



## NETWORKING NEWS LETTER



### CONTENTS

【ねっとわーきんぐレポ】

#### ファーマーズガーデン “X'mas”

「広場」はネットワーキングの原点  
みんなで集まれば冬も楽しい！

【地球と一緒に！…つくる人TALKその6】

こんなにやくはおいしい  
……池谷 森屋 一穂 さん

【トピック&ニュース】

#### 原発は、いらない！

「小水力発電を見に行こう！@奥多摩」  
…エネルギー地域自給を目指して

12.14さよなら原発  
エネルギーシフトウォーキング(9)

オーガニックショー  
出展ぞくぞく決定中！

【INFORMATION】

事務局からのお知らせ

● 1月の活動予定／●活動短報

A  
HAPPY  
NEW  
STAGE  
2014 1 月号

2014.2.22～つくる人&食べる人が出会う

## オーガニックな食と暮らし オーガニックショー出展ぞくぞく決定中！

### 直売市場 ファーマーズガーデン

～米、穀類、野菜、果物、調味料、  
発酵食品などもりだくさんに試飲・  
試食、食べ比べ、飲み比べ！  
有機的な取組みやそのスピリッツを  
語り、展示・直売します！

つくる人食べる人  
全国から！



食のネット  
ワーキング

【出店・参加者(予定)】ベにや長谷川商店(北海道/在来種豆)、道南伝統食品協同組合(北海道/昆布・海産物)、新農業研究会(青森/りんご・米)、八木澤商店(岩手/天然醸造醤油・加工食品)、森の家(山形/蕎麦五郎門手、在来作物)、太田餅店(福島/りんご酢・万能酢)、要ファーム(茨城/有機野菜)、飯塚愛菜農園(茨城/有機野菜)、ハーブスマン福山久之(茨城/有機ハーブ加工品)、古代米清部農園(群馬/有機米・米麦加工食品)、プレマ赤城ナチュラルファーム(群馬/有機小松菜・有機加工食品)、栗原はら山(埼玉/有機・無添加和菓子)、千葉産直サービス(千葉/水産缶詰・無添加加工食品)、カンボの造(東京/ベトナム産大豆・味噌)、湘南びゅう(神奈川県/無添加ハムソーセージ)、東明(静岡/無添加漬物)、橋水産(静岡/無添加干物)、天恵グループ(愛知/有機野菜)、角谷文治郎商店(愛知/有機三州味噌)、きとうむら(徳島/柚子加工品)、肥後あゆみの会(熊本/有機柑橘・野菜)、かごしま有機生産組合(鹿児島/有機野菜)、カワノすり身店(鹿児島/無添加さつま揚げ)ほか

### 食と暮らし、手仕事の 天然市場

～ナチュラルコスメ、オーガニック  
コットンほかの生産・製造者による  
直売市場とワークショップ



オーガニックな  
暮らしが始まる！



【出店・参加者(予定)】太陽油脂(神奈川/ナチュラル石けん・シャンプー・化粧品/手作り石けんワークショップ)、ナイヤード(東京/朝摘みバラ水/手作りバスソルトワークショップ)、メイド・イン・アース(東京/オーガニックコットン製品/糸つむぎ・手作りコースター・布ナプキンワークショップ)、日本創健(長野/ナチュラル馬油)、ハート(高知/認証オーガニックコットン製品)

### 絵を描こう！

キッズウィークエンド

@青梅～福島子ども保養ツアー写真展

●ワークショップ「自然の素材で筆と絵の具をつくり、  
みんなで大きな布に食べ物や生きものの絵を描こう」

カラクリ  
コロコロ  
募金箱？



子どもたち  
集まれえ～



同時開催。必見、必聴！私たちは東北を忘れない

● 私たちは東北を忘れない (11:00～17:00)

いづみみ

稲澤美穂子イラスト展「飛流」～「奇跡の海 三陸 ばあの海」

● 在来作物と種を守り継ぐ人々の物語 (11:30～13:30)

よみがえりのレシピ

\*上映に引き続き渡辺智史監督ミニトーク

● トークショー『三陸 海のまなざし』 (13:45～15:15)

朝日田卓(北里大学海洋生命科学部教授)& 稲澤美穂子(稲沢デザイン室)

● 記念講演 (15:30～17:00)

岩手陸前高田 八木澤商店八代目 河野和義会長 大いに語る

2014年2月22日はオーガニックショーへ！



つくる。つながる。  
つたえる！

オーガニックな  
ヒト・コト・モノに  
出会う日

オーガニックショー  
ポラン広場東京 2014

日時 2014年2月22日(土)  
11:00～17:00  
場所 中野サンプラザ8F 研修室1～6  
東京都中野区中野4-1-1  
JR中央線・地下鉄東西線中野北口徒歩1分  
入場 無料 (一部有料企画あり)  
主催 NPO法人ポラン広場東京  
問合せ ポラン広場東京事務局  
TEL0428-22-6821  
E-mail office@polano.org  
詳細情報 www.polano.org/



# ファーマーズガーデン“X'mas” 「広場」はネットワークの原点 みんなで集まれば冬も楽しい！



12月7日(土)、8日(日)の2日間、東京代々木公園・ケヤキ並木で、アースガーデン“X'mas”～ファーマーズガーデンが開催されました。当初は10月末に予定していたアースガーデン“秋”が、台風の上陸により延期となり、この日を待ちに待っての開催。第9回クラフトフェアもあり、初日は三宅洋平さん呼びかけによる「大デモ」の集結場所にもなったことで大にぎわいのイベントとなりました。

## ●湯気ほかほかのイベント日和

今回の参加は池谷(こんにやく・東京)、角谷文治郎商店(みりん・愛知)、湘南びゅあ(畜産加工・神奈川)、日本創健(馬油・長野)、そしてポラン広場東京事務局の5ブース。繁忙期ということもあり、いつもより少ないメンバーですが、場所はケヤキ並木のど真ん中、NHKふれあいホールのまん前という一等地ですからみんな元気。絶えない人の流れに、自慢の品物をアピールする絶好の機会となりました。

池谷のブースは、味がしっかり染み込んだアツアツの「醤油こんにやく」「味噌田楽こんにやく」で湯気がばかばか。その隣はおなじみ湘南びゅあ、無添加ソーセージの山盛り販売、こちらもおもしろい湯気がモクモク立ち上ります。威勢のいいかけ声と、おいしいような香りにつられてか、どちらも行列が絶えません。

角谷文治郎商店では看板商品の「有機三州味噌」を中心に、青梅をみりんに漬けた「梅酒」の試飲と販売。日本創健では、血行や代謝を良くする「α-リノレン酸」を多く含み、殺菌作用、消炎作用があるとも言われる万能油「馬油」を中心とした展開。しっかりと説明で、品物の良さを多くの来

場者にお伝え  
できたと思います。

## ●2. 22ポランオーガニックショー

事務局ブースでは、2月22日中野サンプラザ(東京)にて開催の「オーガニックショーポラン広場東京 2014」の宣伝をかねて、野菜、果物、加工品、飲み物の販売です。温州みかん(肥後あゆみの会・熊本)やりんご(新農業研究会・青森)や、今が旬の秋冬野菜(POD要ファーム・茨城、天恵グループ・愛知)のほか、震災後の「君がいないとこまるシリーズ」の味付ぼん酢柚子、しょうゆドレッシングなど(八木澤商店・岩手)、祝島のびわ茶(山口)、木頭村のゆずドリンク(徳島)ほか人気の加工食品をたくさん紹介できました。ブース前では、初お目見え、青梅ブンブンの会の「からくり募金箱」で、アースデイ東京とのコラボで毎年実施しているキッズウィークエンドの募金活動。ブンブンの会スタッフによる獅子舞も登場して盛り上がりしました！

夕暮れにはキャンドルが灯ってロマンチックなケヤキ並木。人の心が伝わる、温かくて自由なオーガニックイベントになりました。ご参加、ご協力頂いた皆さん、ありがとうございました。またやりましょう！



(上)寒さなんてへっちゃら。いつも人気の湘南びゅあから、平井三郎さん／(中)丁寧な説明と試飲でみりんの深さがよくわかる！角谷文治郎商店・高橋通雄さん／(下)湯気ほかほかのアツアツこんにやくは池谷。森屋さんご一家、笑顔いっぱいでした



(左)青梅ブンブンの会からひょうきんな獅子舞も登場。手作り募金箱も人気でした／(左下)日本創健のブースでは馬油の「タメになる」お話しで女性に人気／(下)代々木公園メインストリート・ケヤキ通り真正面。有機野菜ほかたくさんの「オーガニック」のご紹介ができました。ご来場くださった皆さん、ありがとうございました！







# こんにゃくはおいしい！

…池谷 森屋一穂さん<sup>かずほ</sup>（東京都あきるの市）

多摩川の支流、秋川を西にさかのぼると、そこは東京都とは思えないような水と緑の山里でした。夏にはホタルも飛び交う溪谷のほとりに、おしゃれなナマコ壁のこんにゃく屋さんがあります。山歩きのハイカーにも人気、「一穂(いっすい)のこんにゃく」でおなじみ、池谷・森屋一穂さんにお話をうかがいました。



森屋一穂さん。今年で67歳。こんにゃくづくり45年目

## ■山里のこんにゃく屋さん

……練りとさらしが風味と喉ごしに

もともとは山の畑で楮(こうぞ)を栽培、和紙工場をやっていたんです。それがすたれて、こんにゃく工場になったのは、1957年から。私の母方の父親が始めました。山でこんにゃく芋を育ててつくる、小さな山のこんにゃく屋が原点なんです。

私は公務員だったんですが、それを引き継いだのが、69年。高度成長が始まったころ、私のところは機械化も何も、80過ぎのじいさんが経験とカンでつくる、昔ながらの手練りに近い製法でした。

同業のこんにゃく屋はどんどん機械化が進みましたが、私自身、素人として始めたこともあって、「手作り」にこだわりたいという思いが最初から強かったですね。ここ秋川は水もいい。空気もいい。この山里を生かしたかった。本当においしいこんにゃくを伝えたかった。

手で練るのが本来。それがこんにゃくです。その動きを回転で再現しようとしたのがバタ練り、より効率化したものが練り機。生産性はどんどん上がるけれど、練りの加減も落ちてくる。まずここがおいしさの違いになります。味の染み込み方や食感が大切で、やっぱり、ふわっと、こんにゃく自体に空気と水がうまーく入っていかなきゃダメなんです。

練ったものは型枠に入れて切ります。これが力仕事で大変なんです。フネに浮かべて一晩寝かせてアクを出す。次の日に切って、また水にさらす。その上で水に入った袋に包装。真空ではなくて。これをお湯の中でもう1回ボイルするんですね。そして冷やす。これでアクがよく抜けてくれます。いい水でさらしてさらして、やっととり着く。清らかな、本来のおいしさのこんにゃくになるんです。

量産型はこんなことはしない。連続機械なら、固めてカットして真空で袋に入れて煮て終わり。アクが抜けきらず、嫌な匂いがして。しかも早く固めるから、ゴム噛んでみたいになってしまう。

## ■絵本に込めた思い

……本当のおいしさを伝えたかった

おいしいこんにゃくは、どうしても手間のかかるもの。だから知って、食べていただくしかない。工場の入口をナマコ壁にしたのも、表通りの橋からよく見えるから。看板にお茶サービスと書いて、休んでもらうようにもしました。そのこんにゃくをおみやげにしようと、近くの旅館に陳列台をつくって、出張販売もしました。ぜんぶ堪能してもらおうと、こんにゃく料理専門のお店も出しました。

子どもに伝えなくちゃと、こんにゃくの絵本もつくりました。『だんらんらん』というタイトルで、自分が教えてもらったおじいさんの、昔ながらのこんにゃく作り、秋川谷の暮らし、だんらんを描いてもらいました。手作り研究所って肩書で、あとがきに「日常生活の今と昔を思い出、日本の心、素朴さを、今のこのスピード時代に少しでも組み入れて」と書いた。真剣でした。

## ■こだわりぬきたい

……進化も、伝統もあきらめない

これからは伝統にもどること、そして新しいコラボレーションの2つの方向をバランスよく進めていきたい。うちのこんにゃくは味のシミがだんぜん違うんですね。すると、味付けしたり、惣菜にすると、その良さが生きてくる。そういうもので、商品としても進化させていきたいですね。そのために、その分野のプロとコラボしていきたくと思っています。

そして伝統に戻っていく。これも忘れてはいけぬ。もっとこだわって、少量でも、この秋川谷で、池谷しかできないこんにゃくにこだわりぬきたい。この両方が大切だと思っています。



こんにゃく絵本『だんらんらん』。きののとしあき著、森屋一穂発行、1982年「こんにゃくの里の作物をそだてる土と大地とうるおす水と山のみどりは太陽の光につつまれていた」…美しくなつかしい秋川谷の風物。30年も昔に、すでにエコロジーやオーガニックへの思いが綴られていました

JR五日市線の終点、五日市からバスで檜原方面へ約15分。「十里木」の停留所からほんの少し。秋川にかかる橋からみえるナマコ壁が目印です



# 原発は、いらない！

「小水力発電を見に行こう！@奥多摩」  
…エネルギー地域自給を目指して

12月15日(日)、青梅ブンプンの会が主催する「えねるぎーしふと青梅塾」其の六、小水力発電装置の見学会が開催されました。

奥多摩町の小さな沢沿いの小水力発電の設置現地で、小水力発電装置「町田式らせん型水車」の設計製作者の町田さんからお話を伺い、その後熱心な質疑応答がありました。

この「らせん型水車」式の発電装置の特徴は、らせん型羽根の先端ゴムシートと流水桶を密着させ、水の移動エネルギーを100%近く回転エネルギーに変換できること。これにより、流量の少ない小さな川や水路、落差の少ない緩やかな水流でも発電が可能になります。大規模なインフラ設備が不要で、

軽量のため搬送・組立・分解が容易で、低速回転型で耐久性に優れ、騒音も出さず設置場所を選ばない、など高い実用性が期待されます。

日野市、狛江市、埼玉県川越市など遠方からの参加者も多く、エネルギーシフト、エネルギーの地産地消の取組みへの関心の高さが伺われました



焚き火を囲み甘酒を飲みながら熱心な質疑。中央が製作者の町田さん(青梅市)



町田さん製作の発電装置は直径1m、らせん状のステンレス製の羽根10枚を回転させて発電します

## 事務局からのお知らせ

### 賛助会員の拡大にご協力をお願いします！

●ポラン広場東京は、2011年施行の「新寄付税制」と2012年4月施行の「改正NPO法」に基づき、「認定NPO法人」の取得を目指しています。●認定NPO法人への寄付には、寄付者への所得税・住民税控除、会社等法人への損金算入枠拡大などの税制優遇措置が設けられました。この「新寄付税制」を活用し、補助金助成金と自主事業収入中心の不安定な資金調

達から、会費・寄付金収入を主な資金とする法人運営へと発展させる事がねらいです。●認定取得の主な要件は「年平均100名以上の寄付者がいること」です。賛助会員の年会費(5千円)は寄付金とみなされるので、賛助会員100名以上で要件を満たします。●ぜひともご家族、お友達などにお声がけいただき、賛助会員の会入拡大にご協力ください！

### 活動予定

- 1月11日(土) さよなら原発 エネルギーシフトウォーキング(10) 羽村市羽村～小作  
[http://www.polano.org/11\\_networking/130413\\_walking.html](http://www.polano.org/11_networking/130413_walking.html)
- 1月18日(土)・19日(日) アースガーデン“冬”新年会～ファーマーズガーデン@代々木公園

**決定!** オーガニックショー  
ポラン広場東京  
2014

直売市場、天然市場、オーガニックなモノ、コト、ヒトが大集合！  
と き:2014年2月22日(土)  
ところ:中野サンブラザ8階

### 活動短報

12月

- 7～8 アースガーデン“Xmas”～ファーマーズガーデン @代々木公園 企画・出店
- 10 NPO法人TEAM二本松(福島県二本松市)「青空市場」に義援物品をお届け
- 14 さよなら原発 エネルギーシフトウォーキング(9) 福生市～羽村市 開催
- 20 NPO法人TEAM二本松(福島県二本松市)「青空市場」に義援物品をお届け

## 12.14さよなら原発 エネルギーシフト ウォーキング(9)

毎月11日に近い土曜日に、ポラン広場東京と市民グループ「青梅ブンプンの会」の呼びかけで続けている「さよなら原発 エネルギーシフト ウォーキング」。12月は14日(土)に福生 東町公園(JR青梅線福生駅)から羽村市・神明公園(JR青梅線羽村駅)までを行進しました。

ウォーキングに参加している有志が作成した「さよなら原発バナー」を先頭に、原発はいらない！電気は足りてる♪再稼動反

対！輸出も反対！そして特定秘密保護法反対！の掛け声と共に。

次回第10回は1月11日(土)に神明公園から羽村市・けやき児童公園(JR青梅線小作駅)を予定しています。



### じむきよく NOTE



重くて調子が悪く燃費も悪い古～い刈払機をついに諦めて、新しいのを買った。軽くエンジンはかかり易くパワーがあり燃費がびっくりするほど良い。困った事に物欲に火がついてしまい、勢いで小さな耕運機とチョッパー(選定枝のシュレッター)まで注文してしまった。まだ止まらない。山の手入れのためにチェーンソーが

欲しい。最近ノコギリだと樹よりも息ばかり切れて。来年から米と在来大豆と麦と野菜を自給したい。勾配のきつい畑は果樹や山菜、茶の樹を増やしたい。山は手を入れて山桜とモミジを増やしたい。これを一人で土日とウィークデーの早朝1～2時間だけでやろうというのだから、ほとんど妄想の域を出ない(佐藤)

NPO法人ポラン広場東京  
ネットワークニューズレター



1月号

2014年1月1日発行  
(毎月1日発行)

特定非営利活動法人 ポラン広場東京  
〒198-0052東京都青梅市長瀬4-393-11  
TEL:0428-22-6821 FAX:0428-25-1880  
E-mail:office@polano.org