

どんびま

2015年10月2日発行

発行者 椀の湖農業小学校

中秋の名月

9月27日は旧暦の8月15日であった。今年はお天気に恵まれて、綺麗な中秋の名月を見ることが出来た。旧暦では7月8月9月を秋とし、それぞれの月に「初・中・晩」あるいは「孟・仲・季」を付けて季節を細分した。よって8月は中秋でも仲秋でもよいが、8月15日は秋の真ん中の月の真ん中の日だから八月十五夜の月は中秋の名月と書く。

旧暦は月の満ち欠けを基にしているのに、十五夜は必ずしも満月ではない。今年もスーパームーンは十六夜だった。(理由は省略)

九月十三夜を豆名月(又は栗名月)と呼ぶのに対して、八月十五夜は芋名月とも呼ぶ。供え物をするのは昔は月は豊穡を願う信仰の対象だったからで、旬の野菜・里芋を供えるのが伝統の作法だ。今では一般的な団子はその代用品である。すすきは稲穂の代わりとも、魔よけともいわれるが、野山の花を添えて挿す。栗やブドウを初め秋の味覚をお供えし、家族皆で月を愛でながらいただく。0歳の孫たちも大はしゃぎの宴となった。(草)



10月授業日のご案内

- 日程 10月18日(日)
- 受付 9:00~ 9:30
- はじめの会 9:30~ 9:45
- 授業 9:45
- (収穫・畑仕事) ~12:00
- 昼食 12:00~13:00
- 授業 13:00
- (稲の脱穀・焼き芋) ~15:00
- 終りの会 15:00~15:30

- 締め切り 10月16日(厳守)

- 問い合わせ・緊急連絡=事務局 山内總太郎 Tel.0573-75-4417・09051109362 Fax.0573-75-4418

- 持ち物 手袋、タオル、雨具、着替え
買物袋(たくさん)、箸、食器
- 郷土料理 栗赤飯、豚汁ほか

☆文集の原稿を持参してください。

農小での楽しかったこと、心に残ったこと、ご意見、思い出の絵、何でも結構です。同封の原稿用紙に、濃く書いて下さい。

(書き方は、6ページ)

10月の授業日に欠席の場合は、10月25日までに事務局山内まで郵送して下さい。

～とくちゃんの農小レポート～

秋の味覚の栗拾いとハロウィンは楽しかった？

蕎麦の花満開には少し早かったようでしたが、何とか天候には恵まれて栗拾いは体験できました。稲刈りもやりました。ジャンボ南瓜の出来も上々でしたので、昨年から行なわれているハロウィンを楽しむ事もできました。

1 午前の授業。 栗拾い。栗農家の方の特別な計らいにより、栗園に入らせて頂き拾わせてもらいました。畑の作業。大根と蕪の種まき、白菜の苗の植え付け。

2 昼食。 松茸ごはん、かき玉汁、竹輪の天ぷら、人参と昆布の和え物、ひじきのサラダ。
今年は茸の生り年と云われていますが、マツタケは高値だそうです。
昼ご飯にはたっぷりと入っていて満足そうでした。

3 ジャンボ南瓜目方当て。今年は何多く採れた南瓜の中で、山内事務長産が71.5kg、スタッフ小林産が78.0kgでしたので、最大南瓜の目方を投票してもらいました。ピッタリは1名、ニアミスは0.2、0.5、0.6kg違いの3名が該当しました。
小林独自の賞品を考えておりますのでご期待？下さい。

4 午後の授業。 稲刈り。稲刈り鎌を使い一人3把宛て刈り取り、農小に持ち帰りハザ掛けにしました。これは10月の脱穀体験に利用いたします。農場長や事務長や先生方の説明や指導を守り、一人の怪我人も出なかったのはとても良かったです。

5 ハロウィン。 ジャンボかぼちゃは出来が良く、農小の畑でも数個採れたので、今年は何グループに2～3個宛て支給出来ました。お勝手から包丁を借りて、親子で協力しお父さん方も大奮闘で頑張りました。出来上がった作品を前に記念写真に納まりました。
さてどのグループの作品が良かったでしょうか？

6 持ち帰り。 山内總ちゃん産の「ぼっちゃん南瓜」が提供され、各自1個ずつ持ち帰りとなりました。

～とくちゃんのちょっと一言～

* 予告その1 11月の卒業式には恒例の「作品展」を開催しますので、キャンプの時の物作りでの作品をはじめ、写真・絵画・書・手芸・研究課題など何でも良いから出展して下さい。朝出して帰りに持ち帰ると云う短時間では有りますが、生徒は勿論父兄の方や先生方・スタッフの方などの出展も大歓迎いたします。

* 予告その2 11月で卒業すると次年度までの3ヶ月間は休校となります。この期間を利用して月1回の「物作り体験教室」を開いておりますので、興味のある方は是非参加して下さい。日程などは来月詳しくご案内いたします。

～あぼ兄の百姓ぼなし～

あぼ兄の健康法 その4野菜を食べる

「健康を支えるのは農業」新聞の見出しが目にとまった。記事は長寿になった長野県の取り組みを、長野県諏訪中央病院名誉院長の鎌田實さんが書かれたものだった。内科医として地域医療に尽力され、東北の被災者支援や、チェルノブイリやイラクの医療支援にも取り組んだ方で、以前から知っていた。

長野県は、今は長寿県として知られているが、初めからそうだったわけではない。鎌田さんが医師として赴任した41年前、長野県は脳卒中で倒れる人が多かった。命は助かって後遺症を抱えて寝たきりになる。当時、介護サービスはほとんど無かった。

「地域を健康にしよう」と、鎌田さんは病院の仕事が終わった後、ボランティアで地域の公民館を訪ね、脳卒中を防ぐため食生活の改善などを具体的に話した。

その内容は①減塩 ②野菜を沢山食べる ③血液をサラサラにする（オメガ3という油＝魚のDHA、EPA、エゴマ、クルミなど） ④免疫力を高める（食物繊維と発酵食品で腸の機能を良くする）というものだった。

長野県は高原野菜の産地ではあるが、野菜の育たない冬が長く、通年ではあまり野菜を食べていなかった。しかも、漬物文化があり、塩分摂取量も多かった。

あぼ兄たちの日常生活も、一昔前まではお茶菓子の代わりに漬物がよく出た。それがその家の自慢の一つでもあった。思い出せば、あぼ兄の父親も塩辛いもの大好きの一人で、晩年は10年ほど半身不随の生活だった。

鎌田さんは、様々な方法を提案して、野菜をより多く食べる工夫をした結果、長野県は野菜を多く食べる県になり、健康長寿の県になった。沖縄県は野菜の摂取量の減少に伴って長寿王国から脱落していった。

農業は食を支えているのみでなく、健康を支えていることが良く分かる。

あぼ兄が、野菜を中心にした農業を本格的にやろうとしたきっかけは、有吉佐和子著の「複合汚染」の本に出会ってからだ。「化学肥料と農薬漬けで、日本の土は死んでいる・・・」それなら、土づくりから始めようと思い立ったのが有機質堆肥作りだ。

堆肥舎は、丁度あった町の補助金を使い、100㎡のコンクリート盤に、1000丁のブロックを積んだ。作業はほとんど自分でやった。33年前のことである。

有機肥料と口で言うは簡単だが、いざ取り組んでみるとなかなか大変だった。山草刈りから始まって、米ヌカ・粃ヌカ・シイタケの廃材・ビール粕・オカラなどの廃棄物集め、さらに厄介者にされている家畜の糞を混ぜ合わせて発酵させる。何カ月もかかる。

少し遠回りする感があったが、それを使った野菜は出来が良く、注目を浴びた。その代表がダイコンで、大きさと味の良さを自慢した。ついた名前が「あぼ兄のホラフキ大根」。消費者と直接交流できる、国道沿いの直売所を開設した。椀の湖農業小学校を開校した。2000年になって「スローフード運動」を知り、自分たちがやろうとしてきたことの理念を再確認した。活動の中で「お米・野菜を中心にした和食の勧め」を呼びかけてきた。

健康づくりは野菜からだとしたら、その野菜が健康でなければならない。健康な野菜を育てるには、まず健全な土づくりからが道理である。

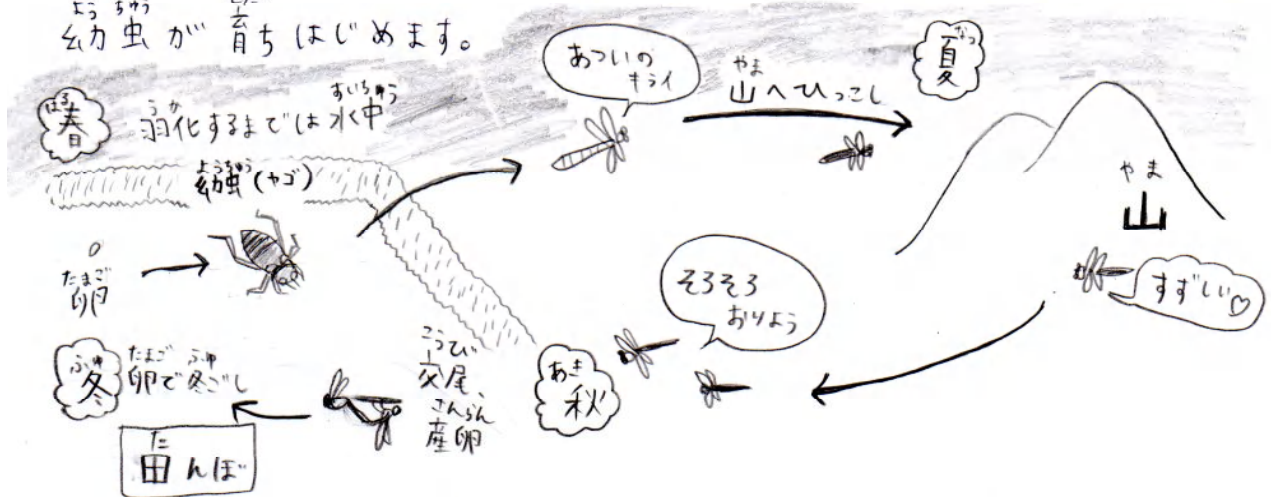
あぼ兄は自分の為だけでなく、皆の「健康の素(もと)」を作っている。

～かなちゃんの虫日記～

どこか遠くへでかけて、とても楽しくて、帰りたくない！と思っても、うちへ帰ってくると「やっぱりうちが一番落ち着くわ」となりませんか。私はずうです。ほっとします。日暮くん(息子。早いものでもう1才になりました☆)もすでにそんな感じですか。猛ダッシュのハイハイでふとんにパタンと倒れにやっとなります。会話ができるようになったら、おなかの中がうちかどっちか居心地いいか聞いてみたいと思います。

赤トンボのアキアカネも、もしかしたらそんな気分かもしれません。

6月頃に羽化するアキアカネは暑さに強くないので、夏は高い山へひっこして過ごします。9月頃暑さがやわらいでくると田んぼへもどってきます。そして、イネかりのすんだ田んぼで産卵し、卵で冬をこします。春、田んぼに水が入ると、ふ化して幼虫が育ちはじめます。



トンボという呼び方は「田んぼ」が元になられたとも言われています。トンボの一年の過ごし方は田んぼの一年にぴったり合っています。アキアカネ以外にも田んぼで暮らすトンボはたくさんいます。そんなトンボ達のすみかを守るためにも、田んぼがずっと使われるように、お米をもりもり食べましょうね。🍚🍚🍚

第22期
椈の湖農業小学校

卒業記念

作品展

平成27年11月29日(日曜日)

農小の卒業式の日です

椈の湖自然公園ギャラリー

農小の受付をする建物です

作品を出してください

夏の「もの作り教室の作品」を持ち寄ってください。

その他 農小で撮った「写真」思い出を描いた「絵」や
「書」「自由研究」なんでもけっこうです。

作品は当日持参してください。待ってま〜す！