

田んぼは日本の宝物



お米は日本人の生きる糧

メダカのがっこう

特集

ついに見えた!
有機栽培と自然栽培の
到達点!!

第
61
号

2017年4月1日
発行

陽子さんのページ
改めて東日本大震災で
分かったこと

メダカのがっこう
3つの宣言

1

私たちは、田んぼから瑞穂の国日本の
自然再生をします。

2

私たちは、米中心の一汁一菜で
日本人の心身を健康にし、
食料自給力をつけています。

3

私たちは、命を大切にする農家と手をつなぎ、
生きる環境と安全な食料に困らない日本を
次世代に残せるような先祖になります。

特集

ついに見えた! 有機栽培と自然栽培の到達点!!

NPO法人メダカのがっこう

中村陽子



生きもの豊かな栃木県杉山農場の田んぼ

今年の1月28日、29日に開催された第7回田の草フォーラムのことです。2004年が初回でしたから13年経ちました。自然栽培も清く正しく収穫量は少なくとも信じる道を行くという壁を越え、有機栽培も有機肥料を入れて作物を勢いづけるつもりが、草や虫の発生原因を作ってしまうという壁を越え、1つの到達点が見えて来ました。これは、田の草を研究テーマにしてきたことに勝因があると思います。なぜかというと、草を知るということは、地球の成り立ちや自然の法則を知るということに他ならないからです。

*

もともと有機農業の「有機」とは、「天に機（からくり）有り」の有機で、この地球上で唯一、太陽エネルギーと水と炭酸ガスで、でんぶんやたんぱく質がつくれる光合成という凄技を持つ、光合成細菌や藻類など植物類から始まる生命循環が、「天の機（からくり）」なのです。世間では、有機肥料を畑や田んぼに入れるのが有機栽培だと思っている人が多いのですが、田の草フォーラムの農家たちには、全く当てはまりません。

*

天の機（からくり）が分かっている人が接すれば、田

んぼには、良い草や虫たちがたくさん増え、その命が土に還って土が肥えていきます。特に、稲の栽培期間以外のシーズンに生える草や生きものたちは、その体に肥料分を貯金しているようなもので、稲の栽培時に稲の栄養分として引き出せるように作業するのが有機栽培や自然栽培の技になるわけです。

*

現に、田の草フォーラムの農家たちに、草と戦う気持ちは全くありません。それぞれの草の好きな環境や生育のリズムを知り、それに合わせたり、その時期を外したりして、稲を育てます。自然栽培といっても、何もしないわけではありません。好気性菌や嫌気性菌やフルボ酸やフミン酸や紫外線などが、フルに働けるように手を打ちます。みんな田んぼの達人で、かなりの知恵と技の持ち主です。

*

もはや、草は敵ではなく、生きものたちも保護する存在ではなく、それがいなければ、肥料不足に陥り、有機栽培も自然栽培も成り立たないです。更に、今回の発表の中に、稲の栽培中に水を張った田んぼの土の表面に発生する光合成細菌の生産力がいかに凄いかの研究があ



りました。彼は光合成細菌がつくった肥料分を稻の根に届けるために、1週間ごとに畝間を攪拌して歩くのです。草をとる意識ではなく、ぬか床をかき回すような、料理をするような感覚で。これで反当たり昨年の最高は12俵まで行ったそうです。恐るべし田んぼの生産力！

*

都市部にすむメダカのがっこうの会員の皆様、これが有機栽培と自然栽培の最前線の情報です。私たちは、作って貰い消費するだけの人です。人が土から放れると書いて傲慢といいますが、消費者はちっとも偉くありません。水と気候に恵まれ、ほっておけば地面が草だらけになってしまう日本において、草と戦わないで米が作れる農家たちは、世界に誇れる水準です。世界一自然を味方にできる農家だと思います。その田んぼの肥料分を、その田んぼに発生する菌や草や生きものたちが生産できて、自然栽培が継続できるというのも、日本の恵まれた気候風土のおかげであり、世界一というより、日本の特権かもしれません。

*

それに引き換え、日本の有機農産物の生産量の低さも先進国でワーストワンなのです。2020年のパラリンピックの食材は、1400万人分のオーガニック食材をそろえな

ければならず、日本の生産量は全く足らないので、輸入に頼ったり、減農薬も使うことになるかもしれないということです。調べてみると、日本の全農産物のうち有機の栽培面積は0.27%の約1万ヘクタール。英国の面積の50分の1、ブラジルの70分の1にとどまるそうです。

*

有機農家のなかには、「五輪を機に有機栽培が国内にも認められるといい」という声もありますが、またしても外圧による変革。日本に有機農業が育てられず、有機農産物の生産量が少ないというのは、有機農家の責任というよりも私たち日本の消費者の責任だと思います。原因の1つは、有機農産物は、個々の家庭の需要が主で、大口の需要が少ないとことです。そこで提案です。

*

最近子どもたちの給食を有機農産物で作ろうという自治体が出てきています。これを機に、保育園、小学校、中学校、そして学生食堂など、次世代の身体をつくる食を、有機や自然栽培の農産物に変えようではありませんか。

次世代に生きる環境と安全な食糧を残す先祖になるために、まず声を出していきましょう!! 皆が口に出せば必ず実現します。

田んぼの生きもの通信

調査・研究部門 市村直基

だいぶ暖かくなってきました。冬の間、あんなにも静かだった田んぼの何処にいたのか、様々な生きもの達が姿を見せ始めます。眼を凝らして観察すれば畦際で無数のミジンコが群れていますし、まだまだ小さいけれどアカトンボのヤゴが歩いているのも見つけることが出来ると思います。

畦にはホトケノザやオオイヌノフグリ、タネツケバナなど、小さいけれども色鮮やかな花が咲きます。

一体、これらの生きもの

達はどこにいたのでしょうか？ その秘密は田んぼの土にあります。田んぼの土には様々な生きものの卵、幼虫、種、そしてそれらを育てるための栄養がつまっています。もちろん稻を育てるのもこの栄養。では、この栄養がどこから来るのか？ というと、それは昨年度までに田んぼで育った生きもの達が作っているのです。



アキアカネのヤゴ

ダカ、ザリガニなど、皆に人気のある生きもの他に、カエルやヘビ、クモといったあまり好かれていらない生きものも多くいますし、カヤブユ、ヒルといった吸血の被害がある生きものの、カメムシやヨコバイの仲間などコメの品質を下げてしまう生きもの、ヒエやコナギといった多すぎると稻の生長を阻害する生きものも多くいます。

でもそういった生きもの達が田んぼで生まれ、糞をし、死んでいくことで、田んぼには多くの栄養が入り、美味しいお米が出来ていると考えれば、もしかすると許せる気持ちが出てくるのではないか？



スジブトハシリグモ



クモヘリカメムシ



ヤマカガシ

自給自足 くらぶ



■野草料理教室

3/26(日) もてぎ、27(月) カフェ

4/9(日) 水口農場、10(月) カフェ

春は新陳代謝が盛んになり、冬の間にたまたま老廃物を排出する季節です。余分なものを代謝し、新しいエネルギーを充電して、本格的な活動に備えます。気温差が激しいこの季節は吹き出物や持病が出やすいくらいですが、これらの症状は有害なものを排出していることの



田んぼの畦で野草摘み

表れ。春の野草は強い陰性のため、少量食べることで冬に溜め込んだ老廃物、不要な陽性さを排出するのに役立ちます。食べられる植物だからといって、むやみ

メダカのがっこう花まる農家さんたちに、 今年の作付けへの抱負を伺いました



水口 博さん (栃木県大田原市)

去年うまくいった田の草の性質を利用した抑草術で、今年も草たちとつきあいますよ。肥料を入れない実験田の自然栽培も今年で3年目。少しずつ自然栽培の田んぼを増やしていきたいね。甘酒やお餅などの加工品も好調なので黒米、緑米も増やしたいな。



椿 任功さん (千葉県香取市)

毎年新しい挑戦をしているよ。いい米を作りたいからね。今年は田んぼを一層きれいにして春を迎えた。苗床づくりの準備は万全なんだけど、風が強くてなかなか作業がはかどらない。思い通りにはいかないもんだ。



中村 和夫さん (福島県郡山市)

放射能の風評に負けないように情報発信し続けねば。でも、早く土づくりに専念できるようになりたいなあ。人間のできることは限られていて、自然のなせる業にはかなわないから自然に寄り添って、天に祈りながら米をつくるよ。今年は田んぼを1枚自然栽培にしてみるつべ。



佐々木 治巳さん (新潟県佐渡市)

昨年は水管管理に失敗して、ヒエが田んぼに繁茂してしまい、乳白っぽいお米が一部できてしましました。今年は透き通ったお米をつくりたいですね。強い苗をつくって少ない本数を植える計画です。



3~6月は ここが面白い！

時系列ではなく、
中村陽子が今面白いと思うものから順に
少し内容をご紹介します。

に摘み取ることは控えたいものです。野原を歩いて疲れて帰宅しても、一掴みの野草を新鮮なうちに手軽に調理できるコツを、メダカのがっこう中村陽子が伝授します。4月～5月は田んぼカフェのメニューに野草料理が登場します。教室に参加できない方は、カフェに遊びにいらして下さい。

■オイルプロジェクト

5/7 エゴマ・ひまわりの播種

6/18 ひまわり除草・エゴマ移植

7/22 エゴマ・ひまわり畠除草

8/26 ひまわり収穫

10/15 エゴマ収穫・なたね播種

年内 ひまわりエゴマ搾油

昨年の秋、地元の仲間と一緒に栽培した無農薬のゴマ・エゴマと周辺の土地で収穫した椿の実で油搾りに挑戦しました。ゴマとエゴマは5月に種まきをし、夏に花が咲き、秋に収穫・乾燥・脱穀をしました。長雨の影響で収穫時期を逃し、残念ながらエゴマ油は搾ることができませんでしたが、仲間が作った木枠を使った自家製搾油機でゴマと椿を搾ることができました。



搾った油の量
は原料の5～
10%位で、油
が昔はとても
貴重なものだ
ったというこ
とがわかりま
した。いま、
私達が食べて
木枠でできた自家製搾油機

食と芸能の絆

私事ですが、幼い頃より東京・江戸の郷土芸能を継承しています。お祭りでよくみかける笛、太鼓、獅子舞、ひょっこことのことです。

そんな日本の伝統芸能と一緒に育ってきた私ですが、去年ロシアのお隣の国、ベラルーシの国立舞踊団の方とお仕事で一緒した時“芸能と食文化”がこれほどまでに繋がっているのか！ということを目の当たりにしました。

ベラルーシのダンスはバレエの元になったと言われるだけに、軽やかなジャンプや回転、まさに獲物を狩る狩猟民

族の動きと声の出し方。それに比べて、私の継承している日本の伝統芸能は、腰は中腰、すり足（かかとをつけない）、リズムの取り方は、まさに農耕民族、田んぼの中の動きと同じ！そこから互いの国に戦い方、武道や言葉の発音にも繋がっていくことも発見し

ました。まだまだ話すと長くなりますが……。

食文化は芸能の発展の根本になるもの。芸能や芸術文化を愛することは、その土地の食文化と自然を愛することへと繋がっているようですね。

田んぼに入り稲作を実践することで、私も一つ芸を理解出来た気が致します。

（中村美月）



ベラルーシのダンス



日本のひょっこり踊り



獅子舞い



祭り

いる食用油の90%以上は外国から輸入された遺伝子組み換えの大豆・なたねから搾油した油になりました。大豆粕は醤油・味噌の原料として使用され、知らないうちに遺伝子組み換え農産物を食べていることになります。溶剤を使ってたくさんの油を抽出していますが、溶剤には石油から分離された化学物質のヘキサンが使われており、加熱による脱臭を行って微量ながらトランス脂肪酸ができることがあります。オイルプロジェクトに参加すると、農薬や化学肥料を使わずにひまわり・エゴマ・なたねを栽培し、搾油工房で生搾りと精製をおこなって瓶詰めをした油を受取ることができます。この油は胸焼けしない安全な油です。オイルプロジェクトの活動をとおして、子供や孫達の健康と環境を守る事に役立てればと思います。

■梅干作り教室

6/10(土)、11(日)、13(火)、14(水)、
16(金)、17(土)

昔の日本には、自家製の梅干・味噌・醤油・たくあん等の保存食を1年分仕込み、秋には米を収穫して1年分を貯蔵す

るという文化がありました。お店に行けば何でも買える現代社会では、貯蔵するという安心感は失われました。梅干を作つて常備す



天日干しする梅干

る事でこの安心感を少しでも取り戻せないでしょうか。昔から「梅はその日の難のがれ」といわれ、朝に梅干を食べておけばその日は病気になることもなく無事に過ごせるという言い伝えがあります。塩気がからだを引き締め、酸味は胃腸の働きを活発にして食欲増進・疲労回復・虫歯口臭予防、梅リグナンという成分には美肌・若返り効果等たくさんの効能があります。さらに梅の酸味が肝臓を補い、塩漬けされることで腎臓を補う働きも加わります。梅干ひとつで肝心要の肝臓と腎臓を補う事ができるのです。和歌山の梅農家の岡本さんが提供してくれる無農薬の梅と自然塩で塩分20%以上の無添加の梅干を作りましょう。

■田植え

4/30 椿農場

5/20 伊豆分校

5/27 水口農場

5/28 もてぎの棚田

田植機が普及するまで、全国どこの農村でも、田植えはお互いに手伝いあいました。「米のできは天気半分、苗半分」といわれる様に、農家さんが手間暇かけて面倒を見て育てた苗を、秋の収穫を祈って丁寧に手で泥に差し込みます。裸足で田んぼに入ると、少しひんやりとして気持ち良く、田植え後は心地よい疲労感で、農家さんを囲んで皆で食べるお昼ご飯は格別の美味しさです。さあ外で体を動かすのが気持ちの良い季節、田んぼに出かけましょう！



椿農場の田植え風景

報告 1

第7回 田の草フォーラムin東京



最大の問題は田んぼの草です。稲よりも生育が早く強い草によって、稲の生育が妨げられ、収量が落ちることからどの有機農家も苦労しており、何とかしてその草問題をクリアしたいと、農家の勉強会としてスタートしました。

これまで指導者や草問題を卒業した農家の発表を重ね、さらに竹ぼうき除草、ダックホーといった効果ある除草対策の事例が紹介されてきました。しかし今回は、自然環境を生かしたコメ作りの原点に返ろう、草と敵対するのではなく、草の役割を理解し共存しよう

という新たな方向性が打ち出されました。除草剤はもとより、肥料そのものを使わない、無施肥栽培の取り組みが発表されたのです。「除草剤も肥料も入れないで収量が確保できるなら、それに越したことはない。」と、出席した農家さんたちの関心が高まり、大きく舵を切るフォーラムとなりました。(根本記)



7回目の田の草フォーラムは、1月28日、29日の2日間、初めて東京のど真ん中で開催されました。代々木の国立オリンピック記念青少年総合センター、前回の東京オリンピック施設です。

2年に1回(今回は3年目)開いてきたフォーラムは、15年目になります。除草剤を使わないコメ作りの



報告 2

やつてきました！ 6回目の東北支援米お届け



が、そんな中にあって、真っ先に尋ねた田老町保育園は、新しく造成された高台の住宅街に建てられ、復興の息吹を感じられたうれしい訪問となりました。田んぼ紙芝居を演じた教室(写真参照)も、立派なステージのあるホールで、保育園が田老町復興のシンボルのひとつになっているようでした。

毎回、大阪の木工クラブの皆さんのが作った木工細工も持参するのですが、今回もたくさんの手作り細工が届けられ、子供たちは目を輝かせて手に取っていました。手作りのぬくもりと機知にとんだ遊具に接し、子供たちは時間を忘れて没頭していました。もちろん、新米で作ったおむすびは格別で、次から次へとお代わりおむすびは子供たちの手に渡っています。先生方もそんな光景に「いつもはあまり食欲のない子が今日だけは違ってあの食べっぷり、うれしいね。」と目を細めるのでした。

お米を寄贈してくださったみなさま、木工細工を届けてくださった大阪の皆さん、本当にありがとうございました。

いました。今年の秋は7回目となります。今年もどうぞよろしくお願いします。(根本記)





メダカのがっこう理事長
中村陽子

日本は「未災地」、現在は「災間」、気が付いた人は既に動いています。この「未災地」と「災間」という言葉は、3月11日ラジオで聞きました。地震と津波の被災地の高校生が、津波到達点の記念碑を、普通使われる石碑ではなく、わざと朽ちていく木碑にし、5年ごとに建て替えることにしたという番組でした。どんなに子孫に伝えたくても、石碑だと月日と共に風景の一部になり忘れ去られてしまうことを見越して、朽ちていく木碑を建て替えるという発想、「やるな」と思いました。

その高校生が、これから災害が来る土地であることを意識させる「未災地」という言葉と、たとえ大震災が起きたばかりのところでも、次に災害が来るまでの間の時期であることを意識させる「災間」という言葉を作ったのです。極限の状況に行き会ったとき、素晴らしい人間が現れるのを感じました。

さて、今回の大震災で分かったことがあります。その1つは、食料は遠くに運べないこと。ましてや食料を輸入に頼るなどもってのほかだということです。米、味噌、醤油、油、梅干、たくあんなどの基本食材を、種から播いて作れるようにしておくという、メダカのがっこうの自給自足くらぶの活動は、今の日本に本当に必要だと再確認しました。現に、この日を境に、この活動の参加者は増えました。東京を離れてお米を作り始めたメダカのがっこう卒業生も出てきました。

いろいろ美味しい安全なものがつくれるようになると楽しいです。ついでに農薬使用量世界一、添加物の種類世界一、遺伝子組み換え作物の輸入と使用量世界一の日本の食事情の危険からも、身を守れます。個人的な食糧自給率も上がります。良いことばかりです。

大震災で分かったことのもう1つは、エネルギーを原発に頼るのは止めるべきだということ。原発依存度はピーク時でも32%、現在は2%、これだけのために払う犠牲の大きさ、放射性廃棄物の処理方法も地下深く埋めるしかな

く、事故後の莫大な除染費用を見ると、コスパ的にも失格です。第一、汚染された大地を子孫に残すことになります。

3月11日の番組は「震災を風化させない」というテーマでしたが、その同じメディアで原子力発電の必要性をコマーシャルしています。「風化」してますよね。パチンコと自動販売機がなければ、原発はいらないそうですよ。私たちが、自動販売機を使うのをやめれば、台数は減ります。自動販売機を必要としない国民を増やすことです。今の世の中を動かすのは、消費行動しかありません。

断捨離という言葉がありますが、震災と津波すべてを失った人々の姿を見て、今こそ日本は、子孫に残すものと、残さないものに分けて、断捨離をするときだと思いました。原発で、自動販売機で、農薬で、添加物で食べている人、たくさんいます。でも、明治維新の時に仕事を失った武士たちも大変でした。仕事を日本の自然再生や、自給率を上げる食糧生産や、子孫に残す技術の伝承など、子孫に胸を張って残せる仕事で生きていける構造改革をするしかありません。これぞご先祖様。

原発をやめても未来永劫危険が続くことはわかっています。それでも子孫に残さないものに分類しましょう。

戦中、日本人はお国のために死ぬことに違和感を覚えながらも、自分を納得させて覚悟しました。潔いのか諦めが早いのか。今回も原発の危険がなくならないことを知ると、自分の命は諦めているように思えます。でもこれは子孫の命も奪います。今度は諦めてはいけません。添加物、遺伝子組み換え食品、油など、市販されているものがほとんど危険であることを知ると、すぐもう無理だと諦めます。今度はお国のためにではなく、便利さ、効率の良さ、価格の安さと引き換えに、死ぬ覚悟をしてしまいます。子孫を巻き添えにして。

私は諦めません。動き始めると悲壮感は楽しさに変わります。



こうした光景がもっともっと増えるといいなあ～（椿農場の稲刈り）



栃木県もてぎの棚田で若者たちの田植え

いよいよ田植えが 始まります！

そろそろ、田植えの季節です。本年度もメダカのがっこうでは、田植え体験を行います。泥の中を中腰で田植えしていくのは大変ですが、田植え後、綺麗に植わったイネの苗を見ると、とても達成感を感じることが出来ますし、田植え作業中、休憩中には様々な生きものたちに出会うこともできますので、お子様でも楽しく参加頂けます。

日程は以下の通りです。是非、ご参加下さい。

- ・4月30日 (千葉県:椿さんの田んぼ)
- ・5月20日 (静岡県:伊豆分校の田んぼ)
- ・5月27日 (栃木県:水口さんの田んぼ)
- ・5月28日 (栃木県:茂木の田んぼ)

オイルプロジェクト 募集開始

安心・安全な油は、市販ではほとん

ど手に入りません。そこで、メダカのがっこうでは、民間稻作研究所のお力を借りて、無農薬・無添加の食用油の自給にチャレンジしています。種を植えるところから始まり、間引きや、除草、収穫まで、自分たちで行います。また採油の現場を見学することも出来ます。

1年間、計6回の活動になり、日程の調整等、大変かとは思いますが、なかなか出来ない貴重な体験になるかと思います。募集口数は10口。是非、お早めに参加申し込み下さい。

活動の日程は以下の通りです。是非、ご参加下さい。

- ・5月7日(日) ヒマワリ・エゴマ播種
- ・6月18日(日) エゴマ移植・ヒマワリ除草
- ・7月22日(日) エゴマ・ヒマワリ除草、ナタネ採油
- ・8月26日(日) ヒマワリ収穫
- ・10月15日(日) エゴマ収穫・ナタネ播種
- ・年内予定 ヒマワリ・エゴマ採油



オイルプロジェクトを指導する稻葉先生

活動をご支援ください。

■年会費

正会員	個人 一口 10,000円 (内 3,000円寄付)
	法人 一口 100,000円 (内 30,000円寄付)
一般会員	一口 5,000円 (内 3,000円寄付)

■寄付 随意

■振込先 ゆうちょ銀行 10120-74357401

みずほ銀行 西荻窪支店 普通2158356

■口座名 特定非営利活動法人 メダカのがっこう



編集後記

栃木県の小さな山村・茂木町の棚田で、若者たちと棚田米を作っています。その棚田で特にここ数年、イノシシの害にあって大変苦慮しています。食べ物の少ない冬、山から下りてきて、田んぼや畠で冬眠しているカエルを掘り出して食べるのです。畠が壊され、真っ平らにされてしまうのです。例年だと2~3月にかけて、ヤマアカガエルの卵塊が田んぼの水たまりで見つかるのですが、今年は一匹も見られません。すべて食べつくされたようです。

竹炭を田んぼの周辺に埋めて“結界”をつくるとイノシシが悪さをしないと教えられ、このほど実施してみました。大事なのは、イノシシを敵視しない、愛の心で結界を作るということだそうです。田の草を敵視しないことに通じます。果たしてイノシシさんに私の愛が通じるでしょうか？（ねもと）

機関誌内の
全ての
お問い合わせ・お申込みは
下の連絡先まで
ご連絡ください。



2017年4月1日発行
機関誌「メダカのがっこう」第61号

発行人 中村陽子
編集責任 根本伸一
DTP 相良孝道
事務局 市村直基
印刷 (株)プリントパック
〒180-0003

東京都武蔵野市吉祥寺南町5-11-2

TEL : 0422-70-6647

FAX : 0422-70-6648

E-mail : npomedaka@yahoo.co.jp

HP : http://www.npomedaka.net/