

九重の高原から

TAKE FREE

さとぼる時間

九重ふるさと自然学校通信

Vol. 33

2015. 冬号



九重のさとぼる【里の草原】で育まれてきた自然や文化、そしてそこに流れるようなのんびりとした時の流れを感じてほしいという願いを込めて、「さとぼる時間」と名付けました。

特集

伝統野菜。

守り継がれてきた
地域の食のたから

＼ Q. これなーんだ？ ／



詳しくは中面で。

- くじゅうびと “種の守りびと”
- さとぼるサロン「伝統野菜部」始動！
- スタッフコラム “畑と昆虫のカンケイ。”
- 冬プログラム募集&2015秋 実施レポート



伝統野菜。

守り継がれてきた
地域の食のたから

なぜ、いま**伝統野菜**？

伝統野菜とは、地域の気候・風土に適応した地方野菜（在来種）のこと。大昔からその土地の人が家の畑で育て、良いタネだけを採り、また翌年に蒔く。このようにして受け継がれてきた種は、遺伝的に安定した品種（固定化）となり、個性豊かな香りや味わいを持つ。伝統野菜は、形や大きさ、生長具合が揃わない事もあるが、大きく育ったものから採るなどして長期間収穫するのに適している。

しかし、現代では、量産化や効率性を重視し開発された「F1 交配種（一代雑種）」の野菜が主流となった。これは異なる性質の種をかけ合わせてつくられたもので、耐病性をつけやすく大量生産に向いており、家庭でもこれらの野菜をスーパーなどで購入し、食

自然とともに。 小さな畑で伝統野菜づくり

地元の方からタネを分けていただいた伝統野菜や地方の固定種野菜を中心に栽培しています。堆肥は草原の草で作るなど、自然と共生する畑づくりを目指して、つくるところから食べるまで地道に活動中。



ススキで作る
草こづみ堆肥



当校で栽培している九重の伝統野菜。左上から時計回りにむたとうきび/地きゅうり/おりゅうさん豆 右のページで紹介しているマタゴロも栽培しています！！

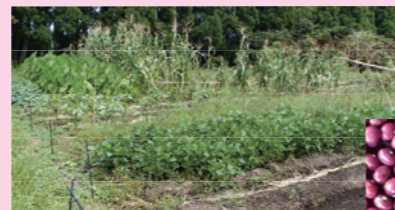


九重ふるさと自然学校の取り組み

べることが一般的となった。

一方で、家庭での豆食など日本の伝統的な食離れも、各地域の食文化と結びついてきた伝統野菜の衰退につながっている。これらの理由などから、伝統野菜はいま衰退・消滅の危機にさらされている。

当校では、九重の伝統野菜の種を保護することで、地域の生物多様性の保全をめざすとともに、地域の食文化の継承を行っている。



上/自然学校の畑
右/九重飯田高原の「おりゅうさん豆」

※2010年の生物多様性条約 COP10 の愛知目標【個別目標 13】でも、伝統野菜など貴重な「作物の遺伝子の多様性」の維持と保護が挙げられ、その必要性が叫ばれています。



私も育てて
みようっと！

さとぼるサロン“伝統野菜部”始動！

食に興味のある地元の方と一緒に九重の伝統野菜について学んでいます。種の保存活動の意義や価値、伝統野菜の育て方、おいしい調理法の検討、タネの交換会などを実施。希少種になりつつある地域の伝統野菜の栽培者や活動協力者を増やし普及をめざしています。



おりゅうさん豆
で作った煮豆

【おりゅうさん豆】鮮やかな黒紫色で、大納言よりも一回り大きい。昔、おりゅうさんという人が飯田高原に持ってきたことが名の由来。小豆に比べて皮が軟らかいため、破れないよう囲炉裏などの小さな火でコトコト煮て甘く味付けするのが伝統的。

【地きゅうり】一般的な細いきゅうりとは違って皮が硬く、長さ約30cm程、幅は約10cm。中綿を取り除いた後、半月切りにして浅漬けにしたり、酢ものにしたり、他の野菜と一緒に煮たりして食べる。非常にみずみずしい。

【むたとうきび】スイートコーンと違いモチモチとした食感で、若いうちに焼いて食べると美味しい。乾燥させた実の粒で“とうきび飯”、粉にして“とうきび餅”で食べる。また、トウキビの皮はトイレトペーパーの代用に、芯は風呂の薪としても利用されていた。

九重の様々な分野で活動する人にお話を聞く連載記

くじゅうびと

拡大版 Vol.6



飯田の伝統野菜
召しあがれ

時松 千代子さん

「マタゴロが美味しくて。だから毎年大切に育てています」。時松さんは、大分県九重町飯田高原に伝わる伝統野菜で里芋の一種「マタゴロ」を作り続けてきた。マタゴロとは「茎の股になっている部分が黒い」ことからそう名付けられたそう。一度聞いたら忘れられない名前！

「見かけが悪いので、商品としては売れにくい。でもホクホクして粘りがあって、とても美味しいの。マタゴロは、親芋も子芋も食べられる“白芽”の里芋。親芋は煮崩れしにくいから、おでんや蒸して塩で食べるのがおすすめ。子芋はここでは“つんむき芋”と呼んで、蒸したあと指で皮を押し剥いて、味噌や生姜醤油で食べるよ。あと、芋と茎の間の白いところ。これが美味しい！団子汁やみそ汁に入れるといい」。育て方、

表紙のクイズ

答え「マタゴロ」

でした！



どんな伝統野菜かは、ぜひ下の文章を読んでね！



自然学校スタッフ
伝統野菜担当のイケマリです！



茎に黒い筋が見える。
マタゴロたるゆえん

収穫のタイミング、調理法、そして食べ方まで、マタゴロの知識が豊富で、話を聞いているだけでおいしい時間。

「マタゴロを作っているところは、飯田地区で数軒あることは知っている。もう何十年と作ってきたけど、いつからあるかは分からない。お姑さんの時代にはあったそうだから、明治の頃にはすでに飯田で作られていたんでしょう」。当校で作っているマタゴロも、はじめは時松さんから種芋を分けていただいた。近所の人も“マタゴロの種芋をおくれ(ください)”と、時々訪ねて来られるそう。

育てて食べることが、守ることにつながる。これが伝統野菜のおいしい要素だ。標高800mを超える飯田高原の気候や風土で受け継がれ、育まれた地域の宝・里芋マタゴロ。見かけではない、その本質に惚れ込み、守り続けてきた時松さんのマタゴロへの愛情をひしひしと感じた。

時松さん、なにやら畦の斜面を…何が入ってるの？



マタゴロなどの種芋！来年分。

これは種芋を保管する芋釜。穴を掘って作る天然の貯蔵庫なんです。植付まで傷まないよう守ってくれる優れもの！



←自然学校では、茎(ずいき)を収穫。皮をむいて乾燥させて保存食に。



自然学校スタッフ朝倉の

かずくん昆虫記

テーマ「畑と昆虫」

作物を育てる畑。そこは、作物と共に小さな生きものも育んでいます。畑で見られる昆虫は、害虫や益虫などと呼ばれますが、これは“作物を育てる人”や“育てている作物”によって害か益かに分かります。

害虫の代表的なものと言えば、イモムシ類です。畑の作物を食い荒らすイモムシの多くは、チョウやガの幼虫です。キャベツやブロッコリーなどアブラナ科の作物では、モンシロチョウの幼虫がよく見られます。成虫は3月頃から11月頃まで何回も世代を繰り返す、寒い冬をサナギで乗り切ります。サナギは枯れた植物にそっくりな色をしており、植物の茎の陰など、直接風雨にさらされない場所で見られます。

では、例えばモンシロチョウの幼虫から作物を守る方法はあるのでしょうか。これには、とても有効な益虫が存在します。その名前はアオムシコマユバチ。モンシロチョウの幼虫に寄生

する体長3mmほどのとても小さなハチです。「モンシロチョウの幼虫を飼っていたら、ウジ虫がたくさん出てきた」という話をよく耳にしますが、まさにそれがアオムシコマユバチの幼虫です。見た目はグロテスクですが、広い畑の中でも的確にモンシロチョウの幼虫を見つけ出し、体内に卵を産みつけます。キャベツ畑ではなんと寄生率が9割を超えることがあるとの報告もあるほどです。なお、このハチは人を刺す毒針はありません。



▲アオムシコマユバチ

益虫を畑に呼ぶためには、害虫も益虫を養えるほど多く生息していることが必要になります。現在では、実際に益虫による害虫駆除も行われています。しかしながら、害虫が畑に生息する以上、まったく虫食いのない作物にすることは困難です。ここはひとつ考え方を改めて、害虫の一部は益虫が来るための“おすそ分け”として考えてみるのはどうでしょう。



▲寄生されたアオムシ

11月28日(土)

冬のバードウォッチング

時間：10:00～12:00 ※雨天中止
場所：九重自然教室「さとぼる」
定員：15名
参加費：大人500円、子ども(小・中学生)300円



双眼鏡の貸出しあります。



ジョウビタキ

九重の里山で懸命に越冬する冬鳥に会いに行こう！

お申し込みは…電話・FAX またはEメールで。
防寒対策をしてお越しください。天候により道路の積雪・凍結が発生し、開催場所までチェーンなどのタイヤ装備が必要になる場合があります。

12月5日(土) **しめ縄作りと正月飾りづくり**



お正月が待ち遠しい！自分でワラで縄を縛ってしめ飾りを作ろう。

時間：【午前の部】10:00～12:00 ※2部制、参加する時間帯をお選びください。
【午後の部】13:30～15:30
場所：九重自然教室「さとぼる」
定員：各20名程度
参加費：無料 ※大分県「体験の風をおこそう」推進事業で実施します。

9.19*トキもすめる田んぼづくり～稲刈り～*



参加者の声

・鎌で稲を刈ったり、生きもののお宝カードや昆虫を探したりしたことが楽しかった。・今度はワラでしめ飾りを作りたい！



10.10 *田んぼの生きものしらべ・秋*



参加者の声

初めて見た生きものが多く、田んぼと生きものの関わりを感じることができました。田んぼにこれだけ生きものがあるなんて！



タイコウチみつけ！

10.31*トキもすめる田んぼづくり～収穫祭～*



参加者の声

・自分で作った竹筥と竹箸で食べた昼食が楽しかった。
・脱穀や粳摺り、米搗きの昔の方法に感動した。ごはんをありがたく頂かなければと思った。



10.24 *九重のんびりハイク。秋の九州自然歩道を歩こう！*



参加者の声

・紅葉が素晴らしく綺麗でした。・ススキで銀色に染まる夕原湿原や落葉のふかふかした森の中を歩くのが気持ちよかった！



11.7-8 *秋のボランティアワークキャンプ*



参加者の声

・初めての炭焼きづくり！黒炭がどんな風にしてできるのかよく分かった。
・野焼き前の防火帯の草寄せをして、火を入れる来年の春を迎えるのが楽しみになった。



ふるさと探検クラブ

筑後川の流域に住む九重町の小学生が筑後川をテーマに故郷の自然を考える活動。
共催：九重町・九重町教育委員会



魚を捕るのが楽しかった～



筑後川と有明海での夏キャンプの後、子どもたち自ら考えた故郷での清掃活動と流域の川の生きものしらべを実施。9月には田植えをした田んぼで稲刈りと、今年の活動のまとめを町長や保護者の前で発表しました。

参加者の声

・川で泳ぎ、生きものを捕まえるのが楽しかった。魚の名前を知ることができた。・稲刈りは普段しないので、よい経験ができた。

【編集・発行】

さとぼる時間 2015. 冬号
2015年11月20日発行
写真提供：福島 優氏

九重ふるさと自然学校 (運営：一般財団法人セブンノイレブ記念財団)

〒879-4911 大分県玖珠郡九重町大字田野1624-34
TEL:(0973) 73-0001 FAX:(0973) 79-3434
Eメール:kujyu-sizengakkou@7midori.org

当校MAPは
こちら▶▶

