



楽農学校OB会だより

第45号2023年8月



楽農を生活の中心に

兵庫楽農生活センター長 岩見昌典

楽農学校OB会の皆様には、各種イベントへの協力や楽農生活実践者の紹介など大変お世話になっております。

令和5年4月からセンター長を拝命しております岩見昌典です。とはいっても、この職場は2回目で、ご存じの方もいらっしゃるのではないかと思います。改めましてよろしくお願ひいたします。



さて、「楽農生活」とは言葉のとおり農に親しむ生活スタイルという意味です。では、なぜこのようなことを県が普及啓発する必要があったのでしょうか。

昔の日本では、全世帯に占める農家の割合は37%（昭和25年）と多かったので普段の生活をすれば農業や農村のことは知ることができました。しかし、今や、農家の割合は5%（平成22年）とごくわずかになり、農業や農村のことは意識してその情報を取りにいかねば知ることは出来なくなりました。農家の家族内でも次世代に引き継がれることが無くなりました。

一方で、食料自給率（カロリー）は、年々減少し令和3年で38%と40%を切る状況が続いています。そのうち兵庫県の自給率は15%と国全体より大幅に低く、国内でも他地域に大きく依存しています。

また、消費者は農家に沢山買って自分の住む地域で販売してほしいと言い、農家は儲からないので高齢化が進み担い手が不足していると言います。それぞれが一方的な主張に終始し、お互いの理解が進んでいない状況です。

農業は農家のためだけのものでも消費者だけのものでもありません。お互いがどうすればよいかを考えられる状況を作り出す必要があります。そのため、農業や農村を知らない人が少しでも農業・農村にかかわる方法として「楽農生活」を提案しています。

野菜作りを趣味で楽しむ、職業として農業に取り組む、地元のおいしいものを購入する、農村で暮らしてみる、農家と消費者の仲立ちをする等それぞれの方に適した農業や農村とのかかわり方を見つけ行動することが「楽農生活」であると思います。

2年前から楽農学校OBの皆様の活動を「私の楽農生活」と題して取材し発信していますが発信数はごく一部です。OB会の皆様には、それぞれの楽農生活のすばらしさをどんどん発信していただくことをお願ひいたします。

そして、農業・農村が県民の大切なものとして意識されるような豊かな兵庫県になればいいなと思っています。

～私の楽農生活～HP アドレス

<https://hyogo-rakunou.com/usage-guidance-jissensya.html>



これぞ持続可能な農業！ 弓削牧場 施設見学会レポート

4月23日、神戸市北区にある弓削牧場の施設見学会を実施しました。

この日は快晴。牧場や牛舎、ビニールハウス、消化液精製施設などを牧場長にご案内してもらいました。

この牧場では約50頭の牛を飼っていますが、放牧を行っているので山など好きな場所でゴロゴロしているのが特徴的です。

そしてここが導入したのは搾乳ロボットシステム。牛が搾乳場所までやってきて、自動で吸引装置が装着されて搾乳を始めます。搾乳完了まで人の手を介しません。これにより、搾乳の労力を大幅に軽減することができ、牛がストレスを感じることなく快適に生活できるようになっています。



そんな牛たちのふん尿は1頭で約50kg/日もの量になるため、このふん尿を有効活用することは非常に重要です。

弓削牧場では、このふん尿から牛糞堆肥と消化液を作っています。消化液は有機 JAS 資材認定されたバイオガス液肥で、濃い緑色をしたドロドロとした液体です。

この日、野菜を栽培しているビニールハウスの中では、消化液を原液のまま作物の株元へドロリとかけていました（薄めて使う場合もあるそうです）。

野菜を一口かじらせてもらいましたが、この消化液を使って育てた野菜は非常に味が濃くて、スーパーで売っているものとは一線を画すものでした。弓削牧場の野菜が高級レストランに採用され、消化液で育てた酒米・山田錦が特Aと評価されたのもわかる気がしました。



実は、この消化液の効能は科学的にまだよく判っていないとのこと。

とはいえ「消化液が土の中の菌を活性化させている（牧場長談）」のは間違いのないようです。

さて、見学後は併設レストラン「チーズハウスヤルゴイ」での昼食です。メニューは地鶏のハーブ焼き、ホエイ（チーズを作るときに出る上澄み）で作ったスープ、生チーズ、カフェオレ、デザートでした。

添えられている野菜は前出のビニールハウスで作られたものが使われ、ライスは中西指導員が消化液を使って育てたお米が使われていました。



この牧場で採れた乳製品や野菜が使われた料理はどれも新鮮で美味しかったです。

弓削牧場では牛のふん尿を有効に利用し野菜を生産することで持続可能な農業を実践しており、牛たちの健康と環境保全を考えた経営をしていることも伝わってきました。神戸市からSDGs大賞に選ばれたのも納得です。

美味しいランチで舌鼓を打つとともに、今回の見学会を通じて、土作りの大切さや循環型社会の実現について改めて考えさせられました。

総会開催の見送り

8月の末には皆様とお会いできる機会でもある「総会」を準備してきました。

しかし、新型コロナウイルスの終息が見られず、油断出来ない現状を踏まえて昨年に続き今年も「総会」の開催を見送らせていただきます。

つきまして、別紙お届けしました下記「資料」をもちまして総会における報告とさせていただきます。

ご了承くださいますようお願いいたします。

- ・前期（令和4年7月1日～令和5年6月30日）の決算報告
- ・今期（令和5年7月1日～令和6年6月30日）の活動計画案・予算書案
- ・役員名簿

秋の行事予定案

秋の感謝祭

日時：11月12日（日） 10：00～

★出店用食材作り 日時：11月11日（土） 8：30～

★広報・食材などの販売活動 日時：11月12日（日） 8：30～

※上記行事のご協力・ご参加は別紙の申込用紙でお願いします。



諸般の事情により、変更・中止などの場合があります。ご了承ください。

その他、「農場見学」「研修会」などを計画しておりますので、決定次第、お知らせさせていただきますので、その際にはご参加ください。

会員状況の報告

◆数年前より「e 会員」の推進活動を行ってきました。

ネットを利用したコミュニケーションツールで 郵送料経費の軽減と情報の迅速化・効率化を目指してきました。おかげさまで沢山の皆様のご理解とご協力をいただきました。

よって、昨期より入会時に入会金¥1,000をお支払いいただくだけで年会費はなくすることが可能となりました。ありがとうございました。

ご意見やご提案等ございましたら、rakunouob@rakunouob.sakura.ne.jpまでお知らせください。



楽農学校 OB 会のホームページ（ブログ）のご案内

PC やスマートフォン・タブレットからご覧ください。

楽農学校 OB 会 ホームページ <https://rakunouob.sakura.ne.jp/blog/>



ベジフルハッピー♪ みんな大好き「モモ」(バラ科)

原産は中国北部、黄河上流に広がる標高 700～2,000mの高原地帯。紀元前 1～2 世紀に中国からシルクロード経由でペルシャに渡ったことから学名が「Prunus persica」、英名の「Peach」は「ペルシャ」が語源です。

中国では、伝説の中に登場する長寿の女神が大事に育てていた果物がモモの「蟠桃^{ばんとう}」で、「西遊記」の孫悟空も「蟠桃」を食べて不老長寿になったことから、モモは「不老不死」、仙人が食べる「仙果」、木の生長が速いことから「魔よけの力がある」と信じられてきました。

日本には 2000 年以上前に中国から渡来。弥生時代初期以降の遺跡からモモの核が数多く出土され、また桃の節句や桃太郎伝説としても親しまれてきました。

収穫時のモモは少し硬いので涼しいところで追熟させ、果肉が軟らかく香りがしてきたら冷蔵庫に 2～3 時間入れて食べるようにしましょう。(冷やし過ぎると甘みが落ちます)

効能としては植物繊維、カリウム、クエン酸などが豊富で、腸内環境を整え疲労回復が期待でき、おまけに 100 g あたり 40kcal と低カロリーなのでダイエット向きです。

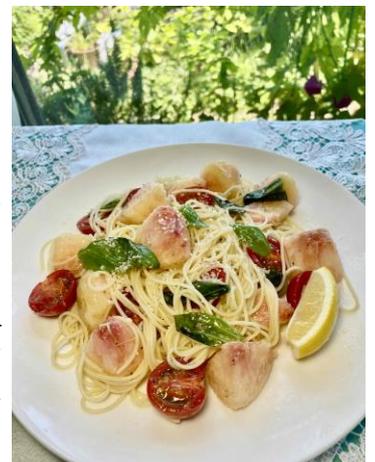
参考文献：花図鑑「野菜+果物」、育ててあそぼう「モモの絵本」

【モモの冷製カッペリーニ(極細パスタ)】 2人分

《材料》モモ…1 個、プチトマト…10 個、バジルの葉…10 枚、オリーブオイル…大さじ 3、酢…大さじ 1、ニンニク(すりおろし)…1/2 片、レモン…1/2 個、塩・粗びき黒コショウ…少々、カッペリーニ(0.9～1.3mm未満の細いパスタ)…140 g、粉チーズ…お好みで

《作り方》①モモは割れ目に包丁をまわし入れねじって 2 等分(アボカドの要領)にし皮をむいて全体で 8 等分のくし切り、更に 2～3 切りにする。プチトマトは半分にカット。バジルは手でちぎる。レモンは飾り用を除いて絞る。②ボウルにオリーブオイル・酢・ニンニク・レモン汁・塩コショウ、①を加えて混ぜ合わせ冷蔵庫で冷やす。③カッペリーニは茹でて氷水でしめザルにあげ水けを切り、②に加えてよく混ぜ込み器に盛り、お好みで粉チーズをかけて食す。

生バジルとカッペリーニが断然お勧めですが、カイワレや細うどん、素麺でも代用可です



お店で食べる冷製パスタを自宅で作って 暑い夏を乗り切りましょう！ 文・写真：野菜ソムリエ 今井美和子



7月8日(土) 楽農学校「生きがいコース」の講義で今井さんが講師を務められました。

受講生の栽培した野菜をそれぞれが持ち寄り、今井さんのレシピで野菜メニュー13品目を作った料理を、皆で調理室でいただきました。

収穫したての野菜を調理するので美味しくおいしいですね。

〒651-2304

神戸市西区神出町小東野 30-17 楽農生活センター
楽農学校課「楽農学校 OB 会」

電話：078-965-2047

FAX：078-965-2659

MAIL：rakunouob@rakunouob.sakura.ne.jp

ホームページ：<https://rakunouob.sakura.ne.jp/blog/>

編集後記

ここ最近、病虫害・鳥獣害などが多発しております。

ご注意ください。

とはいっても、秋がそこまで来ており、秋冬野菜の準備でお忙しいかと思えます。

どうか負けずに立派な農作物を作ってください。