



ほんものを たべよう

提出日	1/ 火 水 木 金
	14 15 16 17
配達日	1/ 火 水 木 金
	21 22 23 24
翌々週分配達日	1/ 火 水 木 金
	28 29 30 31

2025. 1月4 週号

Alter Weekly Order Catalogue

オルターの提案

本当に安全な食べものを手渡すために

- 「だれが・どこで・どのようにつくったか」の情報を日本一公開します。
- 「国産」「無農薬」にこだわり、日本の伝統食を守ります。
- 原料段階・飼育段階からポストハーベスト農薬、遺伝子組み換え、放射能汚染、トランス脂肪酸、食品添加物などを徹底的に追放します。
- プラスチック容器・レトルト食品を追放します。

米

自然栽培古代米ミックス

輝く土、水、光、風の中で
米も子どもも育っています

ぽたこの野菜畑

文責 西川 榮郎(オルター 代表)

自然栽培の古代米

大阪府千早赤阪村で、「ぽたこの野菜畑」の亀岡久枝さんは農薬、化学肥料、有機肥料を使わず、自然栽培で米や野菜などを栽培しています。

米は22種類に及ぶ超貴重な古代米、赤米、黒米などの在来種を自家採種し栽培しています。

オルターへはそれらを混ぜて「古代米ミックス」として出荷しています。それら米の混合比は、その年ごとの収穫量によって変わらざるを得ません。

貴重な天日干し

およそ20aある棚田には、いろんな種類の古代米が所狭しと育てられています。育苗、田植え、草刈り、天日干しは機械を使わず手作業です。天日干しは手間がかかり、できる農家がほとんどなくなっている状況では、とくに貴重です。また棚田へは土に還らない資材は持ち込みたくないの、何も投入していません。亀岡さんは単なる米作りではなく、「土」や「お米」が喜ぶお米作りがしたいと思っています。



天日干し

恵まれた自然環境

棚田に使う水は金剛山系の、そのまま飲用できるほどの綺麗な川の水です。山肌に造られた用水溝は、ミネラルたっぷりの水と、今では貴重な黒土を運んできて



くれます。小さな堰から用水で数百メートル流れてきます。この溝掃除や草刈りもお米作りの一環です。

亀岡さんの棚田には、カエル、ホタル、トンボのヤゴや、今では絶滅危惧種になったタガメ、ゲンゴロウ、コオイムシなどの珍しい生物も棲息しています。しかし、風がよく通る棚田で、蚊やブヨなど不快な虫はほとんどいません。



棚田から、遠くに大阪市内も眺望でき、土、水、光、風などがキラキラと輝く、恵まれた自然環境の中にあります。この棚田の環境が、古代米の赤い穂を風にゆらしたいという亀岡さんのお米作りの夢を広げています。

田んぼが自分にやってきた

亀岡さんの実家は和歌山県のみかん農家です。子どもの頃から農業は身近にありました。大叔父は愛農学園農業高校の創立者、初代校長の小谷 純一さんです。お父さんはその影響を受け、早くから有機農業に取り組まれていました。

亀岡さんは大学で栄養士の資格を取りましたが、栄養士の仕事はせず、卒業後は石けんメーカーの研究室に勤めていました。

結婚して子どもが1歳のとき、1坪農園を体験しました。後には少し大きめの貸し農園を借りました。子どもの絵本読みのボランティアで仲良くなった人の稲刈りを手伝った縁で、現地の農園を借りることになりました。

いつしかお米作りを始めていた

オルターのクラインガルテンの元管理者、里田 孝一さん(拙著「あなたのいのちを守る安全な食べもの百



ぽたこの野菜畑の亀岡久枝さん

科②」p.84参照)から、大正時代に岡山県農業試験場が品種改良を行い、日本の良質米の祖先と言われる「旭」を育ててみないかと提案され、その、過度な品種改良をされず多くの酵素を含む「旭」に魅せられ、2018年からその水稲栽培を始めることになりました。

お米作り2年目に、竹アーティスト三橋 玄さんの育てている7種類の古代米の苗をいただくことができました。農薬不使用で土を大切にしてお米を育てている噂を聞いて、届けられた苗や種もみ。このように、22種のお米たちが集まってきました。

すずめの学校

亀岡さんはお米農家になるつもりはありません。思ったよりたくさんのお米が収穫できたので、昨年2024年からオルターへの出荷を始めましたが、本来は子どもたちや大人たちに、土や自然に触れる機会を提供したいというのが目指しているテーマです。子どもたちが「いのち」をいただく意味を理解し、豊かな気持ちでたくましく育てほしいのです。子どもたちの自らやりたいという気持ちを大切にしたいのです。

千早赤阪村の棚田で自然農のお米作り学校「すずめの学校」を昨年から始めました。休耕田を活用しての自然体験、ベンガラ染めなどをしてきました。新たにイベントスペース古民家「すずめのお宿」をオープンします。これまで畑イベント、野草摘み、青空クッキング、かし作り、鳴子作り、キャンプ、キャンドルイベントなど、自然の季節の中で楽しく遊べるイベントをやってきました。今年はお米作り学校「すずめ」の開催も予定しています。

亀岡さんとオルターとの出会いは、オルターのたけのこ生産者、石田ファーム 石田 昌司さん(オルターカタログ2024年4月1週号参照)と亀岡さんが兼ねてから親交があり、石田さんと一緒にオルターを訪ねられたことがきっかけでした。



田植えの様子

ぽたこの野菜畑の 自然栽培古代米ミックス ☆☆☆

●品種

- ◆うるち米 原種旭一号 花のいわや神社奉納米「ふさなり」(かおり米)、美翁稲
- ◆古代米 豊満神社、弥栄鶴、談山神社、戸隠紫、神丹穂、神庭の紅、西海観、すずなり、弁柄、多久頭御魂神社
- ◆赤米 対馬、岡山総社、菜畑遺跡、赤米
- ◆黒米 黒米、原種黒米
- ◆もち米 白髭、紅吉兆、みどり米、原種もち米

●栽培方法

農薬、化学肥料、有機肥料を使わない自然栽培、機械は田起こし、代掻き、脱穀に使うだけで、田植え、除草、稲刈りなど、手作業で行います。天日干し。棚田には土に還らない資材は投入しないように心掛けているため、外からは何も投入しません。