



# ほんものを たべよう

提出日	11/火	水	木	金
	11	12	13	14
配達日	11/火	水	木	金
	18	19	20	21
翌々週分配達日	11/火	水	木	金
	25	26	27	28

2014.11月3週号

Alter Weekly Order Catalogue

## オルターの提案

本場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、野菜 RICE/VEGETABLE

# 食べたあと雑味が残らない 澄んだ味の野菜

農薬、肥料(有機肥料)を使わない自然栽培。

## 石原農園(三重県)

文責 西川 榮郎(NPO 安全な食べ物のネットワーク オルター 代表)

### 良質な水や環境に恵まれた圃場

三重県津市の石原農園の石原 光さんは、雲出川ダム水系の良質な水に恵まれた2ヘクタールの水田と1ヘクタールの畑で農薬、化学肥料はもとより、有機肥料も使わない自然栽培で、米と野菜(大根、カブラ、コマツナ、ヒノナ、サントウサイ、サニーレタス、玉ねぎ、サヤエンドウ、ナス、きゅうり、枝豆、さつまいも、かぼちゃ、ネギなど)を栽培しています。

食べたあと口の中に雑味が残らない澄んだ味の野菜や米が自慢です。硝酸イオンも心配のないすばらしい野菜です。

### チェーン除草

稲作における除草には、もちろん除草剤は使いません。苦労の末チェーン除草にたどり着きました。田植え後1週間目に田んぼでチェーンを引きます。草の芽は水に浮いてきます。このチェーン除草を年間3~4回行っています。

自然栽培は米より野菜の方が難しいと考えています。これまで先人の知恵に学び、試行錯誤をくり返しながら、現在の技術に達しました。



※野菜の写真はイメージです

今後は、種子の問題が大切だと考え、自家採種を始める予定です。米の乾燥においても発芽力を残すよう乾燥条件に注意していただきます。

### 子どもたちの健康が 食べもので破壊されている

石原 光さんはかつて堺市の府立高校で英語の教師をしていました。何千人という生徒に接し、生徒たちの体力、気力が昔の生徒と比べて明らかに低下してきていると見てとりました。

そんなとき食事の大切さを説く桜沢 如一の弟子、大森 英桜さんに出会い、生徒たちの健康障害の主な原因が食べものであると確信し、土に戻り、健全な作物を生産することこそが自分の使命だと考え、10年間就いていた教職をやめることにしました。

### 人生は遊び、金はなくとも何とかなる

1986年の3月、預金はなく、退職金の200万円を持って、三重県の白山町で有機農業をしている青年のところの納屋に居候をしながら農業を学び始めました。やがて独立して、現在地で農業に取組みました。桜沢先生曰く「人生は遊び、金はなくとも何とかなる」という言葉に共鳴し、農業はおもしろい仕事だと考えていました。

最初は鶏糞やEMを控えめに使う有機農法から始めましたが、「ワラー本の革命」の著者の福岡 正信さん、自然農の川口 由一さんの影響を受け、「肥料はやらん方がよい」と考え、自然農法を試みていました。



石原 光さん

### 自然栽培に自信

しかし、土ができていないためか、なかなか満足する結果が出ず、やはり堆肥を与えなければだめなのかと諦めかけたときもありました。そんな石原さんにとって大きな転機となったのは、青森で自然栽培のリンゴに取組む木村 秋則さんのことを知ったことでした。木村さんのリンゴは3年たっても朽ちるだけで腐りません。リンゴのほかに米、野菜でも無肥料の自然栽培で結果を出しています。

むさぼるように木村さんの著書を読み、その成功の理由を探りました。そして、地温のこと、耕盤のこと、麦や大豆を活用することなどを学び、自然栽培の道にやっと光明を感じられるようになりました。気がつくとも農業を志してから30年近くが過ぎていました。2012年には自然栽培全国普及会という組織が発足しました。その創立メンバーの石山 範夫さんの一番弟子を自負しています。

石山さんは秋田県大瀧村で20町歩の水田を自然栽培しています。オルターカタログ2014年6月4週号でご紹介した大瀧村自然栽培普及会の創立者です。

### これからの活躍に期待

石原さんは自らの技術はまだ未熟ですが、そう遠くないうちに栄養価のある、立派な作物を会員の皆様の食卓へ届けられる日がくると考えています。単品出荷はもとより、セット野菜で石原さんがオルターで大いに活躍される日はすぐそこまで来ています。

石原さんとオルターとの出会いのきっかけは、石原さんが雑誌でオルターの活動を知ったことからでした。国が本来率先してやらなければならないことに意欲的に取組んでいるオルターの活動に大きな期待を寄せていただいています。

## 石原農園の自然栽培 米、野菜 ☆☆☆

### ●栽培品目

米、野菜(大根、カブラ、コマツナ、ヒノナ、サントウサイ、サニーレタス、玉ねぎ、サヤエンドウ、ナス、きゅうり、枝豆、さつまいも、かぼちゃ、ネギなど)

### ●防除

農薬の使用ありません。  
除草(水田)はチェーン除草

### ●肥料

化学肥料、有機肥料など肥料の使用ありません。