

丹波だより

2024年12月号 NO.78

もう「師走」です。あわただしい一年が過ぎようとしています。来年2025年が「大峠」と言われています。早々に今年の整理をして、反省もして、翌年に備えます。

とある日、稲刈の終わった秋の夕暮れの圃場で、空を見上げながらじっと佇んでいると、視野に入ってくる遠くの山々や、一面に広がるヒコバエのする田畑がいつもより何かしら元気のエネルギーが強く立ち上っているような感じがしてきます。やはり、太陽エネルギーをしっかりと吸収して、土地のポテンシャルが上昇しているのだと感じます。

いつもいただく無農薬の自前の「ご飯」も、じーっと見ていると、いつもと違って、何かしら輝いて見えます。味わいもありがたく、この丹波の土地にしかない味を感じます。やはり生命エネルギーが上昇しているのでしょう。

いまでは赤米は「古代米」と言われ、縄文時代に大陸から渡ってきたジャポニカ(米)のルーツだそうです。丹頂鶴の「丹」の赤米があたり一面に「丹い(あかい)」穂を波のようにたなびかせていたことから、この地が「丹波」と呼ばれるようになったそうです。豊受の大神様の時代から神事に欠かせない稲だっ

たそうですから感慨深いものがあります。

丹波は、そういう意味でも、そもそも地のエネルギーが高い地方でもあったのだと思います。ますますその真価が発揮されていくのかもしれませんが。

さて、トランプ氏がアメリカ大統領選で勝利しました。日本では未だにトランプ嫌い、トランプ批判を繰り返す有識者？(御用学者・タレント)がテレビやマスコミに登場します。世界の趨勢や、世界の変化、世界的感覚、「今」という時代と、それまでの歴史観が全くずれてしまっていると思います。ここまでずれると自分の立ち位置もわからなくなってきました。「ここは地球の中の『日本』ですか？(笑)」と皮肉ってしまいそうです。

SNSの発達により、世界の情報がすぐに手に入ります。英語もフランス語もスペイン語もロシア語も・・・、「自動翻訳ソフト」があればすぐに日本語で見られます。「本当はどうなんだろう？」「あれ？何か変だ」と思えば、ちょっと頑張ればすぐに世界の動静や真実にたどり着くことができるのに・・・と思います。日本ももっと成長できるのに。大変残念です。子どもたちも世界からの情報から隔絶させられてしまうと、本当の意味で「日本」を知ることも誇りを抱くこともできません。夢も追いかけられません。世界に出られません。一番に世界人として通用するだけの、世界の常識・見識、特に歴史を学ばません。本当に申し訳ない話です。大人がもっとしっかりしないと・・・(´・`・´)。

今後の世界動静から目が離せません。農業者としても社会人、世界人(=人類)として大変重要な時期に差し掛かります。来年こそは、もっともっと勉強して、鍛錬して次元を超えていけるようなポテンシャルを秘めた「役立つ人」になって行こうと決意を新たにす師走です。

あらためまして、本年はとてとても御贔負を賜り、心より御礼申し上げます。くれぐれもお体を大切に良いお年をお迎えください。心よりご多幸をお祈り申し上げます。ありがとうございます。

(文責:社)

白だけじゃない「すずしろ」は面白い！！



紅くるり大根



紅芯(こうしん)大根



黒大根

大根はアブラナ科の野菜で、春の七草である「すずしろ」としても知られています。スーパー等では1年を通して売られていますが、旬の時期は主に11～2月頃です。春～夏の時期に収穫する大根は比較すると辛みが強く、秋～冬の時期はみずみずしく甘みが強いのだとか。全国的に広く栽培されていますが、千葉県や北海道などが有名な産地になります。

大根の歴史は古く日本書紀にも記されており、地域による風土・気候に適応した品種が数多く栽培されています。様々な形や色、大きさのものが育てられ、その全ての品種を合わせると100種類を超えるようです。せっかくなので、代表的な品種をいくつかご紹介していきます！！

青首大根

昔（50年以上前）は大根といえば、真っ白な「白首大根」が主流でしたが、1974年頃に暑さや病気に強くてよく育ち、甘くて美味しい品種がタキイ種苗にて開発されたことで、全国に一気に広まりました。ちなみに青い部分は少しだけ地面から出たところが、太陽に当たって色がつくそうです。

紅芯(こうしん)大根

見た目は丸くかぶのような形で、外皮は青首大根のような色ですが、切った断面(中身)は赤紫色をしています。水分量が少ないため、コリコリとした食感が楽しめます。ほんのり甘味があるのでサラダや甘酢漬けなどの生食に向いています。

紅くるり大根

松永種苗が開発した品種で、ずんぐりとした小ぶりの大根です。こちらは外皮も中身も全て鮮やかな紅色をしており、青首大根と同じくらいみずみずしさと辛みがあるのが特徴です。

黒大根

日本とは逆に、ヨーロッパ(特にフランス料理)では黒大根が一般的で、白い大根は珍しいのだそうです。形は丸いものから細長いものまで様々ですが、黒い外皮の中身は白というギャップにびっくり。グリルやポトフにするのが定番で、滋味深い旨味があるといえます。
(文責：まひる)

今月のおすすりめ品① ジェイ農園の味噌



今月、待望のお味噌のご紹介です。

昨年から今年にかけて販売しました『青大豆味噌』と『白大豆味噌』ですが、数量に限りがあり、一旦販売を中断しておりましたが、ようやく仕込んでいましたお味噌が完成し、販売を再開させていただきます。お待ちいただいた皆さまには、心よりお詫び申し上げます。



青大豆
味噌

青大豆は、砂糖がいらないほど甘いといわれている品種を使っています。麴の甘味と青大豆の甘味が相まって程よい甘さと辛味の調和の取れたお品です。ぜひお試しください。

原材料:米・青大豆・海塩



白大豆
味噌

白大豆は、一般のものよりも粒が大きくプリとした大豆で、こちらも甘味が強いという特徴のものを使用しています。

こちらもあわせてお試しください。

原材料:米・白大豆・海塩

2種類ともに杉樽を使用し、一年かけて熟成をさせています。どちらも加工担当の溝田が、丁寧に大切に育ててきたお品です。どうぞお楽しみになさってください。

お品は、マルシェ・出張販売所をはじめ、ジェイ農園ホームページの販売ページや食バチョコサイトでもお求めいただけます。ご都合の良いところでお求めくださいませ。

(文責:砂田)

★ジェイ農園販売ページ



青大豆味噌 白大豆味噌

★食バチョコ



青大豆味噌 白大豆味噌

今月のおすすりめ品② 丸餅パック

お正月の準備は進んでいらっしゃいますか？お節料理は最近ではご自宅で作られる方も少なくなってきたというお話を耳にしますが、お雑煮はそういうわけにはいきません。かくいう私もお雑煮は作ります(笑)。



さて、お餅。関西と関東では、餅の形も異なり、ここ関西では丸餅が主流です。餅は鏡餅を食していたことから形は元々「丸」であったそうで、京都の公家や貴族などしか食べていなかったそうです。それが時代の流れとともに庶民も食べるようになり、各地に広まっていったといわれています。

ところが江戸は爆発的な人口増加から、ひとつ一つ餅を丸めて販売することが困難になり、角の板の状態での販売が始まったことから関東方面では角餅が主流になり、その名残で二分化していったそうです。

話しがそれてしまいましたが、新しくなったジェイ農園の丸餅は、1つあたりのグラム数が45gで10個入っています。前回との大きな違いは、個包装されていないことと、賞味期限が3か月になったことです。完全に滅菌処理した特別な工場ではないので、このような仕様になっています。



材料は、もち米(ヤマフクモチ)とうるち米が入った特別なブレンド品です。もち米と少量のうるち米を入れることで伸びはあるけど、切れも良く、おいしいと好評です。その味はそのまま受け継がれていますので、以前のものをお求めの方もぜひお試しください。

今年の正月は、農薬・化学肥料不使用の安心でしかもおいしい丸餅でお雑煮や焼き餅を楽しみませんか？ お近くのマルシェや出張直売所、当社販売ページ、食べチョクにてお求めいただけます。どうぞよろしく願いいたします！
(文責:砂田)

ジェイ農園



食べチョク



2024年12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 (株)今井商会 メインディッシュデリカテッセン	2	3	4	5 ミオソラマルシェ	6	7 ろっこうおーがにつく市 マメヒコ神戸店
8 (株)今井商会 メインディッシュデリカテッセン	9	10	11	12 ミオソラマルシェ	13	14 ろっこうおーがにつく市 マメヒコ神戸店
15 (株)今井商会 メインディッシュデリカテッセン	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 メインディッシュデリカテッセン	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 メインディッシュデリカテッセン	30	31	1/1	2	3	4

販売は、1/5（日）今井商会様・メインディッシュデリカテッセン様からスタート！

●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。

●年末年始のお休み：12/31(火)～1/3(金) ※年末の最終出荷は12/27(金)です。年始の配送は1/7(火)からスタートです。

※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。

●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。その他、Instagram等もどうぞ♪



▲ジェイ農園
ホームページ



▲ジェイ農園
販売ページ



●連絡先：ご注文も、野菜セットや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 電話番号：0795-78-9041

販売店 ジェイ農園の作物を販売していただいております♪

- 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
- 道の駅「おばあちゃんの里」様 兵庫県丹波市春日町七日市710
- 自然食品の店 ひなたぼっこ様 兵庫県神戸市北区桂木3-11-3
- マメヒコ神戸店MINI様 兵庫県神戸市東灘区御影山手1丁目2-10 御影ガーデンシティ1階マメヒコ神戸店横

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

●ミオソラマルシェ様

日程：12/5(木)、12/12(木)、12/19(木)、12/26(木)

時間：11:00-18:00

場所：大阪市天王寺MIOプラザ館JR天王寺駅公園口
タクシー乗り場前

●ろっこうおーがにつく市様

日程：12/7(土)、12/14(土)、12/21(土)、12/28(土)
年明けの営業は1/11(土)から。

時間：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

●元町水曜日様

日程：12/18(水)

時間：11:00-19:00

場所：兵庫県神戸市元町商店街一番街

●淀屋橋オドナマルシェ様

日程：12/25(水)

時間：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)

◇出張販売

●マメヒコ神戸店様

日程：12/7(土)、12/14(土)、12/21(土)、12/28(土)

年明けの営業は1/11(土)から。

時間：14:00-16:00

場所：兵庫県神戸市東灘区御影山手1丁目2-10
御影ガーデンシティ1階

●株式会社今井商会様

日程：12/1(日)、12/8(日)、12/15(日)、12/22(日)、12/29(日)

時間：10:00-12:00

場所：兵庫県西宮市上甲子園2丁目1-1

※「瓦木東」交差点南東角

●MAINDISH DELICATESSEN.(メインディッシュデリカテッセン)様

日程：12/1(日)、12/8(日)、12/15(日)、12/22(日)、12/29(日)

時間：14:00-17:00

場所：兵庫県芦屋市翠ヶ丘町7-10

●LINE公式アカウント LINE公式アカウントにて「お友だち」を募集しています。



LINE 公式アカウント

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」申し込み受け付けなどを個別にご提供しています♪

「サツマイモの話」

今年は例年に増して、丹波でも、気温が高く、雨の少ない夏でした。そのことも影響してなのか、9月の丹波新聞に、丹波市内の畑でサツマイモの花が咲いた！、という記事を見つけました。

記事によると「サツマイモの花は熱帯、亜熱帯では開花するものの、本州では珍しく、干ばつ気味だったり、病気などの条件によっては開花する」とのこと。

調べてみると、サツマイモは日が短くなると開花するようですが、合わせて長い期間高温にあたることが必要で、そのため本州で開花するのは稀なようです。また、そもそも短日と高温という条件が整っていても開花しないサツマイモも多くあるようです。



▲「サツマイモの花」

もし、サツマイモの花を確実に咲かそうとするなら、アサガオにサツマイモを接ぎ木することで開花しやすくなるとのこと。

イモを収穫するだけであれば、花はなくても良いのですが、新しい品種をつくらうとすると、花を咲かせて交配させる必要があります。その際は、花が咲くのが早いキダチアサガオを台木にして接ぎ木し交配させるようです。

サツマイモは遺伝的に雑多であるため、同じ交配のさせ方をしても、多様な性質があらわれ、確率的には20万粒の種から1品種が選ばれるとのこと。およそ10年をかけて、ようやく固定された品種にたどり着きたいへんな作業になります。

サツマイモは通常、春に苗を植えて、秋に収穫します。そして、冬には葉が枯

れてしまいます。そのため、一年生植物と思われがちですが(私もそう思っていました)、一定の温度さえ確保できれば、何年でも成長し続ける多年生植物で、沖縄では1年中栽培が可能だそうです。今後、暑い夏が続くようであれば、ジェイ農園でもサツマイモの花が見られるかもしれませんね。

ところで、戦前、学校の運動場でも栽培され、やせた土地でもよく育つといわれるサツマイモですが、最近の研究で、サツマイモの祖先が獲得した病原菌由来の遺伝子が影響しているようなのです。その遺伝子は現在のサツマイモにも継承されており、そこからつくられる酵素が、土の中の特定の微生物を引き寄せる物質を作り出します。植物の根の周りには、病原性の微生物もいれば、菌根菌や窒素固定菌などの共生微生物などもおり、多種多様、そして多量の微生物が混在しています。その中でサツマイモにとって心地よい微生物を集めることで、やせた土地でもよく育ってくれているようです。

まだ、具体的にどのような微生物がサツマイモの生育向上に影響を与えているかはわかってないようです。「やせた土地でもよく育つ」という作物の性質自体が、土中の微生物の影響で決定されているかもしれない、というのは、たいへんおもしろいことだなと思います。そうすると、腸内微生物が、人の行動や性格を左右しているという話も納得できる気がします。

【参考資料】

- ・樽本勲「サツマイモの花・・見たことありますか？」『いも類振興情報94号』2008年
- ・高田明子「サツマイモの品種改良と新品種のご紹介」『いも類振興情報116号』2013年
- ・広島大学オープンイノベーション本部産学連携部門【研究成果】「何故、サツマイモは痩せた土地でも生育が良いのか？～病原菌由来の遺伝子を用いて土壌中の有用微生物を誘き寄せている可能性を発見～」広島大学オープンイノベーション本部産学連携部門 2022年3月3日
- ・「サツマイモの花」写真は、フリー素材サイト「写真AC」より引用。

(文責:上野)



かぶのペペロン炒め

作り方

- 1 かぶを水で洗って皮をむき、6~8等分のくし切りにする
- 2 にんにくを粗みじん切りにしてオリーブ油を熱したフライパンに入れ、弱火でじっくり炒める
- 3 香りが立ったら 1 と粉唐辛子を加え、中火で炒める
- 4 かぶが透き通ってきたら、あまり動かさずに少し焦げ目をつける
- 5 塩胡椒で味を整えて、完成

材料 (2人分)

- ・かぶ・・・・・・・・ 正味 200g
- ・にんにく・・・・・・・・ 1かけ
- ・オリーブ油・・・・・・・・大匙1~2
- ・粉唐辛子・・・・・・・・ 小匙1/2
- ・塩胡椒・・・・・・・・ 少々

粉唐辛子は七味やタバスコで代用できると思います🌶️
かぶはさっぱりサラダや酢漬けで箸休めにもなるし、じっくり油で炒めてじゅわ〜っと食感も楽しいし、コトコトお出汁と煮込んでとろとろホックリにも出来るし、大根ならぬ、冬の千両役者ですねえ
かぶは弥生時代には日本に伝わっていたらしく、日本書紀にも栽培を奨励する記載があるので、これまた古株なんです👁️👁️
面白いのは、関が原(岐阜県)を境に、東と西で系統の違う品種が育てられていること。愛知-岐阜-福井を結んだ線は
"かぶらライン"と呼ばれているそうですよ^^

赤かぶの甘酢漬け



作り方

- 1 赤かぶを水でよく洗い
食べやすい大きさに切る
(今回は半月切りにしました)
- 2 1 に塩を振って揉み込む
15~20分ほど経ったら水で
軽く洗い、よく水気を切る
- 3 2 に☆の調味料を全て加えて
混ぜ合わせ、冷蔵庫で保存する
- 4 1時間ほど経ったら完成です
翌日は味が染みてより美味しい!

材料 (2人分)

- ・赤かぶ・・・・・・・・ 正味 200g
- ・塩・・・・・・・・..... 小匙1
- ☆砂糖・・・・・・・・..... 大匙1
- ☆酢・・・・・・・・..... 大匙1~2
- ☆昆布(なくてもOK)・・ 2×2cm
- ☆鷹の爪(なくてもOK)・・・1本

MEMO

綺麗な赤色を活かすため、皮ごと使うレシピです。今回は米酢を使いましたが、ゆず酢でも美味しそうです😌 砂糖はお好みのものですが、砂糖大根が原料のてんさい糖を使うと、なんとなく親和性があるのかな~と思います。

レシピ担当：pyawn

Instagram @pyawn_tok

人を良くする=「食」
いいもので作ると世界もよくなる
をモットーにした、徳島市のカフェ

2024年産 新米のご案内



今年も『ササニシキ』、『ハッピーヒル』、『亀の尾』、『旭』の4品種の新米をご提供できることに喜びを感じています。

それぞれ品種には特徴がありますので、お好みのものをお選びください。

●ササニシキ・ハッピーヒル

ササニシキはジェイ農園の中で最も人気の品種。米の粒感がハッキリしていて、噛めば噛むほど米の味が口内に広がります。必要以上の甘味等はなく、ネタの邪魔をしにくいと寿司のシャリに使われることも。

ハッピーヒルは、パラパラとした食感でカレーライスやチャーハンなどの炒め物にも合うお米で、玄米が苦手な方でもおいしく召し上がっていただける品種です。

●亀の尾・旭

東の亀の尾、西の旭といわれ、古くから親しまれている品種。市場に出ているほとんどのお米のルーツでもある品種です。亀の尾は米の粒感がハッキリしていて、冷めてもおいしいと評判のお品です。

旭は、コシヒカリのルーツで、この4品種の中ではもっちりとした食感ですが、現在のコシヒカリに比べると亀の尾などの品種に近い食感です。

●ササニシキ・ハッピーヒル

2合 玄米・白米 360円(税込)
2kg玄米 2,140円(税込)
2kg白米 2,340円(税込)

●亀の尾・旭

2合 玄米・白米 400円(税込)
2kg玄米 2,380円(税込)
2kg白米 2,600円(税込)

ジェイ農園のお米等の販売ページはこちらから♪

URL: <https://jnouen.stores.jp>

※右のQRコードからも
ご覧いただけます。



「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。

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 日曜日を除く