

ははラボ 通信

地球と、あなたにやさしい暮らし方

2021年4月28日 第8号

薬剤師から農家へ

有機

まあむの物語



一日一杯の
玄米ポン菓子で
わたしもネコも
起死回生

物心ついた頃から

アレルギー
ぜんそく
鼻炎

症状をおさえるために
薬を飲んでいました。
まさに「薬漬け」の日々…。

病気で苦しむ人の
力になりたくて
薬剤師になたけど
薬を使うことに疑問が生まれ
患者にも自分にも
薬だけでは治らない…

体調が悪化し
限界を感じた40代
投薬も仕事も
やめました。
このままじゃ死ぬ…!!

白衣を脱ぎ捨て
農家になりました。
自然農の修行を
させてもらい、
食事を変えたら
みるみる復活。
食の力ってすばらしい
難しいことはしてないんですね。
ちなみにメニューは
ごはんとみどり

3.11
有機の食品のおかげで
すっかり元気を取り戻した頃
お金より、もっと
自然中心の社会へ
変わらねばと痛感させられ…

このとき
もっと多くの人のため
子どもたちのために
生きたい。

神さまどうか
わたしを
使ってください…

朝から晩まで畠仕事
ふしぎなことにわたしはさうに
元気になりました。
どうして
そんなに
元気なの
と聞かれることが
増えます。

農業で
元気になる
人がもっと
増える事を願って活動しています。
作って食べる。

★メンバーコロナ募集中★
「母なる地球を守ろう研究所」

略して「ははラボ」は、現在理事の
ひろし、もりぞう、まあむの3人で
活動中！ まずはfacebookを
のぞいてみてね。



そんなまあむが
オーガニック初心者に
おすすめ



奇跡!? 無農薬の
ユウちゃん
15才(♀)

一日一杯の
玄米ポン菓子で
わたしもネコも
起死回生

おどろきの
エピソードは
次ページへ！

薬剤師から農家になった私のぶつ飛び人生

伊丹ルリ子（理事）

薬剤師を目指す

私（まあむ）は、1952年神戸生まれで、インスタントラーメンや粉末ジュースの素が登場した頃です。毎日ジュースを飲んでいました。幼いころから、アレルギーらしい水ぶくれができて包帯を巻かれていました。3歳頃から気管支喘息がだんだん強くなって、眠れない夜もありました。そんな時は近くの開業医さんが往診に来てくださいました。体質改善の注射も続けていました。小学校でも鼻炎と気管支喘息に悩まされ、薬を飲んでいました。母の勧めもあって、私は薬剤師になってお薬を調合して病人を治してあげようと思い立ち、大学は薬学部に行き薬剤師の資格を取りました。

薬漬けの生活、子育て

病院勤務をしていても鼻水や咳が出るので、薬を飲みながら仕事をしました。30歳で結婚して、小児科医の薬局に勤務しました。子どもたちにアレルギーが多く、みなさま薬を飲み続けておられました。副作用が心配でした。38歳で待望の男の子が生まれました。アレルギーに気をつけて卵は妊娠してからずっと食べないようにしていました。生まれてからも手作りの離乳食でアレルギーを防いでいました。しかし食べ物に気をつけていてもアトピーが出てきて、病院に行くようになりました。薬もずっと飲ませていました。息子が小学生になって鼻炎もひどくなりました。私も鼻炎がひどく蓄膿のようになって苦しくなりました。薬が治療薬でなく一時押さえだと思っていましたが、その原因がわからていませんでした。

薬剤師を辞めて、有機農家さんのところで研修

食べ物で治そうと思い立ちました。2008年に薬局を辞めて、有機農家さんのところへ研修に行き、微生物に触れました。米ぬか、海藻、カニ殻などを混合したものに水をかけて、小さな体育館のような建物の中に山積みして発酵させ、毎日トラクターで混ぜておられました。その上に寝そべって、頭だけ出して埋めてもらいます。熱い砂風呂のようで、汗が出てすっきりします。これを酵素風呂と呼んでいて、癌患者さんが来られていました。私は、3年間、出荷などのお手伝いをさせていただきました。スピード競争のような出荷作業した。合鴨農法も教えていただき、卵から育てた合鴨が可愛くて、「伊丹さんピーコとか名前をつけたらダメ、食べられなくなるよ。」と言われ楽しい研修農家さんのお人柄に包まれて、天国のような日々でした。その無農薬のお野菜を食べていると、鼻炎も治まってきました。

楽農学校就農コースに入学、そして農家に

2011年、3.11の東日本大震災が起こり、その被害の大きさに驚き、この国はどうなっているのか？と考えました。炊き出しなど最初に被災者を救えたのは農家だったので、私は神戸市西区の神出町にある楽農学校の就農コース（慣行農業）に申し込みをしました。楽農学校とは、兵庫県が主宰する生涯学習プログラムです。楽農学校は神出神社のふもとにあり、入学した私は、毎朝、神社をお参りしてから学校へ行きました。3.11の後だったので、「神も仏も無い！」と神様を恨んでいました。しかし、しばらく経ってこれは原発を作った人類が悪いんだと思い直し、「神様、子どもたちのために、私を使ってください。」とお願いしました。この1年間、就農コースでは、ハウス50mと圃場5アールが1人分です。授業があり、カリキュラムの中で農薬の勉強をしていましたが、私は使っていませんでした。すると、病害虫が発生して、まともな野菜ができないので、病気やアブラムシのついたイチゴをハウスの外の自然界へ移植させるなどの試みをしました。楽しくて毎日夜明けから日没まで皆勤で、1年があっという間に過ぎました。卒業時に楽農学校の先生が、私を見ていて「就農コースに有機コースを作つておくべきだね」と言ってくださいました。楽農学校で最もうれしかったことは、卒業すると農家資格が取れる道が開けたことです。またトラクターを自由に使えたので、女性の私でもトラクターを運転できるようになりました！

楽農学校の先生の紹介で、書類申請して農家になれました^注。10アールの田んぼを購入して1年間しっかりと有機栽培で稲作をしました。それから田畠を買い足したり、借りたりして田畠は合計140アールになりました。現在、直売所やファーマーズマーケットで販売し、加工体験教室で食材としても使っています。

神戸大学名誉教授保田先生との出会い

楽農学校には、保田茂先生の有機農業塾があったので覗いてみました。保田先生は神戸大学を退職され、兵庫県下10か所余りで有機農業塾の講師をされていました。「淡路島の農家さんを喜ばすために、保田ぼかしを作ったんだよ。立派な有機野菜ができるからね。」「農家の息子は中学だけで良いから農業を手伝わせなさい。それと、親は農業を楽しそうにして見せることが大事です。」と、先生のお言葉に感動しました。私は、この国は良い農業者が必要なのだと思います。加工の仕事があったので5年経つてから、保田先生の授業を遂に受講できました。保田先生から有機農業を学べることがとてもありがたくて、毎月授業を待ち遠しく思いました。保田茂先生の有機農業塾は初心者向けの授業と野菜畠での実践です。たいへん人気があるので、定員の70名がすぐに埋まってしまいます。

有機農業を始めたい人のための「開かれた畠（すぎなの会）」

自分が農家になったので、借りた田畠を楽農学校の親しい仲間に使ってもらいました。口コミで人数が増えていき、現在では20名ぐらいが耕作に参加して、30アールでトマト、玉ネギ、レタス、ナス、ネギ、カボチャなど野菜を育てています。とても食べきれる量ではな

いので、直売所や個人のお店に持ち込んで販売もしています。あげたり、もらったり、販売したり、有効活用することはとても楽しいそうです。すぎなの会といいます。まだ会則も文章にしていないゆるやかな楽しい会です。メイン会場は私の畠のテーブルとベンチで、お茶が飲めます。作業の協力は惜しみなく無報酬がモットーです。

私の畠に初めて来た方には、まず保田先生の有機農業塾の受講を勧めます。有機農業学会の生みの親である保田先生から直に学んでほしいと思います。保田先生のお言葉ですが「だれでも、どこでも、安価に、美味しい有機野菜ができる」と私も言っています。自給用であれば、鍬と鎌だけで野菜づくりができます。余ったら人にあげて、多くの人が生涯健康に過ごしてほしいと願います。

参加者には地代をいただいています。ぼかし（自家製有機肥料）の材料を共同購入することもあります。地主さんの中型トラクターをお借りして、耕起やうねたてをしてあげています。地主さんも、トラクター運転ができるようみなさんを指導してくださっています。市民農園しか知らない人たち 10 アールの大きさに圧倒されています。草刈り機は半年くらいは私たちのを使ってもらいましたが、グループで購入されました。その他の農具も、地主さんのものを各 500 円で購入されたそうです。

集落でのつき合い方

草刈りや水路掃除などの農村での共同作業には、各グループに声をかけて毎回 3 名程度参加してもらっています。高齢化して農村の維持が困難になっている時代ですので喜ばれます。参加者は 2~3 時間の作業で 3,000 円の謝礼をいただきます。となり村は 1000 円です。私の畠は 2 つの集落にまたがっているため、両方に参加しています。初心者は草刈機が使えないのですが、良い練習になります。けがをしないように前もって注意しています。

都会の人間がこの集落にとけ込むためにまずはすることは、田畠のあぜの草を常にきれいに刈っておくこと。これが、なかなか出来ません。村の掃除や草刈りにも参加することです。それと、あいさつをする。信頼関係をつくるのが先決だと思います。

私も猫も無農薬の玄米ポン菓子で救われた

飼い猫に、市販のキャットフードを食べさせていました。尿が出なくなり夜間救急病院で導尿してもらいました。尿閉をまた起こした時、今度は救急病院に行かず無農薬玄米ポン菓子を食べさせてみました。粉にしてぬるま湯に浸し、シリソングで口に流し込みました。48 時間以内に尿を出さなければ命が危ないので、心配でした。すると朝になって、トイレに座っていると少し尿がでたのでホットしました。その日のうちに尿が出だしました。以後、無農薬ポン菓子小さじ 1 杯に牛乳を少し加えて、毎朝食べさせました。ねこまんまも無農薬のご飯にしました。その後、病院に行くことも無くなり、りっぱな便と、美しい尿が毎日出ています。

息子は成人して、現在東京でベンチャーの社長をしています。孫守りのために一時期右も

左もわからない東京都心に住むハメになりました。2020年7月に、突如肺炎を起こしコロナ専門病院に入院しました。PCR検査は陰性だったので、1週間で退院しました。しかし、息子は忙しく、自分は地理感もなくて有機食材を買いに行けず、近くのスーパーのもの（慣行栽培）を食べていました。すると、じんましんが背中に出てきました。だんだんかゆみが広がるばかりです。神戸で自作していた無農薬玄米ポン菓子をコップ1杯、試しに食べてみました。すると、かゆみが徐々に治りました。それから1か月たったころ肺炎が再発し、胸痛が強くなりました。今度は病院に行かず自分で治そうと思い、無農薬の玄米ポン菓子を食べてみました。しばらくすると、スーッと胸の痛みが消えていきました。不思議でした。ポン菓子を食べ続けていると肺炎は治りました。3か月目にまた胸痛が再発しましたが、今度は時計を見ながらポン菓子を食べ、タイムを計りました。すると5分で痛みがやわらぎ、10分で消えていきました。やはり効きました。今は神戸に帰って自分で育てた有機食材を中心の生活に戻りました。

私も猫も食べ物に救われました。

神戸周辺で、野菜を買いに来たい人、すぎなの会に参加したい人は、伊丹(090-3623-8793)まで連絡ください。

注) 農家なるとは、市町村の農業委員会で農家と認められることを意味します。農家にならないと、個人で農地を買うことはできません。神戸市は10アールの農地を耕作すると農家になれます。農家になるために必要な耕作面積は市町村によって50アールから10アールと幅があります。