

すぎなみ大人塾～自分を振り返り、社会とのつながりを見つける大人の放課後

昼コース：スローフードな地域づくり～地産地食

2007年9月20日 於：あんさんぶる荻窪

第七回 調査発表

ゲスト講師：佐藤亮子さん

学習支援者：矢郷恵子さん、竹迫和代さん

すぎなみ大人塾・昼コースは第一回(6月7日)から回を重ね本日で7回目となりました。杉並区の農業の現状を踏まえて、皆さんが考えたテーマで調査をしていただきましたが、本日はその成果発表です。10月24日の昼・夜コースの合同発表会に向けての練習の日でもあります。よろしくお願いします。

昼コース4班の調査活動の発表

1 番目 農食ネットワーク

わたし達は杉並区の農家と消費者との関連を調べてきました。区内には192世帯の農家(年間農業収入20万円以上)があり、農家数では23区で7番目に多い区です。

●営農家の共通した将来の不安は、後継者問題、相続問題、環境問題等があります。また、消費者側にも食の安全・安心(無農薬・減農薬)への危機感があります。農家と消費者の対話のきっかけを掴みたいとの思いで活動しました。

●区内に51箇所ある農家の直販所(野菜が主)や農家を訪ね農家の実態を聞きました。安全・安心な農作物を作っている農家に親しみを感じたと同時に都市農業の厳しさも知り、私たち消費者は何が出来るかを考えようというのが、このグループの立場です。

●杉並区から農家をなくさないためにどうしたらいいのかという課題を検討した結果、農家の直販所と消費者とのネットワークを強め、地産地消・消費の拡大・野菜を使うレシピの紹介等を推進することが必要と感じました。

●各直販所はJAに加盟して、地もの野菜(路地もの、ハウスもの等)40から50種類の野菜を販売しています。対面販売・無人販売・コイン販売の三タイプがあります。

2 番目 おいしい応援隊

おいしい応援隊は、おいしさをつくる「永田農法」(別名：スパルタ農法、断食農法)をテーマに研究・調査しました。

永田農法 HP: <http://www.rainbow-f.co.jp/oishii/nagata.html>

●スパルタ農法とは、水や肥料を極力控えギリギリの極限状態で育てる農法で、野菜本来の生命力を発揮させます。永田農法は、永田照喜治さんという方が、日当たりはいいが育成環境のよくない傾斜地に一本育っているミカンの実を食べ、濃縮した甘いミ

カンを発見し、植物の生命力がよみがえることを体感したことから、研究をはじめられました。

●おいしいとは、味が濃い、甘い、ビタミンが凝縮、栄養価が高いということで、アク、えぐみがほとんどない。例えば、永田農法のナスは 30 分経過しても、切り口は白いままで表面が盛り上がり粉をふいてくるので、あく抜きをしないで済みます。

参考資料 / 『おいしさはここにあり』『永田農法おいしさの育て方』

永田照喜治著・小学館

●永田農法の野菜の特徴

- ・ ゴロゴロ石のある土壌
- ・ 水散布は週 1 回ぐらい、葉がしおれたら水をあげる。
- ・ 苗を水で洗い根を切る。主根を切ると細い側根が自分の力で多数出てくる。
- ・ 小さなふわふわ根が栄養分を吸収する。

●杉並区で共鳴する農家が出てこないか期待をしているところです。また、今回の勉強をキッカケにして、家庭菜園に適しているということから、自分たちでもこの農法を体験してみたいと考えています。



3 番目 オニオンクラブ

オニオンクラブは杉並のスローフード発見ということで、自然食系レストランを調査しました。

●リストオル・ミツ (杉並区西荻南 3-8-1, 電話 : 03-3332-9683)

<http://www.5a.biglobe.ne.jp/~yasuhon/pan/tabearuk/mitu.htm>

オーナーの広瀬満雄さんが自家培養の自然酵母を使用してパン等をつくっている。防腐剤・安定剤なしで食パン、菓子パン、調理パン、パケット類を販売しているが多く作られない。若干高い、日持ちがしないのですぐ食べないときはフリーズする。

●BALHAZAR(バルタザール) 杉並区西荻南 3-15-3 ほびっと村 2F, 電話 : 03-3331-0522)

<http://park10.wakwak.com/~kouzou/iwa-bartzar.htm>

旬の食材の持ち味を生かした豪華な家庭料理、玄米がふっくらもちりとてもおいしい。

「お百姓さん定食」メニュー：玄米ご飯・厚揚げラタトゥイユ・ほうれん草のおひたし・ジャガイモとキュウリのカレー風味甘酢あえ・芋がら油揚げ煮

●すみれ家（杉並区荻窪 4-27-14，電話：03-3393-0688）

<http://www.sunday-brunch.com/html/newpage.html?code=4>

開店 1 年目の自然派レストラン。オーナーシェフは小柄なかわいい元気な女性で、モットーは“食べて健康に笑顔に”。

食べたメニュー 冷（温）野菜・スープ・玄米ご飯・メイン料理（魚か肉）・自家製デザート・コーヒー

野菜の凝縮した旨味が口の中でフアーと広がり頭に味がガンとくる。料理はおいしくおしゃれな店。

●だいこんもちや WOW CAFÉ（井の頭線永福町北口徒歩 5 分，電話：03-3322-1007）

<http://www.daikonmochi.com/>

テイクアウト専門の店で低農薬・無農薬の野菜や国産無漂白の小麦粉を使用したり、台湾直輸入の安心なお茶を飲ませてくれる。テイクアウト専門だが、店の中にテーブルがありお客様がそこで食べている、ここちよい時間が過ごせる。

お弁当、各種お惣菜、台湾茶等を販売。

4 番目 MMSHC 杉並野菜の魅力探り隊

杉並区内の 2 軒の農家と JA 杉並グリーンセンターを訪ね、直販所「ファームショップ あぐりーん」では約 20 分で完売するという杉並野菜が、なぜ新鮮でおいしく安心なのかを調べました。

JA 杉並グリーンセンター「ファームショップあぐりーん」杉並事務所 HP

http://www.ja-tokyochuo.or.jp/kigyoyouho/shiten_suginamigreen.html

●杉並の農地は、江戸時代に関東ローム層を農地へと改良した土地で、善福寺川や妙正寺川などの水源の恵みがありました。川の流域には水田が多数存在していましたが、昭和 30 年代前半には、急速に宅地化が進み、水田も農家も少なくなっていました。当時は米農家や養蚕家もありましたが、現在は野菜づくり農家が中心です。

●「ファームショップあぐりーん」の登録会員である農家（24 軒）は、朝に野菜を収穫し、直販所に持ち込みます。午後 2 時に販売を開始。野菜は朝取りのため保冷庫に入れる必要がなく、葉つき、土つきで売られるため、新鮮さとおいしさを保つことができます。

●杉並の農家は小規模で、多品種の野菜を少量ずつ生産しています。連作障害がおきないように手間をかけて栽培するため、品質が良いのです。年間 20 数種類の野菜を栽培

しますが、無農薬栽培は難しく、減肥料で対応しています。

- 農家と JA による生産と販売の取り組みが、杉並野菜をおいしく、安心なものとして
います。
- 漬け物などの加工品は、JA に加工施設がないため保健所から許可がおりず、販売でき
ません。
- 杉並区民の多くが、地元の杉並野菜に目を向け「地産地食」を考えるようになると、
直販所や農家の経営の安定につながるのではないのでしょうか。今後 MMSHC は杉並野菜
を応援しながら、ノーマライゼーションとやさしい地域づくりを考え活動していきたいです。

講師、学習支援者からのコメント

「農食ネットワーク」へ

- 杉並の農家を訪ねて実態を知り、農環境が分かってくると、つくる人の姿が見えてき
ます。
- 杉並の野菜を食べてほしいと言っている農家の気持ちがリアルに聞こえてきます。

「おいしい応援隊」へ

- 趣味でもいいから、農体験をしてほしい。
- 永田農法について、なぜ活動が広がらないのかを考えてみるといいと思います。

「オニオンクラブ」へ

- 杉並の食材という観点から、今後もフォローをしてほしい。

「MMSHC 杉並野菜の魅力探し隊」へ

- 地産地消とは、農家と消費者とのコミュニケーションから始まります。
- JA 直販所から杉並の畑が見えてきます。今後の活動の源になる発見だと思います。