

# 丹波だより

2023年10月号 NO.64

「神無月」今年も10月、秋本番です。空はどこまでも高く深く青く蒼く碧く底抜きの青さです。その空の下をドーンと響き渡るような大きな白い雲の塊が、いくつも、幾重にもゆっくりと悠々と横切っていきます。空を見ていると人間世界のごたごたなど、本当にどれほどのものかと心底思い知らされるのですが・・・。

さて、いよいよ『豊穰の秋・収穫の秋』です。でも、どうなる事でしょう？ ここ数年、天候の変動が激しく、雨、気温、日照、ベテランの農家でも予測しがたい状況が続いています。

無農薬・無化学肥料・無除草剤で作物を育てているジエイ農園の栽培チームも本当に「しんどい」状況です。しかしながら、そういった環境条件下でも、自然農法で何代か経た自家採取の種は(同じ固定種であっても)購入した種に比べ、やはり格段に初期生育がよく、豊作にはならないとしても「強い」と言えるそうです。ニンジンであれば発芽が早く、勢いも、揃い方も良かったですし、ナスであれば、代を継いできた緑ナスは、他のナスが大変な時にも着実に収穫出来ました。特に初期段階の生育は格段に順調でした。

勿論このような異常気象の時でも、「化学肥料」や「農薬」を多用すれば品不足も何とか補えるのかもしれませんが、しかしながら、もっともっと自然栽培の農家が増

えて、自然栽培の「農業技術の研究開発」ならびに「栽培成果に関する情報ネットワーク」が政策的にもバックアップされ、皆が協力拡大すれば、こういった異常気象下でも安全、安心な食生活の維持が図れるのではないかと思います。

話は変わりますが、世界は動いています。もはやBRICSの拡大は止めようもなく、2024年初頭には人口でも、GDPでもG7を上回るそうです。ドル離れも加速し、すでに97か国がドルから離れたと言われています。

そういった世界情勢の中、日本はどのようなのでしょうか？「汚染水(当局は『処理水』と言っていますが)」の海洋放出、石油製品の最終処分場(エネルギー、薬品、化粧品、農薬、食品添加物、プラスチック製品に至るまで)としての位置づけは、環境問題が取り沙汰されている今でも継続中？「円安」でドルを最後の最後まで支え続ける日本。それだけ、深く深く世界の支配構造に取り込まれていたということですね？

本当に「歴史」というもの、「真実」ということ、「知る」という行為、「本物の情報にたどり着く」ことは、受け身では到底できないということを実感します。また、これだけ国内の世論が二極化してしまうこともすごいことです。

いずれにせよ、このまま進む訳もなく。おそらく、今の「真実」を知ろうとする人と、今のまま過ぎていく人との大きく分かれていく事になるのでしょうか。

どうなるうとも、私たちジェイ農園は前を、未来を向いて生きていくしかなく、農業の営みを中心として、多くの心ある人たちと連携して、助け合って生きていくのみです。できる事なら、大変な未来を担う子どもたちに少しでも、汚染されていない農地や、空気、自然、そして農業技術を伝承できるなら本望だと思います。

この難局の乗り越え方(人間同士どう行動し、どうつながり、何を相互になそうとするか)が、宇宙的にも、地球的にも、理に適っておれば、「大難」を「小難」にそして「無難」に変えていく契機となるのでしょうか。そして、そのまま新時代へと突入していく事になるのではないのでしょうか？

はっと気が付けば、まさに『新時代』となっているのでしょうか？

(文責:社)

# 「赤芽大吉」と「石川早生」の違いを深掘り！！



赤芽大吉



石川早生

## まずは「里芋」の原産地と日本伝来について

▷ 里芋はインド東部～インドシナ半島が原産地です。日本には中国を經由して縄文時代中期に伝来したと言われています。現代では「じゃがいも」と「さつまいも」の方が身近な存在ですが、実はそれらが日本にやって来たのは江戸時代。それ以前は芋といえば里芋を指すくらいで、親芋にたくさんの子芋がつくことから子孫繁栄のシンボルとされていました。山で育つ「山芋」に対して里で収穫できることから「里芋」と呼ばれていたそうです。

## 「赤芽大吉」の見た目と味、おすすめの料理を教えてください！

▷ 「赤芽大吉：アカメダイキチ」は暖地栽培に適しており、主に鹿児島県を中心とした九州地方で流通している里芋の一種です。旬の時期は9月～1月で11月～12月ごろに収穫のピークを迎えます。芽が赤く皮も少し赤みがかっていますが、中身は白くて肉質が柔らかいのが特徴です。粘りが少なくホクホクとした食感を楽しむのがオススメ！長時間火にかけると煮崩れしてきますので田楽やコロッセなどの料理に向いています。子芋だけでなく親芋も食べることができ、親芋は小芋より更に粘り気が控えめであっさりとした味わいです。

## 「石川早生」の見た目と味、おすすめの料理を教えてください！

▷ 「石川早生：イシカワワセ」は里芋の代表的な品種のひとつです。大阪府南河内郡の石川村（現河南町）が原産地とされる早生品種であることから名付けられました。現在も主に関西を中心に育てられており、早い地域では7月から収穫が始まります。基本的には子芋を食べ、つるりとして粘りのある食感と淡白な味わいが特徴で、他の品種に比べると小ぶりです。食べ方としては「きぬかつぎ」が有名です。「きぬかつぎ」とは、皮つきのまま茹でた（蒸してもよい）里芋に塩を振っていただくシンプルな料理。十五夜の月見はイモ名月とも言われ、かつては中秋の名月（旧暦8月15日）にお供えしていたそうです。

（文責：まひる）

# ジェイ農園の「丹波名産・黒枝豆収穫体験会」

◇丹波・春日の自然栽培の農地で育った名産品のひとつ、『丹波・黒枝豆』の収穫体験をしていただきます。収穫後は、採れたての黒枝豆の試食もさせていただきます。  
安心・安全な圃場で土に触れ、採れたての『丹波・黒枝豆』の味をぜひご体感ください。皆さまのご参加をお待ちしております！



◇開催日程:2023年10月14日(土)

※雨天順延。

順延日:翌日10月15日(日)

◇集合場所:兵庫県丹波市春日町棚原73-1  
ジェイ農園事務所・作業場前

◇集合時刻:9:30受付

◇収穫場所:ジェイ農園圃場内

丹波市春日町の田園風景の中、圃場まで歩いて移動していただきます。到着後、栽培担当スタッフから黒枝豆の収穫方法の説明があり、その後、収穫をしていただきます。収穫方法は栽培のベテランスタッフのご案内いたします。最後に採れたての黒枝豆の試食を行います。

◇解散時間:12:45頃

◇持ち物 :長靴、軍手(ビニール手袋はご用意しています)、汚れても良い服装、帽子、タオル等。

麦茶や水をご用意していますが、必要な方は水分補給用の飲み物をご用意ください。

◇参加料金:中学生以上お一人につき3,500円(税込)  
黒枝豆(枝付)のお土産付

※小学生以下無料です。

※なお、お子様だけの参加はご遠慮くださいませ。

※参加費は当日受付にてお支払いくださいませ。



◇お申込み方法:お電話にて承ります。上限人数がございますので、先着順にて受付させていただきます。予めご了承くださいませ。ご希望のお客様はお早めにお申し付けくださいませ。その他、お問い合わせにつきましてもお電話にて承ります。※受付の締め切りは10月7日(土)です。但し、ご参加人数が上限に達した場合は、早く締め切らせていただくことがございます。予めご了承ください。

●電話0795-78-9041 担当:砂田

※受付時間:9:00~18:00 月~土曜日

※お電話の際、番号のお間違えの無いようご注意ください。

《お願い》

●公共交通機関でのご来場の場合、JR福知山線「黒井駅」にスタッフがお迎えに参ります。お電話での受付の際にお申し付けください。

●受付の際、次の内容をお尋ねいたします。

①ご参加者様のお名前(ご参加人数分のお名前[フルネーム]をお伺いいたします。)

②ご参加者様の年齢(高校生、30代、40代等でご回答ください)

③お電話番号(お昼間に繋がりやすい番号をご教示ください)

④ご住所

⑤ご来場時のお車の種類。軽自動車、普通車等でお答えください。

●お車でご来場の場合

ジェイ農園へは、舞鶴若狭自動車道「春日」インターチェンジで下り、国道175号線、県道69号線経由で春日インターチェンジから約5分の位置。詳しくは、ご参加者様にお届けするイベントチラシをご覧ください。

ジェイ農園まで大阪中心部から中国自動車道、舞鶴若狭自動車道経由で、約1時間40分かかります。神戸中心部からですと約1時間10分かかります。集合場所に駐車場がございます。そちらをご利用くださいませ(無料)。

◇その他

貴重品を入れるロッカー、お着替えをしていただくところをご用意しています。なお、シャワールームはございません。予めご了承ください。近隣の日帰り温泉のご案内をご用意しております。

10月に採れる『本黒』と呼ばれる黒枝豆は、収穫時期で味が異なります。当日、希少な白大豆「あけぼの」という品種の枝豆と、当日採れた黒大豆の食べ比べを行います。産地でしか味わえない『本黒』をぜひお楽しみください！

# 2023年10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	3	4	5 ミオソラマルシェ	6	7 あしやオーガニックマルシェ ろっこうおーがにつく市 マメヒコ神戸店
8 (株)今井商会 MAINDISH DELICATESSEN.	9	10	11	12 ミオソラマルシェ	13	14 黒枝豆収穫体験会 ろっこうおーがにつく市 マメヒコ神戸店
15 (株)今井商会 MAINDISH DELICATESSEN.	16	17	18 元町水曜日	19 ミオソラマルシェ	20	21 ろっこうおーがにつく市 マメヒコ神戸店
22 (株)今井商会 MAINDISH DELICATESSEN.	23	24	25 淀屋橋オドナマルシェ	26 ミオソラマルシェ	27	28 ろっこうおーがにつく市 マメヒコ神戸店
29 (株)今井商会 西宮ノーラマルシェ MAINDISH DELICATESSEN.	30	31	11/1	2 ミオソラマルシェ	3	4 ろっこうおーがにつく市 マメヒコ神戸店

●当園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。販売先でのお取り扱いやご自宅へのお届け等もいたしておりますので、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、悪天候やそれによる交通事情に伴い、主催者様や当園の判断によりやむなく中止となる場合がございます。ご来店前に弊社の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。

## ●イベント案内

10月のイベント(第3弾)は「黒枝豆収穫体験会」[10月14日(土)開催]です。農薬不使用、除草剤不使用の圃場でできた丹波の名産品・黒枝豆をご参加者の皆様に収穫していただきます。収穫後は、採れたての黒枝豆の試食もしていただきます。奮ってご参加ください！ご応募の締め切りは2023年10月7日(土)です。詳しくは4・5ページをご覧ください♪

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：0795-78-9041



▲野菜セット



▲お米



当園のホームページスマートフォンの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

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
- エコスペースゆう様 大阪府大阪市天王寺区勝山2-19-1
- おばあちゃんの里様 兵庫県丹波市春日町七日市710
- 旬亭わかな今川店様 大阪府大阪市東住吉区今川3丁目3-15

## 出張販売

マルシェ出店や出張直売所も行っています♪

### ◇マルシェ

- あしやオーガニックマルシェ様 10:30-16:00  
場所：リードあしや1階 オープンスペース1 兵庫県芦屋市公光町5-8  
日程：10/7(土)※11時より無農薬野菜自然栽培のお話し会
- ミオソラマルシェ様 11:00-18:00  
場所：天王寺MI0プラザ館 JR天王寺駅公園口 タクシー乗り場前  
日程：10/5(木)、10/12(木)、10/19(木)、10/26(木)、11/2(木)
- 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：10/25(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：10/7(土)、10/14(土)、10/21(土)、10/28(土)、11/4(土)
- 元町水曜日様 11:00-19:00  
場所：神戸市元町一番街商店街  
日程：10/18(水)
- 西宮ノーラマルシェ様 10:00-15:00  
場所：兵庫県西宮市役所前 六湛寺公園  
日程：10/29(日)
- ◇出張販売
  - 株式会社今井商会様(ciao\_mami様の近所) 10:00-13:00  
場所：〒663-8114兵庫県西宮市上甲子園2丁目1-1 ※「瓦木東」交差点南東角  
日程：10/8(日)、10/15(日)、10/22(日)、10/29(日)
  - マメヒコ神戸店様 御影ガーデンシティ1階 14:00-16:00  
場所：兵庫県神戸市東灘区御影山手1丁目2-10  
日程：10/7(土)、10/14(土)、10/21(土)、10/28(土)、11/4(土)
  - MAINDISH DELICATESSEN.様 15:00-17:00  
場所：兵庫県芦屋市翠ヶ丘町7-10  
日程：10/8(日)、10/15(日)、10/22(日)、10/29(日)

## 「丹波黒枝豆(黒大豆)の話」

丹波地域には丹波の名を冠する秋の味覚が豊富です。丹波栗、丹波黒枝豆(黒大豆)、丹波大納言小豆、丹波山の芋。この中でも10月は、丹波黒枝豆の収穫時期にあたります。

お正月の煮豆に使われる黒大豆がしっかり熟す前に収穫する黒枝豆は、大粒でしっかりとした甘みとコク、ホクホクとした食感が最高の枝豆です。例年10月5日ごろに黒枝豆の解禁日<sup>※1</sup>が設定され、およそ3週間収穫が続きます。しかし、しっかりとした味の黒枝豆が収穫でき始める時期は徐々に遅くなっている気がします。

黒枝豆は収穫する時期によって見た目や食味が変化していきます。前半は、湯がくとサヤが色鮮やかできれいな緑色が映えます。普通の枝豆よりも大きく甘みも強いのですが、黒枝豆としてはやや大人しい感じがします。それが後半になるにつれて、徐々にサヤの色味が濃くなり茶褐色の斑点がついてきます。次いで枯れたように黄色がかった外観になってきますが、一方でサヤも膨らんできて豆粒サイズも少し大きくなり、甘みや風味が増してきます。終盤になると、大豆に近づいていくため、旨味や甘さを維持しつつ、少しアクが出てくるため、そのアクセントが好みの方はあえて終盤の黒枝豆を求められます。

解禁日すぐのものでも、通常の枝豆に比べると圧倒的においしいのですが、これぞ黒枝豆！という甘みや食感、風味を感じようとすると少しあとのものがおすすめです。

ところで、黒枝豆のおいしさが一般に知られるようになったのは1980年代後半ごろから<sup>※2</sup>ですが、黒大豆は、室町時代、「丹波の黒大豆」は、江戸時代には文献で確認されています。

現在「丹波黒」と呼ばれる黒大豆には、丹波篠山市の川北(かわぎた)地区で古くから栽培されていた「川北黒大豆」と日置地区で栽培されていた「波部黒(はべぐろ)」と呼ばれる品種があります※3。それらの黒大豆から、兵庫県の農事試験場が生育の良いものを選抜して育ててきたものと併せて、兵庫県の栽培されている黒大豆の主なものとなっています。

ここ数年、10月しか収穫できない黒枝豆だけではなく、夏場に収穫できる早生品種や黒大豆を各地域でオリジナル黒大豆の品種を作ろうとされてきています。ジェイ農園でも7月や8月に収穫できる早生の黒枝豆※4を栽培していますが、やはり10月に取れる「本黒」と呼ばれる丹波黒枝豆には、サイズ、食感、食味どれをとっても勝ることはできないと思います。

この数年、天候の影響もあり今までのスケジュールで育てることが難しくなっています。毎年試行錯誤が続きますが、今年も何とか皆様においしい黒枝豆を届けられそうです。ぜひ、見かけられた時はご賞味いただけたいと思います。  
(文責:上野)

※1 他の地域や早生品種との区分をするために、2006年から丹波篠山市が設定している。丹波市でもそれにならって販売を開始することが多い。  
兵庫県丹波黒振興協議会編『丹波黒大豆物語』神戸新聞総合出版センター2014年

※2 漫画(のちアニメ)『美味しんぼ』でも紹介されたことで全国的に知られるようになり、ホロンピア'88(1988年に旧多紀郡、旧氷上郡、三田市、旧吉川町で開催されたホロンピア88・21世紀公園都市博覧会。三田市で開催された博覧会。)で試食に出されたことをきっかけに一気に人気が出始めたと言われる。  
(<https://edamame.sasayama.jp/tp170815.html>)より)

※3 波部黒は、江戸時代に波部六兵衛という豪農が良質の黒大豆選んで村人に配ったことで広まったとされています。明治に入ってから宮内庁でも評判になり、全国から波部黒を求めてやってきたとのこと。

※4 農業を始めたころ、黒枝豆の早生品種である「紫ずきん」の栽培をすすめられ1年だけチャレンジしたことがありました。ただ、この品種はガンマ線という放射線を使って突然変異を起こしてできた品種ということが分かり栽培をやめました。  
現在は、異なる品種を使用しています。





# すだち香る 黒枝豆の出汁浸し

## 作り方

### 材料 (2人分)

- ・黒枝豆・・・・・・・・・・ 250g
- ・水・・・・・・・・・・ 適量
- ☆ だし汁・・・・・・・・・・ 300ml
- ☆ 醤油・・・・・・・・・・ 大匙1
- ☆ みりん・・・・・・・・・・ 大匙2
- ・すだち・・・・・・・・・・ 2~3個

- 1 黒枝豆を塩揉み(分量外)し、産毛を洗い流す
- 2 黒枝豆の両端をキッチンバサミで切り落とす
- 3 鍋に水を入れて沸かし②を加えて蓋をしたら中火にかけ5分ほど茹で、一度ザルに上げる
- 4 鍋に☆を入れて沸かし、③を戻し入れ5~10分ほど中火で煮たら火を止めてそのまま冷ます
- 5 粗熱が取れたら薄くスライスしたすだちを加え、タッパーなどの保存容器に移して冷蔵庫で保管する(すだちは絞り入れるとより爽やかに)
- 6 1~2時間、味を馴染ませたら完成!

### POINT

☆は八方だしや麺つゆを、かけうどんの汁くらいの濃さで割ったもので代用可能です。また、すだちも柚子やかぼすなど、お好みの柑橘でお楽しみいただけます。

レシピ担当：自然派喫茶『まひるの月』 Instagram @mahiru\_no\_tsuki\_

自然栽培やオーガニックなどの素材を使い、身体に優しいメニューを提供している徳島県うだつの町並みにあるカフェ。ドリンクは全てヴィーガン、フードも全てベジ仕様のこだわり。



# 茹でより旨い!?

## 黒枝豆の蒸し方

### 作り方

### 材料 (2人分)

- ・黒枝豆・・・・・・・・250g
- ・水・・・・・・・・100ml
- ・塩・・・・・・・・大匙1

### POINT

今回は鍋で簡単に出来る蒸し方ですが、蒸し器でも勿論OK!!  
その場合も時間は大体同じくらいで一度様子を見てください。

- 1 黒枝豆を塩揉み(分量外)し、産毛を洗い流す
- 2 鍋に水を入れて沸かし、1を加えて蓋をしたら中火にかける
- 3 底が焦げ付かないように時折鍋を揺すりながら10分ほど蒸す
- 4 一度味見してみて直ぐにザルに上げてもいいし、火を切ってから予熱でさらに10分ほど蒸しても良い
- 5 しっかりと水気を切り、塩を振ってお皿に盛ったら完成!

今回は黒枝豆のレシピをご紹介させていただきました! 皆さん、枝豆は蒸す派ですか? 茹でる派ですか?? 私は基本茹でて食べるのですが、ジェイ農園さんの丹波黒枝豆はコクのある風味と濃厚な旨味をより一層楽しむために、蒸して食べるのがおすすめです。蒸し器を洗うのが面倒だよ〜って方も、この方法なら大丈夫♪ また、出汁浸しは未体験の方が多いのではないでしょうか? すだちの香り移したひんやり出汁に浸かった枝豆は心も身体もさっぱりさせてくれます。疲れた夜に、沁みますよ〜。ぜひお試しください。

## ジェイ農園について

ジェイ農園は、2009年から兵庫県丹波市で「固定種」「自然農法」にこだわり作物を育てています。農薬や化学肥料、除草剤も使用せず、微生物たちに土壌再生を助けてもらいながら「自然微生物農法」に取り組んでいます。土壌が育む生命エネルギーに満ちた作物を皆さまにお届けしたい。安心・安全で美味しい作物を皆さまに味わっていただきたい。それが、ジェイ農園の想いです。

### お知らせ

#### ●LINE公式アカウント



LINE 公式アカウント

### LINE公式アカウントの「友だち」を募集中！

- ・商品のお知らせ
  - ・マルシェ・出張販売の日程・時間帯のご連絡
  - ・「置き置き注文(予約注文)」の受け付け
  - ・「配達のご用命」申し込み受け付け
  - ・「特別期間限定商品」の予約受け付け
- にご利用いただけます。

#### ●「LINE公式アカウント」の「友だち」登録の方法

上のQRコードを読み取っていただき、LINEを開くとジェイ農園から自動配信のメッセージが届きます。メッセージが届きましたら、

ア:「お名前」と「よく行くマルシェや出張直売所名」を入力します。

イ:送信ボタンを押します。(これで完了です。)

送信していただいた時点で、ジェイ農園公式アカウントの「友だち」となり、以後チャットでのトークが可能となります。

この機会にぜひお友だちになってください!!

※お客様と当社のやり取りを他の方々がご覧になることはできません。

※メッセージを送信いただかないと、「友だち」登録が完了せず、個別のやり取りができません。お手数をおかけしますが、必ずお名前とよく行くマルシェや出張直売所名をご送信をお願いいたします。

#### ●Instagram



“いいね”や“フォロー”お待ちしております！

#### ●フェイスブック



### スタッフの声♪

今年の夏は雨に恵まれず、作物の成長が止まってしまい焦りを覚えました。秋になり、穏やかな天候になると作物たちは驚くほど目覚ましい成長を遂げ、無事に収穫出来た事に感謝しています。 担当:矢原

#### ●ジェイ農園 ホームページ

右のQRコードで読み取っていただくか、「ジェイ農園」で検索を♪



ジェイ農園

検索

### 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73-1

TEL:0795-78-9041 FAX:0795-78-9042

MAIL: tamba@j-farm2009.com

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

※電話の受付時間：9:00～18:00

「丹波だより」について、文章ならびに画像等の無断転載・無断複製使用はご遠慮ください。転載・複製使用等をご検討の方は、事前に弊社までご相談ください。