

ダンボール堆肥で生ごみを“宝に”変えましょう

トマトの会ニュース (67)

2019年5月15日

昔ながらのトマトの勉強会 山代勁二

こちらは昔ながらのトマトの勉強会です。この通信は、段ボール堆肥教室と味噌作り体験教室、そして多摩川まるしえやトマトフェスタで一緒にした皆様に送っています。

令和もよい年が続きますように

2019年5月

子らの未来を作る、地域を作る、

それは交流から

健康が長続き♪何は無くとも土の香り♪

♪美しさを求める日々に

しばらくご無沙汰でした。

いえ、ちょっと忙しくしていたものですから。

トマトの会、いろいろなことがあって

活動を縮小しています。

段ボール堆肥教室は細々と続けています。

活動が難しくなった理由の一つが、皆様との接触の場である多摩川まるしえ（蒲田西駅前・大森東駅前）の広場使用ができなくなったためです。

トマトフェスタも計画しにくくなりました。区のイベントへの参加も困難になりました。

でも

トマトの会はできることから、責任を持つことから、再出発します。

トマトの会の基本は、「交流」「食生活と健康」「生涯学習」です。

継続性を保つために無理を避けて自然流で、無計画、無方針でやりますのでよろしくをお願いします。

気が向いたらコンタクトをしてください。

この基本線に沿って、皆様といただいた
ご縁を大切にしていきたいと思っております。

育ててみませんか？

トマトフェスタご紹介トマト

何はなくとも土のにおい

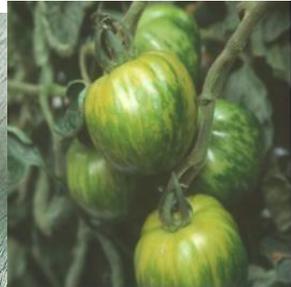
ポンテローザ



ブランデイワイン



グリーンゼブラ



サンマルツアーノ



ブラックプリンス



ホワイトチェリー



サンゴールド



ローマVF



ストライプトスタッファー



ブラックプリンス



ライムグリーンサラダ





昔ながらのトマトの勉強会のワーク

() はそれぞれの目的を示します。

どんどんコンタクトしてください

1. 堆肥教室 (生ごみ利用菜園、交換野菜等)
2. 英語サロン (外人と話す)
3. ミュージカル研究会 (歌と踊り、おもしろシニアの会、公演も)
4. 子ども食堂 (応援)
5. 多摩川まるしえ (農家交流、食の安全安心)
6. 起業塾 (年金もやばい。自分でお仕事をつくりましょう)



7. **明日葉研究会 (農家の明日葉、生活習慣病を防ぎましょう)**
8. **郷土料理等食事会 (和食の効用を学びましょう)**



他に

木曜おしゃべりサロン

趣味、遊び、スポーツ

友を作りましょう

I LOVE 友

おしゃべり、遊びで交流しましょう。よいお友達に会えます。

500円持参、お茶はセルフサービス。

**毎月、第2木曜日、午前8時から午後6時
(雨天は中止、要問合せ)**

1. **モーニングテイ (ガーデン活用)**
2. **ランチ会 (お弁当持参、ガーデン活用)**
3. **歌の練習 (室内、ピアノ使用OK)**



ご存知！土で結ばれた人々・・・ご縁を大切に・・・

トマトの会でご活躍の方々紹介

<p>ふるさと秋田のために 今年も元気に活躍する千鳥町 の 工藤勝夫さん</p>	<p>多摩川まるしえの大スター 各地のこだわり農産物を持参 MICKY 農園 秋山勉さん</p>	<p>トマトフェスタから誕生 宝塚と西宮でマルシェ設営 アグリネット宝塚 平川博三 さん</p>
<p>多摩川まるしえに持参します いぶりがっこ じゅんさい 明日葉パウダー (トマトの会謹製) 久が原小学校で教えています トマト、ナス、キュウリの栽培方法 工藤秋田料理教室をやります</p>	<p>多摩川まるしえに持参します 朝取り野菜 和歌山、鹿児島、高知、兵庫・・・友 達ネットで全国名産農産物 「健康」がキーワード 友達の起業応援をします 小さな農家、がんこな農家、起業を 志す市民に経験を伝えます。</p>	<p>宝塚北の「道の駅」などへ農家に出 店を呼びかけ、全国の農家の紹介と 加工品の普及を手伝っています。ト マトの会では秋山勉さんと強い結 びつきがあります。 2007 年からトマフェスタに参加し ています。</p>
<p>新潟・十日町で週末農業 大田区の小学校で米づくり授 業、大人には味噌作りを指導す るお百姓先生、白井 隆さん</p>	<p>千葉出身の元農家、食品会社で 活躍、多摩川まるしえの国際女 性 、千鳥町の吉田香代子さん</p>	<p>鹿児島は最南端の大隅半島、が んこな農業人、「いま西郷」の 風貌の肥後隆志さん</p>

<p>2007 年からトマフェスに参加しています。十日町市に居住、週末農業で白井農園を管理、都内では農業と食育の教育をしています。世界のトマとつを 21 種作っていただき、味噌作り体験教室も引き受けていただいています。ダンボール堆肥は白井農園に送られ、野菜と交換されて来ました。</p>	<p>トマトの会の中心で活躍、元は有名会社で活躍していました。 トマトフェスタには、実家の野菜や親戚の佐渡の農産物、それに震災支援の為に買い出した宮城のお菓子、海産物の即売も手伝います。また、英語サロンの創始メンバーの1人として外国人との幅広い繋がりがあります。</p>	<p>鹿児島の名士です。原子力発電所の終末処理ゴミの持ち込みに猛反対、政府の地元切り崩しを拒否、地元を守りました。種子島の安納芋や自身のベニムルカに強い誇りを持ち楽天のコンテスト第一位にもなりました。今後は秋山勉さんや平川博三さんと強い結びつきが期待されます。</p>
<p>イタリアのスローライフと伝統食を伝える青年、「大田来一 大使」のエマニエル・ダビデさん</p>	<p>トマトフェスタを機縁にミュージカル研究会を立ち上げた粕 雅子さん</p>	<p>明日葉研究に一生を捧げ、震災に苗を寄贈、持病糖尿病(1 型)の克服を研究中の和地義隆さん</p>
<p>多摩川まるしえでの偶然の出逢いから、トマトの会と大きく関わることに。イタリアのスローライフ、スローフードは「食」にこだわるトマトの会と同じコンセプト。 明日葉、みかん、かりんなどの皆様のお庭のの食材を使って、明日葉リキュール、リソット、シャーベット、ジャムを創作、喜ばれております。本職は宗教研究者です。池上本門寺とも強い繋がりがあります。</p>	<p>英語サロンやトマトフェスタを通して、音楽好きを集めてミュージカル研究会を作りました。現有 17 名で、メンバーの中には東工大の外国人科学者もいます。今年の 2 月 2 日には、アプリコ小ホールで自作の「コマリア、わらってよ、うたつてよ」というオリジナルミュージカルの主演をします。山代・二も恥ずかしながら脇役で参加します。</p>	<p>八丈島で明日葉を栽培、耐寒品種を発見して、品種登録。トマトの会はこの品種を手に入れて、多摩川まるしえとトマトフェスタで皆様にお配りし、震災支援でも東松島で参加しました。今、自ら・患した糖尿病の治療と明日葉の関係を調べるため東京大学の大学院生になって研究活動中です。トマトの会では和地さんの明日葉パウダーを分けていただいで希望者に配っています。</p>

1. 工藤勝夫さん

——秋田県人会、いつも盛会ですね？

「でも高齢化と農業の不振でだんだん県勢が・・・」

——区内の秋田出身者が多摩川まるしえに集まってきていますね。

「多摩川まるしえで顔を合わせるのが楽しみです」

——トマトフェスタでの「なまはげ」は人気でしたね

「秋田県庁の人が担いで持ってきて、自分で着るのです」

——トマトの会で今後何をしますか？

「**白井**さんと組んで十日町での味噌作り体験教室を続けていきたいです。」

——工藤シェフの秋田料理の食事会が好評です、今年もしませんか？

「春と秋に楽しみにして下さい」



ふるさとの森岳でじゅんさいの採種をしている工藤さん

2. 秋山勉さん

——多摩川まるしえでのMICKY農園の人気、すごいですね

「オシはお愛想言わないけれどね」

——ダンボール堆肥と野菜を交換してくれるので教室をやっている僕も助かります

「半端な野菜でもオシのは究極の健康野菜だ、持ってかえってもらうよ。でも他の野菜も買ってもらうから帰りが重くなるよ」

——蒲田と大森で多摩川まるしえがあえが開けなくなって困らない？

「困るよ。でも、大井町とか代官山、横浜にも広がったから」

——鹿児島のさつまいも、肥後さんから送るから宜しく頼む」

「輸送費が馬鹿にならないな。でもぼちぼちやれるよ」

3. 平川博三さん

——トマトフェスタに来た年は？

「2007年だったね(写真右)。山代君の世界のトマトの展示には驚いた」

——宝塚での平川さんの家庭農園が活性化？

「世界のトマトを使って、地元配ると定年退職後のスモールビジネスが生まれてね、偉い評判になってね」

——平川さんの仲間が集まりネットビジネスに広がった。

「オシのライフワークになった。秋山さんにも、ジャンボニンニクやみかんを沢山送らせてもらっている。」

——ボクの知り合いの各地の農家の作品も送らせてくれ？

「鹿児島の肥後さんと話を始めたよ、十日町の白井さんとも、土佐の戸梶さんとも前から話をしているよ」

4. 白井隆さん

——冬の十日町、雪の十日町、ロマンの町だけど冬は何かとたいへんですね？

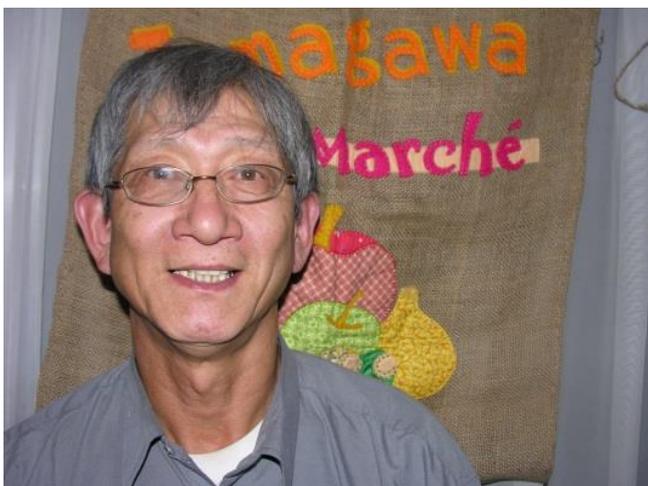
「いや、慣れているから。」

——トマトの会で白井さんを知らない人はいませんよ

「白井農園で野菜を収穫して、毎週、西東京の小学校に納め、計画に沿って都内の小学校に“お米の学校”の授業をしている。」

——大田区では？

大田区では入新井第4、大森第1の二つの小学校で授業をしている。他には、せせらぎ公園でお米の試験田の親子指導をしている、工藤さんも手伝ってもらっている」



—JA十日町での味噌作り体験ツアーが大変な人気なんだが

「今少し混乱、現地の受け入れ体制を整えて、トマトの会に提案したい」

—ダンボール堆肥と野菜交換は受け入れてくれるかね？

「結いの里が（行政の支援打ち切りで）残念なことになったので、白井農園を作り直しました相談しましょう」

5. 吉田香代子さん

—トマトフェスタの創始メンバーですね？

「2005年8月の第一回から参加しています」

—世界のトマトのトマトスムージーとコンサントーレは吉田香代子さんの創作ですね

「2008年、鷗ノ木の東京高校会場で実施したトマトフェスタ2008で、仲間と一緒に作ってみました」

—大田区のイベントにトマトスムージーで参加しましたね

「白井さんが十日町で作ってくれた世界のトマトをあれこれを使ってカラフルなスムージーにしました。2009年から、トマトフェスタには毎回、嶺町文化センターまつりには大体毎回、NPO 区民活動フォーラム、わいわいフェスタなどには欠かさず出してきました」

—あれを求めてイベントに来る人もいたと聞いています。

「今年は嶺町文化センターまつり、区民活動フォーラムに参加できなかったのは辛かった」

6. 肥後隆志さん

—南大隅町といえば、核廃棄物誘致問題で汚職発生で揺れていましたね

「恥ずかしいです。農業には核廃棄物は深刻な問題です。絶対に許すことのできない話です」

—鹿児島ของサツマイモは好評です。でも遠いのは不利ですね

「重いですし、宅配ですと不利です。でも東京のスーパーよりも安く出すことができます。」

—輸送の不利を乗り越えても安全性や美味さで勝負できれば、ファンがつくと思います。秋山さんをお願いしています。また宝塚の平川さんにも繋がりました。どうか宣伝に努めて下さい。

「おかげさまで、今年の私の農園のベニムルカが楽天の1位を受賞しました」

—ダンボール堆肥と同質の堆肥を使っているとか

「そうです。それが自慢です。」

7. エマニエル・ダビデさん（イタリアから東大へ、哲学博士）

—トマトの会との出逢いは？

「多摩川まるしえで、地元の素晴らしいオレンジを見てからです。イタリアのオレンジと比べたいと持ち帰ってリキュールを作り多摩川まるしえに持参しました」

—明日葉に関心がありますね？

「明日葉は、ヨーロッパではエンジェルの意味です。中世にペストが大流行した時に教父がクスリ



にして、吸わせたところペストに・らなかつたという伝説があります。そこで私は“アンジェリコ”という名前にして明日葉リキュールを試作しました。」

——伊豆諸島は明日葉の大産地ですが

「今度行ってみたいと思います。もしかして、“アンジェリコ”に関心を持って下されば・・・」

——町興しに一助？ ところでリソットは？

「これも試作したいのです。みかん、玉葱、ニンニク、鶏ガラスープ、白ワインなどをうまくつかえばイタリア風の家料理が簡単にできます」

——イタリア語を教える計画があるとか？

「私は大好きな“国際都市おおた”のために、大田来一大使を引き受けました。英語もイタリア語も漢字を使うアジアと使わないヨーロッパの人を同じ教室で教えることは難しいのです。」

——漢字を教えるという意味ですね？

「そうです。私はヨーロッパ人に日本語を教える方法を研究しています。」

——それで、イタリア語教室を開くことにしたのですか？

「ハイ」

8. 粕 雅子さん

——自力全体の教室を開きながら、趣味のミュージカルの創作、練習と超人的な活躍です

「JAXA・宇宙開発業団に勤めて職場コーラスをやっていた関係で、どうしてもミュージカルをやりたいくて、引退してから取り組ませていただきました」

——始めてもう8年ぐらいになりますね。ボクも誘われて、いつも下手な演技で申し訳ありません「参加することに意義ありで、男の人の参加は歓迎です。」

——英語サロンのメンバーと重なりますか？

「山代さんの英語サロンとメンバーがだいぶ重なります。お互いに音楽が好きなんです」

——2月2日、アプリコ小ホールでの公演を？

「178人も来てくれました。オペラカルメンを練習しているネコ軍団の物語でした。私は年老いた女優が泣く泣く引退する役を演じました。山代さんが、私に引退勧告をするいじめ役を演じました。。私はストレスが溜まって入居した老ネコホームで騒動を起こしました。次の企画もあります。」



9. 和地義隆さん

——トマトフェスタに来て明日葉について ご講演を頂きました。それはいつですか？

「2011年です。せせらぎ公園でした」

—その時から、震災支援で一緒にしましたね

「明日葉（写真は青森で）が非常に栄養のある植物です。私の品種は寒冷地の宮城や青森でも育つ
と思い、復興庁から委託されてこれを被災地に送りました」

—私と**工藤勝夫さん**、**吉田香代子さん**、その他メンバーも参加しました。開発した明日葉パウダ
ーはその成果の一つですね。

「明日葉は薬効が強いし、光合成力も強い、即ち成長が早
いので素晴らしい野菜だと思います。これを大田区の家庭
園芸にも使えればと思いトマトフェスタで紹介しました。」

—沢山明日葉の苗を多摩川まるしえで売りましたよ。今
は大田で多くの人が明日葉を育てているでしょう。

「そんな時私、和地が突然一型糖尿病になりましてね、病
院に担ぎ込まれたとき血糖値が800もあり、生死をさまよ
いました。この病気は大量のインシュリンを毎日何度も注射する大変な病気です。何とかインシ
ュリンを大量に射たない方法はないかと主治医と一緒に明日葉の効用を私自身の人体実験の形で
追求しました。」

—今研究中ですね。経過が良さそうで何よりです。

「その成果を病状報告を付して出版しました。明日葉が糖尿病の回復になにかの力になっていると
私は確信しています。」



明日葉パウダーがほしい人に(山代)



いただいた明日
葉のパウダー

和地さんから教えられて、和地さんの明日葉をパウダーにしたものを10人ぐらいで一緒に飲んでいますが。血糖値が不安な人が多く、毎日1グラムずつ飲みましようということにしておすそ分けしています。もしかしてご所望の方はご連絡ください。費用は一日30円程度です。☎毎日1グラム

(小さじ1カップ)をヨーグルト、牛乳、豆乳などに

入れて飲んでいるメンバーが多いようです。私はミカンジュース、牛乳と混ぜて1260日、飲み続けています。糖尿病予防対策です。

ノラボー大盛況

ダンボール堆肥の有力な使い道はプランター野菜の元肥です。
ノラボーという素敵な野菜をご存知でしょうか？



プランターに移植したノラボーです。

明日葉の赤ちゃん苗

大きくなりました。100株ほどありますのでご希望の方はお知らせください。鹿野4分の1。100円でおすそわけします。



明日葉を食べる

明日葉は1年もすると50センチになり、太い茎がたくさん出ます。茎を切り取り、葉を切り取り、お湯で湯がきます。それから皮を剥き、適当な調味料であしらいます。葉は天ぷらや総菜につかいます。強力なお庭の野菜として価値がありますので育てたらどうですか？。

また、明日葉の茎の皮をむいた後、すり鉢でこすると新鮮な明日葉ジュースができます。とんでもない豊かな栄養分を持つ。お出かけ前のジュースです。

段ボール堆肥は明日葉の大好物です。台所の生ごみは明日葉に変わります。



