



# 丹波だより

2022年3月号 NO.45

春が近づいています。桜も芽吹き準備、モクレンは綿帽子が大きく膨らんでいます。もう間もなくです。

丹波では、例年になく雪景色が増え、動物たちも、雪の中で震えています。1月には遠い南の海で海底火山が爆発しました。地球の鳴動が聞こえるようです。これからも、気候変動が大きくなっていきそうです。この夏は、『冷害』に注意しなければなりません。

でも、空を見上げれば「濃い青々とした、澄み切った空」そして、その間を、ジブリ作品に出てくるような、「しっかりとした真っ白な雲」がゆっくりと流れていきます。やはり、地球はますます元気に再生しているように思えます。人間にお構いなく、または、成長を促すように。そんな空気感があたりを覆います。野菜たちも、雪に押しつぶされそうになりながらも、ますます、はつらつと元気に成長しています。あとは、人間次第でしょうか？

日本では、若者たちを中心に都市離れが起こっています。郊外へ、

地方へと引っ越しています。

その多くは「自然に触れたい。」

「自分たちの子どもたちを自然の豊かなところで育てたい。」また、農業に取り組もうとしている人も多いようです。

片や「家庭菜園」で、「副業」として。

他方「本業」として。



そういった社会的気運の中にあって、ジェイ農園としても、新人の受け入れや、新規就農者への研修のお手伝い、可能な範囲での支援、そして横繋がりを大切にして販売を効率的に行ない、お互いに少しでも収益性を上げ、生活が立ち行くようにする『紫陽花クラブ』を立ち上げようとしています。

ジェイ農園の次年度のテーマは『繋がる』です。「袖すり合うも他生の縁」そのことを必然ととらえ、一時期でも、ずっとでも、いつでもお互いに繋がって相互に共生、共同、協賛、協調、共助をモットーにしようと考えています。

「『祭り』もやろう、子ども達も交えて『農業体験』もやろう、そしてその輪を大きくしていこう。連帯しよう。」でも、「誰も偉い人を作らず、祭り上げず、平たく、平たく、平等に、自由に、すがすがしく。」を目論んでいます。

そして、「ジェイ農園」の社訓は、「隠さず」「騙さず」「誤魔化さず」「わからなかったら聞く」「おかしければ糾す」です。実は、大人より小学生・中学生の方が「この話」素直に納得です。この「世代間ギャップ」に現代社会の歪み（不自然さ＝納得のいかない）が現れているような気がします。『大人の世界』は、難しく、わかりにくく、複雑で、引きこもりにもなります。

このような分かりにくい世の中であるからこそ、「明々白々」「正々堂々」「旗幟鮮明」胸を張って、昔、祖父母が口にしていた「お天道様が見ている」を素直に実現していきたいと思います。 (文責：社)

## ゲノム編集って？ 遺伝子組み換えって何？

2020年の12月、「ゲノム編集※1」食品の第1号として、GABA(ギャバ)※2を多く含んだトマトが国に承認されました。

この「ゲノム編集」というのは、「遺伝子組み換え」と何が異なるのでしょうか。簡単にいうと「ゲノム編集」は、例えばトマトの遺伝子だけを切りとって、元の性質を変更したトマトをつくること。一方「遺伝子組み換え」は、トマトに他の動植物の遺伝子をもってきて付け加え、元々トマトにはなかった性質を加えるというものです。

どちらも遺伝子を操作するという点では同じです。ただゲノム編集は、外から別の遺伝子を持ち込まないという点で従来の品種改良と変わりなく、新しい育種方法の1つだと位置づけられています。

自然界で偶発的に起こる突然変異だけでなく、化学薬品を使用したり、放射線を照射したりして人工的に突然変異を起こして品種改良がなされてきました。そうして作られたお米の「ミルキークイーン」「キヌヒカリ」が普通に食べられているように、ゲノム編集食品も、安全審査や「これはゲノム編集で作られたトマトですよ」という表示義務もなくとも安全に食べられるものと厚労省は発表しています。

しかし、一方である研究者は、意図しない改変が行われてしまうリスクの検証は不十分で、また、それが人為的か自然に起こったものなのか、後から見分けがつかないと言います。

自然の中で起こる突然変異と人為的に起こす突然変異が同じだという考えには違和感を覚えますし、遺伝子という生命をつかさどる情報を人間が操作するというのは慎重になるべきだと思います。ジェイ農園は、今後も遺伝子組み換え食品はもとより、ゲノム編集の作物の栽培は行いません。

ただ、今回のトマトのように、「ゲノム編集」トマトと銘打って種子や苗が販売された場合は、生産者も選択できますが、それが公表されなかった場合、従来のトマトと同じように栽培してしまう可能性があります。そうなってくると、今まで以上に「在来種」「固定種」というものが重要になってきますので、より大切にしていきたいと考えています。

※1 ゲノムとは生物の全遺伝情報のことで、遺伝子を書き換える技術がゲノム編集

※2 血圧を下げ、心をリラックスさせる成分の通称

(文責:上野)

# 2022年3月ジェイ農園出店予定

どこかに貼ってお使いください♪

日	月	火	水	木	金	土
		1	2 淀屋橋オドナマルシェ	3 ミオソラマルシェ	4	5 ろっこうおーがにつく市
6 林自動車 MAINDISH DELICATESSEN	7	8	9	10 ミオソラマルシェ	11 中之島直売所	12 灘区桜ヶ丘町
13 西宮 ciao_mami MAINDISH DELICATESSEN	14	15	16	17 ミオソラマルシェ	18 中之島直売所	19 ろっこうおーがにつく市
20 林自動車 MAINDISH DELICATESSEN	21	22	23 淀屋橋オドナマルシェ	24 ミオソラマルシェ	25	26 灘区桜ヶ丘町
27 西宮 ciao_mami MAINDISH DELICATESSEN	28	29	30 淀屋橋オドナマルシェ	31 ミオソラマルシェ		



弊社では採れたての野菜やお米等をマルシェや店舗様等の軒先にて出張販売をさせていただいております。

ぜひお近くのお店にお立ち寄りくださいませ。スタッフ一同心よりお待ちしております。特別販売価格のお品等もご用意しています。ご自宅へのお届け等もさせていただきますので、スタッフにお気軽にお声がけくださいませ。

※マルシェ等は、コロナ禍による緊急事態宣言やまん延防止等重点措置等に伴い、主催者様のご判断によりやむなく中止となる場合がございます。弊社のFacebookやInstagram等にて事前にご確認いただきますようお願い申し上げます。

ホームページでは、野菜セットの販売やお米の販売等を行っています。QRコードからスマートフォン等で手軽にご覧いただけます。出店等のご希望の主催者様もお気軽にお問い合わせくださいませ。

●連絡先 ご注文も、出店のお問い合わせもいずれも承ります♪

メールアドレス: [tamba@j-farm2009.com](mailto:tamba@j-farm2009.com) 電話番号: 0795-75-2250



▲野菜セット



▲お米



スマートフォンのQRコードリーダーを立ち上げて読み込んでお使いいただけますと、弊社ホームページを簡単に開くことができます。どうぞご利用くださいませ。

## 販売店

各店にてジェイ農園の作物を販売していただいています♪

- ココモ春日店様 兵庫県丹波市春日町七日市648
- JA丹波ひかみ「とれたて野菜直売所」様 兵庫県丹波市氷上町市辺440
- Fu-do\*Foods様 兵庫県宝塚市中野町1-7-101
- ナナファーム須磨 兵庫県神戸市須磨区外浜町1
- ゆば工房「半升」様土曜市 京都府京都市中京区麩屋町通竹屋町西入ル笹屋町727号 ※こちらは土曜日のみ
- エコスペースゆう様 大阪府大阪市天王寺区勝山2-19-1

## イベント出店


マルシェや出張販売も行っています♪

### ◇マルシェ

- ミオソラマルシェ様 12:00-19:00  
場所: JR天王寺駅公園口  
日程: 3/3(木)、3/10(木)、3/17(木)、3/24(木)、3/31(木)
- 中之島直売所様 11:00-19:00  
場所: フェスティバルプラザ地下1階  
地下鉄淀屋橋駅から徒歩5分  
日程: 3/11(金)、3/18(金)
- 淀屋橋オドナマルシェ様 14:00-19:00  
場所: 淀屋橋odonaビル正面入口前(地下鉄淀屋橋駅直結)  
日程: 3/2(水)、3/23(水)、3/30(水)
- ろっこうおーがにつく市様 10:00-13:00  
場所: 兵庫県神戸市灘区八幡町4-9-22 神戸学生青年センター  
日程: 3/5(土)、3/19(土)

### ◇出張販売

- 林自動車様整備工場前 10:00-13:00  
場所: 兵庫県神戸市灘区烏帽子町3-1-16  
日程: 3/6(日)、3/20(日)
- ciao\_mami様店頭 10:00-13:00  
場所: 兵庫県西宮市上甲子園3-6-11  
日程: 3/13(日)、3/27(日)
- 灘区桜ヶ丘町「ちいさなとしょかん」様前 10:00-13:00  
場所: 兵庫県神戸市灘区桜ヶ丘町親和中学校西側  
日程: 3/12(土)、3/26(土)
- MAINDISH DELICATESSEN様 15:00-17:00  
場所: 兵庫県芦屋市翠ヶ丘町7-10  
日程: 3/6(日)、3/13(日)、3/20(日)、3/27(日)



## 連載 “まひるの月より” 菜の花、いろいろ。

春の訪れが待ち遠しい今日この頃ですが、皆さまいかがお過ごしでしょうか？今回は今が旬の、菜の花について掘り下げていきたいと思います。

まず前提として菜の花には、食用、油用、観賞用の3つの種類があり、それぞれ品種が異なります。そして最大のポイントですが、実は菜の花という植物があるわけではないのです。アブラナ科アブラナ属の植物が咲かせた花を、まとめて「菜の花」と呼びます。これ、結構知らなかった方も多いのではないのでしょうか？

スーパーなどでよく見かける菜の花は、基本的に和種(在来)と西洋種の2つに分けられ、前者は花茎とつぼみと葉を、後者は花茎と葉を食べます。ちなみに在来種は葉っぱに黄色みがあります。

ジェイ農園では、他にもたくさんの種類の菜の花を育てています。例えば、カイラン(中国広東地方が原産で、結球しないキャベツの一種です。チャイニーズケールあるいはチャイニーズブロッコリーとも呼ばれています。)や、サイシン(原産はヨーロッパとされていますが、中国野菜として知られ、若い葉茎や花芽を食用とします。)、あるいはアスパラ菜(こちらも中国野菜。暑さに強いサイシンと、寒さに強いコウサイタイを交配させた新しい品種で、菜心や紅菜苔と同じく、とう立ちした茎葉と花芽を食べます。)、ノラボウナ(東京都西部から埼玉県飯能市周辺で古くから栽培されており、セイヨウアブラナの系統とされています。)などなど。

一口に菜の花と言っても、様々な種類があることを知っていただけましたでしょうか？実際に食べ比べてみると、どれも結構違う味なんです。個人的なオススメはアスパラ菜とノラボウナ！特にアスパラ菜は茎の歯ごたえや風味がアスパラガスと似ていて、面白いですよ。機会があれば是非、お試してください。それでは、また次回～！寒い日が続きますが、体調等崩されぬよう、くれぐれもご自愛くださいね。



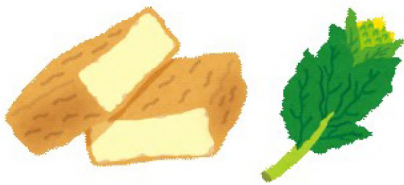
# 菜の花と厚揚げの

## 辛子味噌炒め

*Fried canola flower and atsUAGE*

### 材料 (2人分)

- ・菜の花……………1袋
- ・厚揚げ……………1丁
- ・練りからし……………20g
- ・味噌……………100g
- ・砂糖……………小さじ1
- ・日本酒……………大さじ1
- ・醤油……………大さじ1
- ・胡麻……………ひとつまみ



### 作り方

- 1 菜の花を洗い、4cm幅くらいに切る。
- 2 厚揚げを油抜きし、一口大に切る。
- 3 フライパンにお好みの油を入れ、厚揚げを軽く炒める。
- 4 2～3分ほど経ったら、菜の花を加えて更に炒める。
- 5 菜の花がしんなりしたら、あらかじめ混ぜておいた調味料を全て加え、全体に絡めながら軽く炒める。
- 6 仕上げに胡麻をふりかけたら、完成！

今回は粉からしを練って使用しました。チューブのものとは少し辛さが違うと思うので、お好みで調節して下さい。(ちなみに粉からしは水で練るだけで直ぐに使えて、添加物も含まないのでオススメです)菜の花のほのかな苦みと、からしの辛さがマッチして、それを味噌がしっかりと受け止めてくれています。また、厚揚げでボリューム感もアップしているので、意外とがつつりイケちゃいます。ぜひお試しください♪

## ジェイ農園について

### ✓ ジェイ農園の由来

2009年、もともと兵庫県姫路市の学習塾のメンバーであったメンバーが一念発起、「本物の食」をめざし、仲間の支援を受けながらスタートしました。「固定種」「自然農法」へのこだわり、「突然大発生する虫や病気」との悪戦苦闘。そしてようやくたどり着いたのが「自然微生物農法」です。

### ✓ ジェイ農園がめざすこと

おびただしく酸性化した自然環境を微生物の力を借りて中性に戻し、本来の力強く生命力にあふれた圃場を再生したい。その土壌が育む生命エネルギーの充満した作物を「基本の食材」として広めたい。子どもたちのアトピーや昔ではありえない病気を自然の力で克服していきたい。

## 農作物のオンライン販売

### ✓ お米のご注文はこちらから！



### ✓ 野菜セットのご注文はこちらから！



## 最新情報

「いいね！」や「フォロー」  
お待ちしております！

### ✓ Instagram



@j\_nouen

#ジェイ農園

### ✓ facebook



@jnouen

自然との共生をめざす

ジェイ農園

〒669-4274 兵庫県丹波市春日町棚原78

TEL 0795-75-2250

FAX 0795-75-2251

MAIL [tamba@j-farm2009.com](mailto:tamba@j-farm2009.com)

WEB <https://www.jnouen.com/>