



岩木山虹農園便り 36号

発行元 岩木山虹農園  
弘前市葛原字大柳 171-1  
TEL 090・3757・8174  
Email oiwaki2021@outlook.jp  
文責 前田 尚人

二〇二三年（令和五年）もあとわずかになりました。昨年の日記を見返しながら、この一年も遠くに旅したなあという実感が残ります。どこかへ旅行したわけでもなく、ただ田畑に居ただけですし、自分の本質も変わらないと思います。ただ、あつという間に一年が過ぎ去ってしまった感覚もあるのに、目に見える景色と生きていく味わい深さは年を重ねるほどに変化しているのを感じます。いく年くる年の境目で、皆様も一年を振り返りながら、来年を生きる意志を感じていらつしやることと思います。今年も「野菜の配達」のご利用ありがとうございます。よいお正月をおくられることをお祈り申し上げます。

### 第十二回 配達

#### 玄米餅（自家採種三年目）

餅の王様コガネモチは新潟県の品種です。魚沼産のコガネモチも有名ですが、青森県での栽培は珍しいと思います。この糯米の種籾を新潟の自然栽培農家の方から譲っていただき栽培を始めて、今年で三年目になります。

玄米餅にするのは栄養面を考慮してありますが、焼くと白餅よりも香ばしさがあります。焼くと白餅よりも香ばしさがあります。焼くと白餅よりも香ばしさがあります。焼くと白餅よりも香ばしさがあります。吉野のくず粉を用いている他は純粋な玄米餅です。

念のため冷凍保存してください。



今年のコガネモチ

#### 干し柿

いそがしさに追われつつ収穫した柿でした。熟成期間が昨年度より一週間少ないためか、かすかに渋が残っています。今年中に柿すだれからおろさないと、鳥たちがいたずらするようになるので急ぎました。彼らにも分け与えますが・・・。

干し柿といっても、中はとろみがあります。わたしは冷凍して保存し、輪切りにしてお茶うけにいただきます。冷凍保存しないと表面がカビる可能性があるので、保存は必ず冷凍にしてください。

#### 玄米甘酒（自家採種六年目）

原料は巨大胚芽米（カミアカリ）です。長野の伊那市の自然栽培農家からいただいた玄米から種取りし、栽培してきました。胚芽が大きいこと、もともと甘さがあるコシヒカリが自然変異したお米であることから、甘酒に相応しいと思います。



種麴を振った米麴

米麴を醸してさらに糖化しただけの甘酒です。酒粕を用いていませんのでアルコール分はありません。白い甘酒を好む方には申し訳ないと思っておりますが、栄養分を考えると「玄米」甘酒を作りたくありません。

お砂糖を摂取したくない方にはお砂糖の代わりにもなりますので、ご活用ください。

#### 巨大胚芽米（自家採種三年目）

三合です。七分づきにして少し胚芽を残しております。粘りと甘さがあります。正式名はカミアカリといつてコシヒカリの自然変異です。

### 農業の大切さ

食糧の自給率38%、農業人口の減少と高齢化の日本の食料の未来がとて心配です。いやこれから世界の人々は食べていけるのでしょうか。二〇二四年以降の地球は大丈夫なのかな？と、日々思います。地球の気候の変動がますます生き物を追いやる方向へ向かっていると実感します。長雨、日照り、暴風、山火事、高温・・・。

肥沃で広大な穀倉地帯であるウクライナでの戦争は、人間による土地の奪い合いの歴史を思い起こさせます。分け合うのではなく奪い合う歴史です。人や自然から奪うことをこのまま続けるのか。あるいは地球の生態系の中で人間同士だけではなく、無数の種の生き物と共に生きる方向に、大きく舵をとるのか。選択を迫られて久しいのですが、課題を先延ばしにして考えることを避けてきたような気がします。

未来を考えると、今必要なのは頭だけの知性ではなく、胸にこみあげる「心の知性」、感情ではないでしょうか。

先ずは、すべての人に食べ物がひとしくいきわたり、同時に生態系を守る道はないのかなあ。そういう「考え」はもはや人間の脳ではなく「心」に基づいて「考える」必要があるのではないかと。自然栽培を続けるのはそこへ至る細道なのかもしれない。そう信じて新年にむけた冬に、心と体調を整えなくてはと、百姓は思っております。