

のうみ農園

Vol.14

12月第2週
週間ニュース



2003.12.09 tue

まず、前々号の解答。
九州で一番暖かい県は、宮崎県（沖縄以外で）
九州で一番高齢者の多いのは、・・・？
福岡市 20万人 北九州市 17万人
熊本市 12万人



庭の南天

田舎のほうが、高齢者が多いように思われていますが、人数から見ると圧倒的に都会の方が、高齢者が多いのです。田舎のほうが率では高いのですが、「くらし」という視点から見ると、近所付き合いや共同作業などがあったり、地域（ムラ）のほとんどの人が顔見知りであることなど、高齢者にとって、田舎のほうが暮らしやすいと思います。これからの生き方のキーワード。グローバルよりもローカル。地域を大事に！そして自然と人間、ヒトとヒトの関係性を大事に！！

突然ですが

自衛隊のイラク派遣（派兵）反対！



寒波の到来で、やっと冬らしく、年末らしくなってきました。この寒さで、野菜の暴落が解消されることを祈ります。暖かくても、寒くても、農業は大変です！！

●11月29日（土）黒米の脱穀作業
前回、天気が悪く、作業が十分にできませんでした。29日の午前中はよい天気になりました。待望の『足踏み式脱穀機』を使って、作業をしました。初めてとあって、子どもたちだけでなく、お父さんもお母さん達も、苦労しましたが、中盤からは、随分と上手になりました。グォー、グォーと音をたて、回転する脱穀機に、ちょっぴり昔を思い出しました。



今週の野菜セット

サニーレタス、キャベツ、ピーマン、かぶ、にんじん、サラダセット、白菜漬 の組み合わせです。（7品目です）

飾りに「ワタの実」を入れています。陰干してください。乾燥すると、実が割れて、中から綿が出ます。

かぶ

turnip (英) nabek (仏) 蕪 (和)

1000年以上も前に渡来し、歴史が古い。春の七草の”すすな”はかぶのこと。赤かぶは東日本に、白かぶは西日本に多い。最も古い重要野菜の一つ



かぶはアフガニスタンあたりか、これに地中海沿岸の南ヨーロッパを加えた地域が原産地と言われています。ヨーロッパで紀元前から栽培され、今では世界中の温帯地方で広く栽培されています。日本には、弥生時代に大陸から伝わったといわれています。確かなのは「日本書紀」に持統天皇の7年（西暦693年）に五穀（主食）を補う作物として栽培を奨励するおふれを出したと記されているのが最初です。

<http://www.vegefund.com/panfu/kab/kab.htm> より

100万人の野菜図鑑

昔はスズナ、アオナと呼ばれて、根よりも葉が重視されておりました。根と葉の栄養成分は大きく違い、根は淡色野菜でビタミンCを多く含み、胸やけや食べ過ぎに整腸効果のある、アミラーゼが含まれます。葉は緑葉色野菜で、カロチン、ビタミンC、鉄、カルシウム、カリウム、食物繊維などを含んでおり、ガン予防などの効果があります

http://www.greenjapan.co.jp/yaku_kabu.htm より



かぶとベーコンのさっと煮

<材料> (2人分)

かぶ…2ヶ かぶの葉…1ヶ分 ベーコン…2枚 サラダ油…大1
水…1/2カップ 酒…大1 塩…小1/3

<作り方>

- (1) かぶは皮をむいて、1cm厚さに切る。かぶの葉は3cm長さに切る。ベーコンは2cm幅に切る。
- (2) 鍋にサラダ油を熱し、かぶの葉、ベーコン、かぶの順に加え、手早く炒める。
- (3) 水、酒、塩を加え、さっと煮る。

お知らせ

<九州のヤマブドウの情報を集めています。情報を>

●12月14日（日）18:00 食農塾 合馬直売所との懇談会

●12月16日（火）17:00 集合 九州農家の会 忘年会
福岡県黒木町笠原 「四季菜館」 0943-42-2722

●12月19日（金）オガニック・キッチン・デコ・プロジェクト 12月例会&忘年会
会場：フードレストラン『エスト・ラヴィーヌ』小倉南区小森
16:00 集合 作業ミーティングの後に、ディナーパーティー
参加費 5000円 友人参加OK 12日までに農園に申し込みを！



このチラシの背景は、かぶ です。

のうみ農園

〒807-0081 福岡県北九州市八幡西区小嶺 3-16-8

tel 093-612-2647

fax 093-612-2653

<http://www.nomi-farm.com>

E-mail: nomi1@orange.ocn.ne.jp

by Toshio