



# 楽農学校OB会だより

第12号2012年8月号



## 楽農生活センター長 挨拶 泉谷 裕司 (いずたに ゆうじ)

毎日、厳しく暑い日が続きますが、OB会員の皆様方にはご健勝のこととお喜び申し上げます。

本年の4月から兵庫楽農生活センターのセンター長として就任しました泉谷(いずたに)です。よろしくお願いたします。

さて、楽農生活センターの農場では、本年度の新しい受講生により定植されたトマトやナスなどの夏野菜がその後の天候にも恵まれ順調に育ち、たくさんの野菜が収穫されています。受講生の皆さんも栽培の難しさを感じられたことでしょうか、それ以上に自分で育てた新鮮な野菜の美味しさを十分に感じられたことと思います。これこそ楽農生活の醍醐味だと思います。

9月からは生きがいコース、就農コースともに新たな受講生・研修生を迎えてスタートします。秋には楽農生活センターを挙げての収穫祭も開催して行きます。

兵庫楽農生活センターの運営は、当センターのスタッフだけでなく、事業参画していただいている農業協同組合や民間企業、地域の諸団体をはじめ、当センターで研修を受けられた皆様方のご協力により行うことができ、厚くお礼申し上げます。

今後とも、多くの県民の皆様方に“農”に親しむ機会を提供するために努力してまいりますので、今後ともご協力賜りますようお願いいたします。



## 楽農生活センター楽農学校OB会平成24年定期総会の開催について

《総会》日時：平成24年9月1日(土) 15:00~  
場所：兵庫楽農生活センター 学校管理棟2階A研修室  
参加者：楽農学校OB会会員、新規加入希望者  
《懇親会》16:00~17:00 レストラン「かんでかんで」  
懇親会費(500円)を当日レストランにて徴収します。  
※今年度も多数のご出席お待ちしております!!

《出欠連絡先》お手数ですが、8月15日(水)までに総会・懇親会への出欠を下記までご連絡ください。  
TEL: 078-965-2047 OB会事務局代行 学校課 友藤  
FAX: 078-965-2659  
E-Mail: 西村宛 [bakyt708@jttk.zaq.ne.jp](mailto:bakyt708@jttk.zaq.ne.jp)  
鈴木宛 [teru.sz331@leto.eonet.ne.jp](mailto:teru.sz331@leto.eonet.ne.jp)

## 新規就農者を追え!

今回お訪ねしたのは、就農コース4期1月から6期12月までの2年間の研修を経て、西区榎谷(はせたに)に就農して早3年という柳瀬幸雄(やなせゆきお)さんです。

「新規就農」といっても、柳瀬さんの場合はもともとご自身の田畑が居住地のすぐ側にあり、サラリーマン時代は兼業農家として3反ほどお米は作っていたそう。しかし仕事が多忙になり、海外出張で飛び回る日々! 田んぼは人に貸し、畑は手のかからないサツマイモ畑に。

「定年したら、好きなことやるぞ!」と心に決めていたと



いう柳瀬さん、定年後すぐに就農コースへ入られました。

現在、25m×7mのハウスで苺(紅ほっぺ・章姫)の高設栽培、35m×7mのハウスでは

メロン(夏はハイネス・秋は若夏II)、冬季はハウレン草、春菊、チンゲン菜を主に栽培されています。

販売先は「六甲のめぐみ」これ一本!

それもそのはず、「六甲のめぐみ」まで車で2分という好立地に居住地と畑があるのですから、羨ましい限り。

どっしり構えた立派なハウスも苺の高設ベッドも、就農コースに通う最中、ご自身で建設されたとのこと。中古のアーチパイプは1本1本塗装されていて、まるで新品のよう。驚いたのは、高設の上に吊るした「ブルーネオン」。クリスマスツリーに飾るような小さな電球で、ブルーの単色のものを使用。これを栽培中ずっと点灯しておくと、苺の大敵うどんこ、葉ダニ、アブラムシが一切付かないとか。3年間試して、効果絶大とのこと。学校で習ったことプラス、色々な情報を取り入れ自分なりの栽培方法を見つけていく、それが野菜作りの面白さかもしれませんね。

文：森本聖子



私は楽農学校「生きがいコース15期」春夏コースを受講しており、夏野菜の収穫に追われると同時に、終盤を迎え圃場の整理も気になりかけている頃です。

また、「就農コース」を受講されている方も卒業を目の前にし、圃場やハウスの整理と新天地への準備をしながら夏野菜の出荷などで大変忙しくされています。

しかし、その出荷作業を見ていて気になることがあります。規格外もしくは売れないだろうと思われる生産物を出荷前に選別されているのです。それらを籠に入れ「ご自由にお持ち帰り下さい」と置いてくださっている方がおられます。私もその中から頂いて帰りますが、これらは食べても美味しく味に見劣りはないのです。育てた方の労力と野菜のことを思うと複雑な気持ちになります。

生産者は規格品のみを選別して出荷、規格外は廃棄されています。消費者は販売者が設定した規格でないのだめだと思っ



ているのでしょうか?! 不揃いでも良いと感じている人も沢山おられると思います。

現にアメリカなどでは消費者と生産者が直接契約し、生産された農産物を色・形状を問わず買い取る仕組みが出来ているようです。

さらに、規格品として無事出荷された農産物も市場などで売れ残れば廃棄! 市場から出荷され店舗に並べられた農産物も売れ残れば廃棄! 店舗から消費者の手に渡っても、食べ残しや食べきれないほど買ってしまふと廃棄! また、あるパン屋さんでは消費者が買うであろう量の約2割増しで生産しているとのこと。当然余ることになり、それらも廃棄! こういったことは飲食店などでも行われていることでしょう。ハイキ・廃棄のオンパレードです。

では、世界中で農産物がどれくらい廃棄されるのでしょうか?! ドイツのある報道機関が試算したところ金額にして、年間10兆円以上が廃棄されているとのこと。そればかりか、廃棄された農産物からメタンガスなどが発生し、地球温暖化の原因の30%以上にも達しているとのこと。

飢餓で苦しんでいる人が沢山いるというのに……。

## ベジフルハッピー 赤い宝石★栄養価はトマト以上 「ミニトマト」 (ナス科)

トマトの原産はアンデス山脈の約3000mの乾燥地で、本来ミニトマトの形状でした。10世紀頃から栽培され、次第に果実を大きくするように品種改良され、今日の大きなトマトになりました。明治以降日本でも食べるようになり、昭和50年代後半からは、ミニトマト(欧米ではチェリートマトと言う)が食べられるようになりました。その背景は、味・形・色・手軽さからお弁当、サラダ、機内食等でも出される様になったからのようです。

<栄養価>100g当たりでトマトと比較すると、**ビタミンC**が2~3倍、**β-カロテン**(皮膚粘膜強化・風邪予防)が約2倍(960μg)、**カリウム**(高血圧予防)が1.3倍(290mg)、**たんぱく質・植物繊維**が約1.5倍、**ミネラル**含量が1.2倍です。またトマトの赤色成分「**リコピン**」は、**高い抗酸化作用**があり、**老化防止や発がんを抑える効果**があるといわれ、またフラボノイドの一種「**ルチン**」は**抗酸化作用**のほか、**血流を改善**したり**毛細血管を丈夫**にする働き

があるので**動脈硬化予防**の期待できます。**グルタミン酸**(昆布と同じうまみ成分)も豊富です。

【ミニトマトの水餃子】・・・湯むきトマトを餃子の皮に包み熱湯にくぐらし、ドレッシングをかけて食べます。(ドレッシング: 酢大さじ1、醤油・ゴマ油・おろしショウガ各小さじ1、砂糖小さじ1/2)

【ミニトマトのマリネ】

《材料》ミニトマト20個、白ワインビネガー大さじ4、ハチミツ大さじ2



《作り方》①トマトを湯むきする ②ワインビネガーとハチミツを混ぜる ③②に①を3時間ほど混ぜ込んで出来上がり。カナッペや冷菓のトッピングにもカワイイです。

(写真はスライスしたニンジンをお酢で絞りをオリーブオイルと黒コショウで味付けたものと、上はパセリです)

文・写真: 野菜ソムリエ 今井美和子

### 原稿大募集!



兵庫みどり公社兵庫楽農生活センター  
〒651-2304

神戸市西区神出町小東野30-17

電話: 078-965-2047

FAX: 078-965-2659

※現在は楽農学校課の電話等をお借りしております。  
楽農学校OB会宛と記載をお願いします。

### 編集後記

“夏” 真っ只中! ですが、今時分播く種は秋冬野菜・・・寒〜い真冬に凍えながら収穫するんですよ。野菜作りをしていると、1年の経過が恐ろしく早く感じます(\*\_\*)

OB会だより編集担当: 森本聖子