



# 楽農学校OB会だより



第41号 2022年4月

## 脱サラ 新規就農を振り返る

私は「生きがい農業コース」の24～26期、「就農コース」14期を経て稲美町で就農しました。それまではいわゆるIT業界でシステムエンジニアをしていた、脱サラ新規就農としてありがちなパターンの人間です。

農業へのきっかけは、プランターで育てたミニトマトの美味しさに感動したのが始まりで、「畑で野菜を作りたい」と思いきがい農業コースへ、「農業で生活できたら面白そう」と思い研修を経て就農まで行きついた、いわゆる「趣味が高じて就農」という、思い返せば危険な道筋でここまで来ました。



現在はハウス3棟で春夏にトマト、秋冬にキュウリを、露地でブロッコリーや白菜、水稻を栽培しています。とはいえ、収量が計画通りに上がらなかったり、逆にたくさん採れたら手が回らなくなったりと、まだまだ試行錯誤を続けている状況です。

就農してからの3年ほどを振り返り、これから就農を考えている方にアドバイスするなら「とにかくたくさん農家さんを見学してください」です。

例えばイチゴ農家を目指すならイチゴ農家を見てください。農家によって設備も規模もやり方も様々なことが判るはずで。

自分の思い描いた農業に近い農家が見つければ、できればそこで研修を受けてください。イメージしていた作業や必要な農機具・設備が具体的に判るはずで。

楽農学校でも得られる知識・技術はありますが、学べる栽培方法は数あるうちのひとつです。それが唯一の解ではありません。

また就農すると楽農学校より数倍・数十倍の規模を扱うことになり、それをさばく技術と効率化も必要になります。それらをベテラン農家から伝授してもらえれば非常に大きな財産になると思います。

就農したら労働時間はサラリーマン時代よりもはるかに多くなりました。基本的に週7日労働です。ですが、やるもやらないも自由ではあります。すべては自分次第なのでその分怖い生き方でもあります。試行錯誤しつつも、この生き方を10年20年と続けていこうと思っています。

OB会役員 就農14期 福原 史生

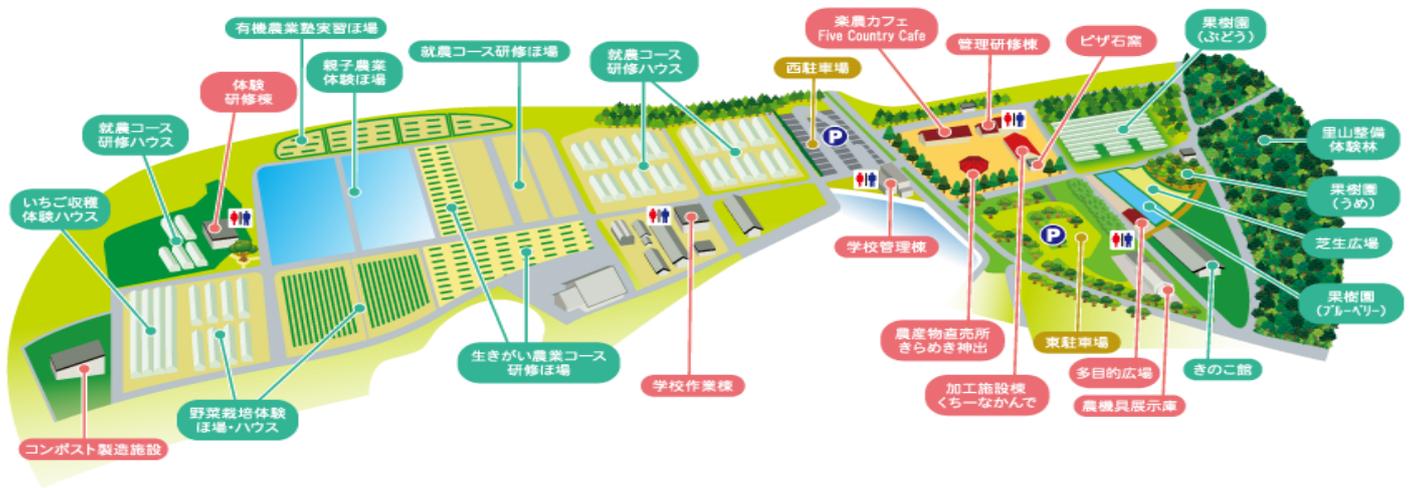
## 「農場見学会」のおしらせ

本年度の農場見学の開催はコロナ対策で車の乗り合わせの密を避け、現地集合・解散できる「兵庫楽農生活センター」内の「芦田農園」を見学させていただきます。合わせて見学機会の少ない兵庫楽農生活センターと学校課のご協力のもと、「きのこ館」や「ぶどう園」「加工棟」などに加え、就農コースのハウスなども見学させてもらえればと計画しました。(別紙案内・参加申込書をご覧ください。)

### 見学先

- ① センター内施設…「ぶどう園」「きのこ館」「梅林」「加工棟」など
- ② 楽農学校圃場…就農コース(各タイプハウス)・生きがいコース・有機塾コース圃場など

- ③ 「芦田農園」…兵庫楽農生活センター内の圃場・ハウスなど  
株式会社アシモカ 代表 芦田賢太郎 (就農コース9期生)
- ④ 倉庫…園芸用品のお持ち帰りをしていただきます。



## 中西 元指導員「これからの農業について」研修会の報告

コロナ蔓延の2019年の11月以降、OB会活動を自粛する事が長く続いていました。

コロナが少し落ち着きかけた昨年10月、中西先生に研修会の講師をお願いしたところ、快諾していただきました。

オミクロン拡大の心配もありましたが、センター研修室の(アクリル板等)感染対策環境で、聴講形式で可能と判断し下記の通り実施することが出来ました。

日 時：令和4年2月13日(日) 13:30~

場 所：学校棟2F「A研修室」

講 師：中西 重喜 元技術指導員

テーマ：「これからの農業について」

中西先生はみなさんご存じのように、2018年3月までの10数年間技術指導員をされていました。

豊富な知識・経験・実行力に基づく独自の理論と、ご自身の農場でも楽農生活を送られている先生の話は、参加者の皆さんにとって1時間30分はあっという間でした。

終了後、参加者の皆さんに園芸小物の持ち帰りしていただき、笑顔で研修会を終えました。

次回開催も楽しみですとのお声がたくさん入っています。

### 【内容骨子】

※「寒試し」江戸時代から利用されてきた、(旧暦の小寒~大寒までの気候変化から、1年の気象を予想した分析手法) 農民の知恵を紹介。(自然を受け入れ予測して回避する古来の知恵)

※SDGsを含む環境にやさしい農業、有機栽培にはいろんな手法があること等の話をさせていただきました。



## 2022年4月1日 兵庫楽農生活センター 職員異動

昨年度より楽農生活センターは 公益社団法人 兵庫みどり公社⇒公益社団法人 ひょうご農林機構  
楽農生活センター に変更されました。

### 令和4年度 楽農生活センター職員

所属	職名	氏名		転出先
		4年度	3年度	
	センター長	椿野 健次	椿野 健次	
	センター次長	岩見 昌典	岩見 昌典	
	センター次長	<b>本田 一広</b>	西谷 福雄	退職
総務課	総務課長	(本田次長兼務)	(西谷次長兼務)	
	農政専門員	<b>岡田 和夫</b>	上出 博一	退職
	課長補佐	竹内 義明	竹内 義明	
	非常勤嘱託員(広報担当)	岸本 博子	岸本 博子	
	非常勤嘱託員(庶務担当)	石田 佳英子	石田 佳英子	
	植栽管理補助員	越智 均	越智 均	
	植栽管理補助員	田村 光男	田村 光男	
楽農交流課	課長	(岩見次長兼務)	(岩見次長兼務)	
	課長補佐	中尾 嘉孝	中尾 嘉孝	
	非常勤嘱託員(総務・交流担当)	<b>大前 和也</b>	岩崎 浩三	退職
	非常勤嘱託員(交流・広報担当)	西谷 拓也	西谷 拓也	
楽農学校課	課長	<b>大槻 孝子</b>	島田 香	加古川農業改良普及センター
	就農専門員	<b>岡本 隆晴</b>	北 郁雄	
	課長補佐	<b>森 裕市</b>	柳澤 吉彦	神戸農業改良普及センター
	非常勤嘱託員(研修技術担当)	<b>是兼 孝一</b>	金川 良夫	退職
	非常勤嘱託員(研修補助担当)	清原 義雄	清原 義雄	
	非常勤嘱託員(管理・庶務担当)	平井 清美	平井 清美	
	非常勤嘱託員(指導員)	魚住 雅信	魚住 雅信	
	非常勤嘱託員(指導員)	高尾 淳	高尾 淳	
	非常勤嘱託員(指導員)	船岡 重夫	船岡 重夫	
	非常勤嘱託員(指導員)	<b>青山 喜典</b>	上吉川 純二	退職
非常勤嘱託員(指導員)	<b>大貫 康幸</b>	坂根 光治	退職	
非常勤嘱託員(指導員)	小松 典行	小松 典行		

## 「ベジフルハッピー！」身近でかわいい野菜！「インゲン（マメ科）」

原産地は南メキシコ、中南米。7,000年前のメキシコの遺跡やペルーの洞窟からインゲンマメの化石が発見され、当時からインゲンマメを栽培して食べられていたようです。今でも世界各国で食べられる一番人気の豆とされています。

やがて大航海時代にコロンブスによってインゲンマメがヨーロッパにもたらされ、のちに中国に伝わります。日本には1654年に隠元和尚が中国からインゲンマメを持ち帰り、インゲンと呼ばれるようになりました。（持ち帰ったのはフジマメとする説もあります）

当時は豆を取るための乾燥種子用のインゲンマメ栽培でしたが、明治時代に若いインゲンを莢ごと食べるサヤインゲンの種子が導入され、野菜用として全国で栽培されるようになりました。それに対して種子用インゲンマメ（和菓子のあんこ、甘納豆、煮豆、サラダ用豆）栽培は全国の90%が北海道で生産されています。

1980年頃にはモロッコインゲンも登場。最近では改良種のスジなし（ストリングレス）が主流です。サヤインゲンは成長が早く年に3回収穫できることから、関西では三度豆と呼ばれています。

【栄養価】カリウムが多く、塩分を排泄するので高血圧やむくみ解消にも効果的です。また緑葉食野菜に含まれるβカロテンは体内でビタミンAに変換され免疫機能を高め、髪や皮膚、粘膜の健康維持、喉や肺などの呼吸器系を守る働きがあるといわれ、骨を丈夫に保つビタミンKも含んでいます。

【保管方法】サヤインゲンは風にあたりるとしなびるので、ラップに包んで冷蔵庫で保存。

そだててあそぼう「インゲンマメの絵本」、図鑑「野菜+果物」参照



《そだててあそぼう「インゲンマメの絵本」引用》

### 【蒸し焼きインゲンのサルサソースかけ】

フライパンにオリーブ油と香り付けにバター少々を加え、インゲンとみじん切りのニンニクを入れて蒸し焼き（水大さじ2ほど入れて蓋をする）にする。蒸し焼きインゲンを器に盛り、サルサソース（みじん切りのトマトと玉ねぎ、唐辛子、半分分のレモン汁、塩、パセリを混ぜる）を上からかける。



### 【うす揚げのインゲンピザ】

《材料（1枚分）》うす揚げ…1枚、蒸し焼きインゲン…5～6本、トマト…1/2個、アンチョビ…少々、ピザ用チーズ（とろけるチーズ）…40g、オリーブ油…大さじ1  
《作り方》蒸し焼きインゲンを使う。トマトは半月切り。うす揚げにトマト、インゲンを長いまま並べてアンチョビをちらし、チーズをのせて、オリーブオイルを回しかけ、事前に温めておいたオーブントースターに入れてうす揚げがカリカリになるまで焼いたら出来上がり。前菜などに美味しいですよ！



身近でお手軽な野菜 インゲンをもっと食卓に！

文&写真：野菜ソムリエ 今井美和子

〒651-2304

神戸市西区神出町小束野 30-17 楽農生活センター  
楽農学校課「楽農学校OB会」

電話：078-965-2047

FAX：078-965-2659

MAIL：[rakunouob@rakunouob.sakura.ne.jp](mailto:rakunouob@rakunouob.sakura.ne.jp)

ホームページ：<https://rakunouob.sakura.ne.jp/blog/>

### 編集後記

昨年来のコロナオミクロンの蔓延で、まだまだ予断を許さない状態が続いています。注意しながら会の活動をしていきますのでご協力をお願いします。

外に出て密にならない野菜作りは、私たちが元気にしてください。コロナに負けずにお過ごしください。