

# 「沼のほとり」

NPO 法人手賀沼トラスト会報 第 45 号 (発行日：平成 27 年 5 月 1 日)

## お知らせ 1

### 有機栽培農園バス見学会の開催について

我孫子市の福祉バスを利用した有機栽培農園のバス見学会を下記により開催します。  
参加ご希望の方は、下記のいずれかの方法でお申込みください。

1. 日時： 2015/6/21 (日) 8:30~17:00 雨天決行

2. 場所：茨城県笠間市「あしたを拓く有機農園」(午前)  
〒309-1711 茨城県笠間市随分附 1164-65  
笠間稲荷神社 (昼食と自由時間) (午後)

3. 募集の概要：

募集人数： **25名** (特別コース受講生とスタッフは除く)

対象： 手賀沼トラストの会員

募集期間： **5月1日~31日** 但し、募集定員に達した場合は途中でも締め切ります。  
希望者多数の場合は、先着順とします。

参加費： 無料

申込方法：特別コース受講生以外の方は、  
電話、Eメール、ホームページより申込みができます。

農教室の開講日での申込みも可能です。

電話：04-7192-8240 (村山正) 携帯：090-1214-3695

Eメール：info@teganuma-trust.jp

4. 予定

8:15 手賀沼トラスト集会所前 駐車場 集合

8:30~9:50 出発 → 柏インター → トイレ休憩 → 友部インター → 有機農園着  
友部サービスエリアにて約 20 分間のトイレ休憩を取ります。

10:00~12:00 有機農園の見学

12:00~12:30 有機農園出発 → 笠間稲荷神社着

12:30~14:50 笠間稲荷神社で自由時間 (昼食と観光など) **14時50分までにバスに集合**

15:00~16:30 笠間稲荷神社出発→友部インター→柏インター→トラスト駐車場着

16:30 解散

**注意**

(1) 道路状況により時間が前後する場合があります。

(2) 昼食はお弁当持参も可です。

5. あしたを拓く有機農園の紹介

ホームページ <http://ashitafarm.jp/> 以下ホームページより引用

あした有機農園は、有機農業の普及推進をめざし、有機農業で新規就農しようとする人たちを支援することを目的にした「NPO 法人あしたを拓く有機農業塾」が運営する農園です。有機農法でさまざまな作物を栽培し、新たな技術開発や新規作物の探索も目標にします。


有機農法の基本は、地域の有機物資源を有効活用した「土づくり」と、多様な作物種の相互作用を効果的に運用する「多品目栽培」です。野菜を主として栽培しますが、土づくりや病虫害回避、雑草管理も兼ねた技術として普通作物 (ムギ、マメなど) や緑肥作物 (飼料用作物種、園芸用地被植物種 [グランドカバープランツ] などを含む) もさまざまな形で導入します。カギとなるのはイネ科とマメ科植物です。野菜のうね間に見慣れぬ植物を生やしたりしますので、多くの人に参考にしていただきたいと思います。最もやっかいなのが害虫です。土づくりと多品目栽培の継続で、後々、害虫被害の減少を期待しますが、農場開園当初はなかなか効果が現れません。防虫ネットや不織布などの資材も活用します。

## お知らせ2

### ひまわりイベントに向けて No2

遊休農地活用部門

- ・菜の花の刈取りは、予定の7日が天気悪く、11日にハンマーナイフモアで刈取り、翌12日に牛糞堆肥の散布とトラクターでのロータリー耕耘を行い、ひまわり栽培の準備が整いました。
- ・5月はいよいよひまわり播種です。皆さまの参加をお待ちしています。



作業予定日		主な作業内容
月	日	
5	上旬	・ロータリー耕耘、周辺除草
	22	・ロータリー耕耘、周辺除草
	24	・ひまわり播種
6	未定	・欠株箇所への移植
	未定	・迷路作り
	20	・農教室で除草
7	未定	・除草
	22	・イベント準備
	23～26	・イベント開催

## お知らせ3

### 総会開催のお知らせ

平成27年度 NPO 法人手賀沼トラスト通常総会  
5月30日(土) 1時15分～3時 けやき9階ホール



トラストがこの1年間どんなことをしてきたかを振り返り、今年度は何をするのかを決める総会です。ぜひご参加ください。

総会終了後、懇親会(500円)もあります。普段ゆっくり話せない人や懐かしい人と歓談するチャンスです。お楽しみに。

「ソムリエニュース」が戻ってきました！

## 連載 ソムリエニュース 6 七海 伊久美

野菜ソムリエ部会では皆様に、野菜、果実をおいしく食べていただけるよう、研鑽をつんでおります。しかし私たちは料理については未熟なため、大狭調理師をお願いして、料理教室を開催することになりました。

毎月1回行いますが、まず料理は素材を切ることからはじまります。このため包丁が良くきれるよう、その砥ぎ方の講習を3月21日に行いました。その報告をいたします。



### 1. 包丁の材質

ステンレス製と鋼製があり、ステンレスは錆に強いが、切れ味は比較的短期間で悪くなります。一方鋼は、刃が硬く良い切れ味が続くが、水分が残っていると錆びるのでお手入れが必要です。それぞれ長所と短所があります。

### 2. 両刃と片刃

両刃は、刃物がまっすぐ入るので使いやすく、片刃は食材に斜めに切り込むため、食材と刃物が密着し切り離れが良くお刺身などに向いています。

### 3. 包丁の種類

三徳包丁、菜切り包丁、刺身包丁、出刃包丁、ペティナイフなど、用途に応じた包丁があります。三徳包丁は「三つの用途」を意味し、肉、魚、野菜など幅広い材料に対してさまざまな切り方が出来るため、家庭用として使いやすく非常に一般的です。

### 4. 砥石の使用法

研ぐ前に、砥石を20分程気泡が出なくなるまで水につけます。荒砥（粒度#300 刃欠け・刃こぼれ修復用）と中荒砥（粒度#1200 切れ味回復用）を使用しました。荒砥→中荒砥の順に研ぎます。刃先を手前に向け、包丁の柄をしっかりと握り、握り手の親指で包丁のハラ（刃身）を押さえ安定させます。反対の手もハラに軽く添え、砥石と刃の角度は常に15度位に保ちます。砥石の全体を使い、手前から奥に動かし、戻すときは軽く引き、刃先に刃返りが刃全体につくまで研ぎます。刃返りができたら反対の面を研ぎます。両刃の場合6:4の割合で研ぐと良いそうです。

実際にいろいろな種類の包丁を見せて頂き、皆さん持参した包丁で、研ぎ方を教えていただきました。包丁の角度を一定に保つことポイントですが、まだ上手く出来ません……。刃こぼれした包丁にはグラインダーを使い本格的でした。今まで包丁を砥いでいなかったのも、とっても切れるようになり嬉しくなりました。

## 「野菜ソムリエ部会」をご存知ですか？



ジュニア野菜ソムリエの資格を取得した原さん（農教室原チームリーダー）が、トラストに、「滋味あふれる野菜を美味しく食べる文化を作ろう」と設立した部会です。

現在、原リーダー、七海サブリーダー以下7名の部員がいます。そのうち4人がジュニア野菜ソムリエの資格を持っています。月1回のソムリエ部会のほかに、毎月「料理教室」をトラスト会員向けに開講します。

5月9日（土）農教室終了後に、『素材の切り方—くだもの編—』が開催されます。大狭講師による楽しい授業です。奥さんがご飯を作ってくれなくなった貴男、自立のために受講しませんか？

## 4月の活動報告

農教室の参加者も多く、楽しく作業できました。各部会も活発に活動しています。

4	5	日	22	名	城址ほか	活動場所G	定例活動:三角田排水溝作り、竹暗渠埋め込み、桜花見
4	11	土	58	名	日暮会場	農教室部会	種籾の予措
4	11	土	1	名	船戸圃場	遊休農地G	菜の花刈り取り
4	12	日	5	名	船戸圃場	遊休農地G	堆肥散布、トラクター耕耘
4	16	木	1	名	市役所分館	事務局G	消費生活展実行委員会
4	18	土	8	名	日暮会場	ソムリエ部会	・料理教室 野菜の切り方(きゃべつ) ・ソムリエ部会
4	18	土	70	名	日暮会場他	農教室部会	稲の播種、トウモロコシ播種、暗渠清掃
4	19	日	17	名	日暮会場他	活動場所G	定例活動、刈払い機実習、ゴミ拾い、ハス田ショウブの抜根、除草、畦草刈り、三角田排水溝作り、田んぼ除草、みかん山植栽
4	21	火	4	名	けやき 10F	事務局G	監査
4	23	木	7	名	日暮会場	竹教室部会	竹教室
4	25	土	65	名	日暮会場他	農教室部会	枝豆播種、サトイモ植付け、堆肥切返し、除草
4	26	日	10	名	けやき 10F	事務局G	定例理事会
4	26	日	13	名	けやき 10F	特別コース	栽培計画、課題の発表 1
4	6   22	月	5	名	根戸城址	養蜂部会	分蜂捕獲作業 (6群捕獲)
4月中の農教室終了後					日暮会場他	ハーブ部会	種まきと植付けのため堆肥を入れて準備。オレガノ、ディール、ステビア、ヒソップ苗の植付け。バジルの種まき。

## 5～7月の予定

田植え、総会、バス見学会、収穫祭、ひまわりイベントと盛りだくさんです。

5	2	土	8:30	～	12:00	日暮会場他	農教室部会	水稻プール設営、スイカ定植、カボチャ定植
5	2	土	13:00	～	15:00	日暮会場	事務局G	第1回事務局会議、総会発送準備
5	3	日	8:30	～	12:00	日暮会場他	活動場所G	定例活動
5	9	土	8:30	～	12:00	日暮会場他	農教室部会	田植え準備、落花生播種、暗渠清掃
5	9	土	12:00	～	13:30	日暮会場	ソムリエ部会	・料理教室 素材の切り方(くだもの) ・ソムリエ部会
5	10	日	10:00	～	17:00	柏駅前	事務局ほか	柏市民フェスタ展示
5	16	土	8:30	～	12:00	日暮会場他	農教室部会 (合同)	田植え、早苗饗
5	17	日	8:30	～	12:00	日暮会場他	活動場所G	定例活動
5	22	金	9:00	～	12:00	船戸圃場	遊休農地G	トラクター耕耘、除草
5	23	土	8:30	～	12:00	日暮会場他	農教室部会	圃場管理、堆肥切替し (2回目)
5	24	日	9:00	～	12:00	船戸圃場	遊休農地G	ひまわり播種
5	24	日	9:00	～	12:00	日暮会場	養蜂部会	桜下1群の蜜量確認
5	28	木	9:00	～	12:00	日暮会場	竹教室部会	竹教室

5	30	土	13:15	～	14:45	けやき 9F	事務局G	平成27年度通常総会
5	31	日	9:30	～	12:00	けやき 10F	特別コース	栽培計画課題発表2
5月中の農教室終了後						日暮会場他	ハーブ部会	シソの種まき、セージの植付け。ショウガ畑の草取り及びわらしき。ショウガの種シソウガの植付け。レモンガラスの苗の植付け
5月中			9:00	～	12:00	日暮会場	養蜂部会	草刈り(状態確認の上不定期)
6	6	土	8:30	～	12:00	日暮会場他	農教室部会	サツマイモ植付け
6	7	日	8:30	～	12:00	日暮会場他	活動場所G	定例活動
6	13	土	8:30	～	12:00	日暮会場他	農教室部会	田んぼ除草、圃場管理、暗渠清掃
6	14	日	8:30	～	12:00	三角田圃	遊休農地G	耕耘、コスモス播種
6	20	土	8:30	～	12:00	日暮会場他	農教室部会	圃場管理(ひまわり畑)
6	21	日	8:30	～	17:00	笠間	特別コース	バス見学会(茨城県笠間)
6	25	木	9:00	～	12:00	日暮会場	竹教室部会	竹教室
6	28	日	18:00	～	20:00	けやき 10F	事務局G	定例理事会
6	28	日	9:30	～	12:00	けやき 10F	特別コース	バス見学会の総評など
6月中		土	12:00	～	13:30	日暮会場	ソムリエ部会	・料理教室 調味料の基本-1 ・ソムリエ部会
6月中		土	12:00	～		日暮会場他	ハーブ部会	ニンニク、タマネギ、エシャロット等の収穫作業及び販売。各ハーブのドライハーブ作り。
6月中							事務局G	所轄庁、法務局届出作業
6月中						船戸圃場	遊休農地G	欠株移植、迷路作製、施肥
7月中						船戸圃場	遊休農地G	除草
7	4	土	8:30	～	12:00	日暮会場他	農教室部会	ジャガイロ・枝豆・トウモロコシ収穫 <b>収穫祭</b>
7	5	日	8:30	～	12:00	日暮会場他	活動場所G	定例活動
7	11	土	8:30	～	12:00	日暮会場他	農教室部会	田んぼ施肥、ネギ定植、圃場管理、暗渠清掃
7	18	土	9:00	～	12:00	日暮会場他	農教室部会	案山子作成(外部)、スイカ収穫(イベント)
7	19	日	8:30	～	12:00	日暮会場他	活動場所G	定例活動
7	22	水	9:00	～	12:00	船戸圃場	遊休農地G	ひまわりイベント準備
7	23   26	木   日	9:30	～	16:30	船戸圃場	遊休農地G	ひまわりイベント(最終日は片付け17:00まで)
7	23	木	9:00	～	12:00	日暮会場	竹教室部会	竹教室
7	25	土	8:30		12:00	日暮会場他	農教室部会	案山子作成(会員)、スイカ収穫
7	26	日	18:00	～	20:00	けやき 10F	事務局G	定例理事会
7月中		土	12:00	～	13:30	日暮会場	ソムリエ部会	・料理教室 調味料の基本-2 ・ソムリエ部会
7月中		土	12:00	～		日暮会場他	ハーブ部会	各ハーブの収穫、乾燥作業。ハーブティーやハーブクッキーの試食・試飲。シソジュース、レモンガラスの飲料水を作る。

**お断り：5月は理事会がないので、会報6月号は休刊します。**

発行責任者 遠藤織太郎 (TEL: 04-7182-0387) 編集責任者 富沢 崇 (TEL: 04-7115-1109)  
事務所：我孫子市白山二丁目13番5号  
e-mail: info@teganuma-trust.jp ホームページ: http://teganuma-trust.jp/