぎ、にんにく、里芋、ゴボウ、人参、山芋等、根菜類を中心に栽培しています。

玉子や野菜は共同購入の生協や日野市の学校給食、青空市場等で直接販売しています。

鶏のエサは、今問題になっている遺伝子組み替えのトウモロコシや大豆は使用せず、昔からある普通栽培のトウモロコシや大豆を使っています。自家配合していますので黄味の着色剤や抗生物質等の心配もありません。

また、野菜はなるべく農薬をひかえ、減・無農薬で栽培するようにしています。豊富にある鶏糞を堆肥と混ぜて使用していますので、作物が柔らかく育ち、味も違います。是非一度召し上がってみてください。



販売時間 毎日 PM1~5時

玉子、野菜、鶏糞 (15キログラム入り 500円)

由木農園 日野市百草 1072 TEL. (042) 591-2961

## リンゴ狩り体験記

川崎 明

細い道を登りつめ、急に視界が広がると大きなリンゴ園があり、とても立派な実をつけています。

えっ、こんな所があったのと、初めて上って来た時感激したのは私だけではなかったでしょう。今年は色つきが一寸遅いと石坂さんの奥さん(写真)が云っています。でも青い空に緑の木々、薄赤色のリンゴが艶やかに映えています。



実に手を寄せると甘酸っぱい香りが満ちてきます。表面のツルツルがざらざらに感じる様になると、熟れてきた時です。ずっしりとした重みを手のひらに感じながら、お尻を上に見せるようにくると回すと採れます。奥の一面は日野市の小学校の給食用に完熟するまでとってあるそうです。

小学生は食べる前にどんな樹になっているのか見に来れば良いですね。

住宅と田園が織りなす街、心休まる楽しい街ですね。でもふと考えます。生産者の方々は見合うものを得られているでしょうか。相続時残すことが出来るでしょうか。来年4月には、都の環境条例が改正され、グリーントラストが新設されます。そして里山保全地域が新設されます。やはり地権者の方が、続けていて良かったと感じる制度にして行きたいですね。

### AUTUMN IN KURASAWA

林の落ち葉掃き(畑に入れる腐葉土を作ります)

+ 焼きイモ + イモ煮会

倉沢里山 緑のボランティアへのお誘い

今年は暖かい日が続き紅葉はどれも少し遅いようですが、いよいよ倉沢周辺の山も秋色に包まれ美しい季節を迎えています。気温が下がり風が吹くと落葉樹はハラハラと葉を舞い散らせていきます。そんな時林の中に入ると、まるで映画の1シーンにでも迷い込んだような錯覚におちいります。できれば時を止めてこの風景の中にひたっていたいと思うのはきっと私だけではないでしょう。

農園の周りには林があり、このような環境の中で花や野菜を作ったり土と遊ぶのは本当に幸せなことです。いつまでもこのような環境でいられるのでしょうか。意識して緑地を残さなければ残らない時代だと思います。現在の環境を維持するためには何が出来るか考えることが重要です。

今年の春から緑地のボランティアとして下草刈り、木の名前付けなどをしてきました。2000年最後の活動は「くずさき」と呼ばれる落ち葉掃きをし、堆肥(腐葉土)作りをします。林の下は冬の乾燥時きれいにしておかないと、タバコの投げ棄てなどで山火が発生したりしますので、防火のためにもこの作業は必要です。落ち葉を掃いて一つの場所に集めます。しっかり踏み固めたらあとは寝かせるだけ、これで来年には良い肥料が出来上がります。しかも嬉しいおまけつき。この腐葉土からは来年カブトムシがいっぱい生まれてきます。子供たちの参加もお待ちしております。

ついでに、林内には落下した枯枝が沢山ありますので拾い集め、これを燃料にして**焼きイモ+イモ煮会**をやりたいと思います。たくさんの方の参加をお待ちしています。参加して頂ける方は、食材を準備する関係上**11月30日まで**にTEL・FAX・E-mailで名前と人数をお知らせ下さい。

**日時 12月9日(土) 10時~14時**

雨天の時

翌日10日(日)の同時刻

持ち物

手袋、くま手等(あれば)

おにぎり・飲み物・お椀・はし

参加費

200円/1人(食材代)

集合場所

田村宅(アリスの丘下)

042-592-5859(日野市百草698-6)

E-mail: [alice-fm@mail.hinocatv.ne.jp](mailto:alice-fm@mail.hinocatv.ne.jp)

# ふとやま物語

第4回

## 自然の甘味料

朝夕の冷え込みが厳しくなってきました。でもその寒さも冷たい風も、倉沢にとってはなくてはならない風景のひとつです。自然に逆らわず寄り添いながら、共に自分を生かしていく里人と動植物たち。にぎやかに実り豊かに秋は深まって行きます。

農家の庭先や畑の縁にたわわに実る柿の実、晩秋を代表する風景のひとつです。このおだやかにたたずむ柿の木々は、



昔から大きな役割を持って栽培されてきました。甘みが貴重だった時代、それは遠い昔の話ではありません。昭和に入ってから里の暮らしは貧しく、その中で柿の甘さは人々の生活に豊かさを与えてくれました。ビタミンが豊富な事に加え、日持ちがよいこと、干し柿に加工しての保存、更にむいた皮も乾燥させて漬物などの甘みに使うなど、その用途は様々で果糖を作ったという話もあるほどです。最近では食生活も豊かになり柿も以前ほど注目されなくなりました。しかし日本の気候風土を巧みに利用した昔からの食べる知恵、生きる知恵は大切に守り続けて行きたいものです。

倉沢では40年ほど前までは禅寺丸（丸くて果肉にゴマの入る甘みの強い豊産種）と地元でつるっこ（鶴子？）と呼ばれている干し柿用の渋柿を主に栽培していましたが、最近では富有、次郎が目立つようになりました。またこの地域では豊作と、ほとんど実のつかない年を繰り返しています。更に収穫の時、枝ごと折り取るのには何か理由があるのでしょうか。豊作の翌春、前年までの枝の先に新しい枝が伸びてきます。しかし昨年使い果たした体力はまだ回復せず実をつけるまでには至りません。更にもう一年後、元気を取り戻した枝に花が咲くのです。また、柿は枝が長く伸びる性質を持ち、木質は弱く折れやすいと言われています。そのままにしておくと、長く伸びた枝の先に重い実がつく事になり木が痛んだり枝が折れたりしてしまいます。それを防ぐには枝を切り戻す作業が必要になります。枝ごとの収穫はその剪定を兼ねて、また脇枝を増やし次回の実りにつなげるための昔ながらの方法なのです。摘果と剪定で毎年収穫する方法もありますが、この地域では自然にまかせています。

ところでつるっこは今どうしているのでしょうか。数は減りましたが健在です。これから始まる干し柿作りも昔と同じ方法で続けられています。今年は豊作の年、2年ぶりの収穫に喜びも2倍です。

## 読書の秋・食欲の秋

最近読んだ本の中でちょっといいなと思ったのが「たべもの日誌」です。著者は横浜で都会暮らしをしていたのですが、ご主人の定年を機に夫婦で長野県小谷村に移住し、自給自足の生活を始めました。自分たちで作った野菜や山の幸の食材を使った漬物、おかず、お菓子などの料理法が、小谷村の人達との暖かい心のふれあいとともにエッセイ風に書かれています。

どこにでもある食材ですが都会的なセンスの良さや小谷村ならではのほのぼのとした料理法とが合わさっているところが私は気に入りました。料理してみようかな、と思わせる1冊です。

「たべもの日誌」 山岸昭枝著  
J A たべもの日誌刊行会発行、300円

2ページに1作品ずつ描かれた素朴なカントリー調のイラストもご本人の作。本の中から皆様に是非紹介したい料理が沢山ありますが、今回はその中から手が届かず美味しくできる大根の漬物をご紹介します。

### 《大根のビール漬け》

ビール大瓶1本、砂糖600g、酢1合、塩1合、ねりからし2本。全部を混ぜた中に皮をむいた大根5kgを縦半分に切って入れ、ふたと重石をして4、5日したら食べられます。沢庵やべつたら漬けとも違う味でさっぱりと歯切れがよく、とてもおいしい漬物です。大根がおいしい季節、沢山とれた時、ぜひ作ってみてください。

### ☆☆☆☆ 事務局から ☆☆☆☆

#### ☆草刈り、草取り、ありがとうございました

夏の暑い中、農園周辺の草刈り、草取りにご協力頂きありがとうございました。お蔭様できれいに維持することができました。

#### ☆来年の契約更新について

毎年3月から新年度の契約がスタートします。現在空きを待っている方が10数名おられます。新年度は契約更新をしない、あるいは区画を減らす予定の方は、なるべく早めにお申し出頂けると、楽しみに待っている方に早くお伝えできますのでありがたいのですが・・・。よろしくお祈りします。

#### ☆皆様の投稿をお待ちしています

本号に記事やイラストをお寄せくださった皆様、ありがとうございました。このニュースレターは皆様の投稿によって作っています。畑のできごと、収穫後の料理法、教えて下さい、苗や種差し上げます、等々、楽しい情報をお待ちしています。写真やイラストなども大歓迎。紙・FDは田村宅のポストに、E-mailは、alice-fm@mail.hinocatv.ne.jp。