

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

40年前!

無農薬食材の  
学校給食が始まっていた!!

第  
67  
号

2018年9月10日  
発行

陽子さんのページ

日本の伝統食のすごさを  
科学的に解説した  
コリン・キャンベル博士  
の慧眼

メダカのがっこう  
3つの宣言

私たちは、田んぼから瑞穂の国日本の  
自然再生をします。

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。

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

高取保育園、麦っこ畑保育園、境南小学校のお話

# 学校給食が始まつていた!!

“いただきます——みそをつくる子どもたち”というドキュメンタリー映画の上映会をしました。食で子どもの生命力が全開することや、アレルギーやアトピーが当たり前に治ることを体験した親子を40年間も送り出している福岡県と神奈川県の2つの保育園の様子が報告されています。

この映画の上映会を武蔵野市のコミュニティセンターで行ったところ、参加者のおかあさんたちから、武蔵野市の給食はすでに有機栽培無農薬のお米や野菜と本物の調味料で作られていることを聞きました。

調べてみると、始めた時期は40年前、境南小学校の保護者のひとり山田征さんグループと栄養士の海老原洋子さんが自然栽培のお米や野菜、果物などの生産者とつながり、素性の分かる食材を子どもたちに食べさせたいと思ったところから始まったそうです。

福岡と神奈川と東京

で同時多発的に立ち上がった先生やおかあさんたち、40年前に何か女性たちの意識が変わることがあったのでしょうか？調べてみると、1970年代に入ってから生まれた子どもたちにアトピー性皮膚炎が現れ始めました。有吉佐和子さんの『複合汚染』の初版が1975年（43年前）に出版されました。オイルショックはその1年前の1973～74年、それまでの経済発展の方法や方向に問題があることに気が付き始めた時期もありました。

## 和食に帰ろうと 福岡県 高取保育園

1968年開園の福岡市高取保育園の西福江園長は、「知育、体育の前に食育がある」という信念をもち、1970年ころから今まで感知しなかったアトピーと出会い、「和食に帰ろう」と思い立ちました。

しかし、そこには大きな壁がありました。それは、公立の保育園には現代栄養学に基づいた栄養素と食材の決まりがあったのです。肉や卵でタンパク質、牛乳でカルシウムなどの細かな決まりです。それを、味噌や納豆、豆腐や小魚で計算し直して基準をクリアーしました。これには同じ志を持つ優秀な栄養士さんの協力が必要でした。

食事の基本は、玄米と納豆、みそ汁、煮物や和え物、魚や豆腐などの和食です。西福江園長は子どもたちの身体にできるだけ良い食材を使いたいと思い、志を同じくする農家の方にも協力してもらい、無農薬の米や野菜、本物の調味料を使うことにしました。その中でも味噌は毎月100kgを使います。それを最年長のクラスの子どもたちが毎月仕込みます。卒園前には味噌の作り方を次に伝えます。ここに入園すると、アトピーやアレルギーの子どもたちは数か月できれいに治り、親子ともども身を持って食の大切さを知らされます。



西福江園長と園児たち



園児自らが味噌仕込み

## 農家の母屋で 神奈川県 麦っこ畑保育園

1978年、神奈川県の麦っこ畑保育園の大島貴美子園長は、これまで勤めていた保育園の年代や障害で区別する保育に苦しくなり、いろいろな子どもがみんな安心して過ごせて、大きい子が自然に小さい子の面倒を見るような大家族の子育てをしたいと思い、農家の母屋で麦っこ畑保育園を始めました。8月のある日に伺うと、幅広い年代のお台所さんから卒園生のスタッフや夏休みということもあり卒園生の小学生ボランティアまでが子どもたちのお世話をしていました。園長の理想の形です。



大島園長と目がキラキラ子どもたち

給食についてお話を伺うと、始めて10年たったころ、小児科医の真弓定夫の「子どもは裸で群れて育つ」という子育て論に出会い「これだ！」と共鳴して講演にお呼びしたところ、牛乳は母牛が自分の赤ちゃんのために出すオッパイで人間は飲んではいけないとわかりびっくり。それ以来、牛乳を飲まなくなり、みそ汁や和食を基本に魚も切り身でなく1尾丸ごと食べられる大きさのものにしたそうです。食材も自然栽培の八百屋さんや生協や大地の会のものを使って作っています。真弓先生が、空気も水も加工していないものがいいということで、たき火はするけど暖房はしない、水遊びはするけど冷房はしていません。この取り組みは、2017年にドキュメンタリー映画『蘇れ生命の力～小児科医 真弓定夫～』になっています。

## 全国の先駆け 東京都武蔵野市 境南小学校

同じく40年前の1978年、武蔵野市の境南小学校で安全給食が始まりました。給食に無農薬のお米や野菜が使われるのは、全国の先駆けです。無農薬有機栽培の素晴らしい農家の方たちとの出会い、このような良い食材を子どもたちに食べさせたいという一途な気持ちを、担任の先生と共有し、栄養士の海老原洋子さんが大変の実務をドンと引き受け、校長先生を動かしました。

ここから山田征さんと栄養士の海老原さんとの連係プレーが始まります。まずメニューが先ではなく、季節の食材に合わせてメニューを作る。それでも栄養士さんが必要とするものは全国駆け巡って探す。農家の手が回らない果物の収穫は、お母さんたちで採りに行き1200人近くの必要数を数えて給食室に運ぶ。栗ごはんの栗の皮むきは、部活の子どもたちに1袋ずつ持ち帰らせ家で剥いてもらい、翌朝給食室に持ってきてもらう。肉も有機農研から1頭買いし、枝肉を肉屋に運んで精肉してもらう仕組みを作る。1年後には調味料も自分たちで生産工場に行って調べて業務用を用意してもらい安心なものにする。調理師さんが泥つき野菜を嫌がれば、お母

さんたちが洗うなど、問題を障害と思わず、迷わず動いて考えて解決していったのです。

山田征さんは17年間食材を運び続けました。欠品が夜中に分かると、早朝農家の畑に出向き、急遽収穫したこともあります。その励みは、子どもたちの給食の残菜がゼロになってきたことです。子どもたちが美味しいというので、お母さんたちが栄養士さんから料理方法を教わって家で作っても、やっぱり給食の方が美味しいというので、食材の良さが浮かび上がったこともありました。



お母さんたちが栗の皮むき



おいしそうな栗ご飯の給食

その後、給食を業者に委託する動きが出てきたとき、それを食い止めるために自治労を中心に戸塚が作

られました。またNHKの明るい農村『安全給食1200食』(1982年制作、24分)にもなりました。

西福江園長、大島貴美子園長、山田征さんこの3人とも初めは1人、その思いに共鳴した協力者たち、それを支える多くの心ある人たち、世の中が動く瞬間とそれを育て、後を継ぐ人に渡すまでの一筋の切れない気の流れを感じます。

## あれから40年、日本の食は――

あれから40年、日本の食は危険になる一方です。日本は今や世界一の遺伝子組み換え作物や食品の輸入消費国。殺虫剤ネオニコチノイドは世界に逆行して緩和の一途、除草剤グリホサートの残留基準を0.1ppmから40ppmに引き上げたり、除草剤が効かなくなったので枯葉剤の残留基準も4倍～5倍にしたり。それらすべてを安全だという食品安全委員会。政府が国民を守ることを止めたのならば、むしろない方が国民に危機意識が芽生えていいかも知れません。

この時代に生まれ合わせた私たちは、なすべきことがたくさんあります。何から手を付ければいいのかわからない気持ちにもなりますが、日本の伝統食の復活と、子どもたちに安全な食を提供することから始めたいと思います。

次回は、40年の歴史を持つ武蔵野市の安全給食の今と、今年始まったばかりの、千葉県 いすみ市の有機稲作やその有機米を使った給食の様子をご報告します。



# 農家さんの コメイ作りへの思い

メダカのがっこうは、無農薬で、しかも美味しいお米を作ってくれる農家さんたちを、会員の皆さんやお客様に紹介できることを誇りに思っています。

そこで、農家さんご自身は、自分のお米に対してどのような思いがあるのか、伺ってみました。

## 椿 任功さん

千葉県香取市

—ご自身の作るお米について  
「作っているお米に対して自信を持つ



ています。私どもには、日本の水田を守る会という農家グループがあり、皆安全でおいしいお米を作ろうと、努力しています。年1回それぞれが自分のお米を持ち寄って、食味コンクールをします。たいていうちのお米が一番になり、それでは若い農家が育たないからと、今ではいいお米は出品しないようにしています。そのくらい自信がありますね」

—無農薬のお米を作るようになったきっかけは?

「自分の食べる米に薬は使いたくなか

った。特に子供ができたり、孫が増えたりすると、その気持ちはますます強くなる。さらに十数年前から慶應幼稚舎の子供たちが毎年田んぼに来てコメ作り体験を繰り返すようになると、この子供たちには安全で美味しいおコメを食べさせてあげたいという気持ちが強くなりますね。子供たちが毎年感想文を送ってくれるが、十数年分の文章はうちの宝だよ」

—農薬で怖い思いをしたことはありますか?

「自分では特になし。ただ仲間の農家が、農薬を散布していてビニールハウスの中で倒れたと聞いた時、本当に農薬は恐ろしいと思ったね。そんなこともあって、農薬には一切手を付けません」

## 水口 博さん

栃木県大田原市

—ご自身の作るお米について

「国の農業政策の中で、農薬・化学肥料をばらまき、水を汚し環境を破壊している実態に早く気がつきました。環境に優しい無農薬・有機栽培や自然裁



培を広め、安心して食べられる食料を生産して消費者に届け、健康で元気な子供たちが多くなってほしいですね」

—無農薬のお米を作るようになったきっかけは?

「31年ほど前に胃にポリープができて体調を崩し、食生活を見直すきっかけになりました。ちょうどその頃‘日本の水田を守る会’と‘メダカのがっこう’に出会い、食生活の大切さを知りました。次世代を担う子供たちのためにも自然環境を取り戻し、安全な田畠から生まれた米や野菜で、心身ともに丈夫で、みなが健康になれば素晴らしいと思います」

—農薬で怖い思いをしたことはありますか?

「‘メダカのがっこう’で生きもの調査の時、無農薬栽培と慣行栽培の圃場の違いを調べ、その結果に驚きました。無農薬栽培の圃場には虫がたくさんいるのに、慣行栽培の圃場は虫がまったく見当たらなかった。こんな圃場で収穫した作物を食べるのは怖いですよ。

また、近所で農薬の空中散布を実施した朝、家で飼っているミツバチが巣箱の入り口でバタバタ倒れていきました。ミツバチが農薬の怖さを教えてくれていると思いました」

## 中村直巳さん

福島県郡山市

—ご自身の作るお米について

「有機栽培だからといって、全て美味しいわけではありません。せっかく無農薬で栽培しているので、味にはこだわりを持ってお米をつくっていきたい

と思います」

——無農薬のお米を作るようになったきっかけは?



「父親の頃より20年以上無農薬栽培を続けており、そのまま引き継いで今も作っています。父がアトピーのお子さんをもつ母親から“無農薬のお米はないですか?”と聞かれ、そのことが無農薬でお米をつくるきっかけになったと聞いています」

——農薬で怖い思いをしたことはありますか?

「稻づくりの勉強で千葉に行った時

に、ある人から“君はこのコップ1杯の水（人間の健康には全く影響はないが、農薬を入れてある水）飲める?”と聞かれ、もちろん飲めませんでした」

## 佐々木治巳さん

新潟県佐渡市

——ご自身の作るお米について

「小さい頃から農業に携わり、農薬などは普通に使うことが身についてきました。30才でUターンし父より農業の実践を学び、自身でもたくさんの本を読み、米作りに励んできました。最初は多収穫を目指したが、満足できなかった。個人販売のお客様が増えていき、安全で美味しいお米作りにシフトしていきました」

——無農薬のお米を作るようになったきっかけは?

「以前から無農薬米に関心があり、チャレンジしたこと也有ったけれども、技術もなく挫折していました。約10年

前より意を決して取り組み、情報を取り入れ、今にいたっています。5年前から木村秋則さん（青森の自然栽培りんご農家）の話を聴き感動し、自然栽培に取り組んでいます。今ではそれが当家の主力となっています」

——農薬で怖い思いをしたことはありますか?

「私自身はないけれども、父は農薬が



使われてきた頃（昭和30年代）より接してきたので、70歳代前半で亡くなりました。近所の同年代の方々も同じように亡くなっていました」

## 田んぼの 生きもの通信

調査・研究部門 市村直基

春や秋の七草は有名で、知っている方も多いかとは思いますが、夏の七草というものがあるのはご存知ですか？ 夏の七草は2つあります。1つは昭和の初め頃に勧修寺経雄という人が詠んだ和歌「涼しさはよしいおもだかひつじぐさはちすかわほねさぎそうの花」から、1ヨシ、2イ、3オモダカ、4ヒツジグサ、5ハス、6コウホネ、7サギソウとなります。どれも田んぼや田んぼ周辺、ため池など水辺で見られる植物で、水中や水際で揺れる姿が、暑い夏でも涼しさを見出さ

せてくれる植物たちです。

もう1つは第二次世界大戦末期に日本学術振興会が選定した夏の七草。1アカザ、2イノコヅチ、3アオゲイトウ、4スペリヒユ、5シロツメクサ、6ヒメジョオン、7ツユクサとなり、これらも全て田んぼの畔でよく見かける植物です。食糧不足の時代だったので、身の周りでよく見かける、食べることができる草が選定されています。食べられる野草を覚えたい方は、春の七草に加えてこの七草を覚えてみてもいいかもしれません。

除草剤を使って

いない田んぼには、春、夏、秋の七草や、その他にも数多くの植物が雑草として生えています。雑草だと思ってしまっているとそれまでですが、じつは美味しく食べられるものもあれば、とても可愛らしくて綺麗な花、姿形が面白い花など、知れば知るほど興味深い世

界が広がっています。

まだまだ暑い日が続きそうですが、少しは涼しい早朝や夕方などの時間に七草探しに散歩してみませんか？（ちなみに冬の七草というのも存在はしますが、白菜、キャベツ、ホウレンソウなどの野菜を七草としているようです。）



コウホネ



ヒツジグサ



サギソウ



アカザ



スペリヒユ



ヒメジョオン

# 自給自足 くらぶ



## 黒焼き実践教室

■10/9 (火)

猛暑で、つい摂りすぎてしまった冷たいものや甘いもの、果物、アルコール等でゆるんだ細胞を黒焼きで引き締め、暑さで疲れた体を養いましょう。黒焼き・炭はどちらも極陽で体を芯から温めます。

### もみ付き黒焼き玄米茶

メダカのがっこうの黒焼き玄米茶は、食養の第一人者である若杉友子さんの直伝であることが大きな特徴です。教室では、実際に無農薬のもみ付き玄米を土鍋で炒って、黒焼きにするコツを伝授します。



黒焼きについて語る若杉さん

### 梅干しの黒焼き

メダカのがっこうでは、無農薬の梅で作った塩分20%の3年物の梅干しを黒焼きにしています。3年以上漬けた梅干しには”万病の薬”といわれるアミグダリンが含まれ“三毒（水の毒、血の毒、食の毒）を消す”と言われています。

### こんな方におすすめ

糊付き玄米の黒焼き茶、梅干しの黒焼きは貧血、冷え症、低体温の改善、免疫

力や自然治癒力を高める、排毒などが期待できます。

### 食べる炭として見直されています

昔の人は炭に効用があることを本能的に知っていました。「炭焼きに病人なし」ということわざがあるくらいです。チェルノブイリ原発事故以来、放射能に負けない身体を作る食として、日本の伝統食、味噌、梅干と共に食べる炭として黒焼きも見直されています。



教室でご紹介する竹炭を山口県で焼いている新野めぐみさん。内モンゴル植林プロジェクトでは、砂漠の緑化にプラスにこそなれマイナスになることはないと植えた木の周囲に炭粒をばらまきました。3ヶ月後には木が元気に育ち、その周囲一面に草や花が密集し蝶や蜂が舞っていたそうです。

### 竹炭の摂り方もご紹介します

竹炭は体内に摂取すると腸を浄化しリセットします。体の様々な不調は腸をきれいにすると改善されると言われています。メダカのがっこうで竹炭を焼いているではありませんが、普段の食生活で食品添加物や農薬・化学肥料を避けることが難しい今の世の中、竹炭は強い味方になると思います。摂取の仕方を教室ではお伝えします♪

## 旬を頂く マコモタケ料理教室

■9/26 (水)・10/3 (水)・10/12 (金)

マコモは水辺に自生するイネ科植物です。昔は日本のどこの水辺にも生えていましたが、護岸工事によって生息域を狭められてしまい、今や絶滅寸前の状況です。

### 水辺の環境浄化をするマコモ

マコモは川や湖の水質を浄化し、体内に摂取すると血液をきれいにしてくれま

す。マコモの水質浄化作用は実証されており、水質汚染の原因となる成分をどの程度除去できるかという実験では、約50%低下の成果があり、除去速度・除去率とも、マコモの成長の著しい夏期に高くなるそうです。田んぼの水路に植えれば、田んぼへの導入水の浄化になり、周辺の水田から流出する農薬や化学肥料などを分解します。

汚染成分を吸い上げたマコモをそのまま枯らせて土に戻してしまうと、汚染成分もまた土や水の中に戻ってしまうので、昔はマコモを刈り取ったあと、屋根に葺いたり、壁・天井材、障子、様々な生活道具を編んだり、注連縄や飾りに利用されていたそうです。

### 料理教室で使う水口農場のマコモ

農薬や化学肥料を使わないミネラルをたくさん含んだ田んぼの土で、この夏の猛暑に負けず順調に育っています。



順調に育った水口農場のマコモ収穫

### マコモの効能

マコモは古来より漢方としても用いられ、血液浄化、血管に詰まった老廃物や毒素の排出、血圧やコレステロール値を正常にする、血糖値の高い人のインシュリンの分泌を活発にする等が挙げられます。旬は9月下旬～10月中旬。その間にたくさん食べたり、お茶にして飲んで実感してみてください！



マコモタケを使った料理



NPO法人メダカのがっこう理事長  
**中村陽子**

日本の伝統食である、ご飯とみそ汁と梅干と漬物や発酵食品には本当に感心します。そしてこの食事形態を構築してくれた先祖に感謝します。歳を重ねるごとに日本の伝統食のすごさがわかつてきました。天才的です。この食事をしていたころの日本人は、死亡原因10位までにガンは入っていませんでした。だから私はバカの一つ覚えのように、みんなに伝えているのですが、いま一つ科学的根拠に欠けていて説得力が足りません。

ところが、コーネル大学名誉教授のコリン・キャンベル博士、「栄養学分野のAINシュタイン」と称されている世界的権威が、ラットの研究でガン細胞の好物を解説してくれました。著書『ザ・チャイナ・スタディー』の翻訳版『葬られた「第二のマクガバーン報告」』（グスコー出版、上中下）に発表されています。

『ザ・チャイナ・スタディー』の概要は、「肉・牛乳・卵などの動物性タンパク質がガンを増殖させる。その中でも最も強力にガンを増殖させるものは、カゼインである。これは牛乳のタンパク質の87%を構成しているものである。肉を摂っていない人でも牛乳や乳製品、乳化剤などを摂るとガンが増殖する。植物性食品は未精白の穀類やホールフード=一物全体で摂るとガン細胞は減少す

## 虫食い野菜の方が美味しく見える!?

今回は採れたてフレッシュな情報を美食の国イタリアから！ 現地の同世代の友人と「イタリアの野菜と果物は安くていっぱい買える」という話から「売り方」の話になりました。

イタリアのスーパーは世界で最先端の仕組みを持っていて、先日も日本の大手スーパーが研修に来たほど。野菜は種類ごとに籠に入っていて、買いたい分だけ袋にとり、秤にかけて値段のシールが出てきます。籠の中には不揃いで新鮮な野菜がごろごろ。

市場の買い方も同じで、農家さんに言

って欲しいだけをとってもらいます。葉っぱはたまに虫食いがあったり、ジャガイモは泥がついてたり……。

「その方が美味しく見えないかい？ 日本のスーパーは綺麗でカタチが整ってるものがビニール袋に入って並んでいるけ

ど、それは不自然であり美味しく見えないよ。」

確かに。虫食いの葉っぱは気持ち悪い！ と言う人もいるけど、虫が食べたいくらい美味しい。ということだよね。ビ

る。私たちの健康の秘訣は、個々の栄養素の中にあるのではなく、栄養が含まれている植物性食品全体（丸ごと）の中にある。この無数の栄養が私たちの体内で協力し合って作用するとき健康という驚くべきシンフォニーを奏でることになる。」と、このようなものです。

彼はこれをラットの研究で裏付けました。肝臓ガンを発症させたラットに、エサを与える内容によってガン細胞の増殖がどうなるかを調べたのです。

カロリーの20%が動物性タンパク質であるエサを与えると、ガン細胞は急激に増殖しますが、動物性タンパク質を10%以下にすると、増殖が停止しました。さらに動物性タンパク質を5%以下に抑えたラットは長生きで平均寿命を迎えるてもスリムな体つきで毛並もよかったです。この時、先ほどの高タンパク質のエサを与えたラットは全部死んでいました。植物性タンパク質を与えたラットは、全くガンは増殖しませんでした。

この日本の伝統食と食養の正しさを科学的に証明してくれたコリン・キャンベル博士の研究は、世界的に有名ですが、日本ではあまり知られていません。

さらに日本には、ガンを抑えるフリーラジカル食品世界第1位の味噌と第3位の納豆があります（第2位はテンペ）。日本人が本来の伝統食に戻れば、ガンで死ぬ人など出ません。発がん性物質は毎日体に入ってきますが、ガン細胞のエサを全く与えなければ一生発症しないのです。灯台下暗しの現代の日本人は、本当にもったいないことをしています。

ニールに入れたら鮮度も落ちるし、手間もかかるし、見た目が綺麗過ぎる野菜は虫も食べれないくらい農薬を使っている…と思うと、イタリア人の食べ物への見方や価値観は素敵だな、と思ったのです。（中村美月）



上・賑やかな市場のファーマーズ。朝採れたてのものばかりで美味しいそう！  
左・スーパーの野菜売り場。

## 稻刈り始まっています。

### ■東北支援の田んぼ 稲刈り

9月 23日 (日)、29日 (土)

栃木県茂木町の2ヵ所の棚田で稲刈り体験。多くの生物に会える田んぼです。収穫されたお米は、東北の保育園等に届けます。

さです。ご自身でふくらと結んだおむすびと一緒にどうぞ。



初めてでもかっこいいおむすびが。

### ■水口農場 稲刈り体験 & 収穫祭

9月 30日

栃木県大田原市の水口農場で稲刈り体験後、農場で作った作物をふんだんに使った料理をご馳走になります。



水口農場の稲刈り体験の様子

### 田んぼカフェでの教室 (9~10月)

#### ■マコモダケ料理教室

9月 26日 (水)、10月 3日 (水)、10月 12日 (金)

排毒、血液浄化など様々な働きのあるマコモダケを使った料理教室です。

#### ■黒焼き実践教室

10月 9日 (火)

夏の間、体を冷やす食品ばかりを食べてしまって体調を崩している方はいませんか？ 黒焼きは極陽の食品で体を温めてくれます。

#### ■卵・乳製品・小麦粉フリーのお菓子教室

10月 17日 (水)

小麦粉の代わりに米粉をつかって様々なお菓子を作ります。

#### ■食養と手当法

10月 21日 (日)

じつはとっても効能が高い食養法と手当法。これらの手法を覚えることで自分の身体を自分で「治す」力をつけ、薬に頼らなくともよい生活を手にいれましょう！ 日常生活に役立つ情報満載です！



ヨモギの足湯  
師の大友咲男氏  
(左から2番目が講

#### ■命の味噌汁 & おむすび教室

9月 19日 (水)、10月 26日 (金)

美味しい出汁と本物のお味噌でつくったお味噌汁は、驚くほどの美味し

## 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

今年の夏の猛暑は凄まじかったですね。7月中旬過ぎ、神戸と名古屋で真っ昼間の40度を体感しました。身体がほてって、クーラーの効いた建物に入つて冷たいものを飲んでも、心臓パクパクはなかなか收まりませんでした。水口農場で体験した、酷暑の中での畦草取りも半端でなかったです。作業着からは絞れるほどの汗が流れ、頭クラクラ状態。でも差し入れの田んぼで食べたあの冷た〜いスイカの味は忘れられません。一気に体力・気力回復が実感できるから不思議ですね。例年、害虫を捕食してくれる畑のおびただしい数のアマガエル君たちも、この暑さで参ってしまいダウン、農作物が虫にやられているとか。アマガエル君に冷たいスイカを食べさせてあげたい！

(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。



2018年9月10日発行

機関誌「メダカのがっこう」第67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/