

畑はすっかり冬の顔になりました

今年の秋は、ずっと暖かい秋でした。大根や白菜、カブ、人参、ホウレン草、コマツナ、チンゲンサイなど、畑の野菜たちは順調に大きくなってきていますが、寒くなればいなくなってしまうモンシロチョウが、いつまでも白菜やコマツナの上をヒラヒラと飛んでいます。10月20日頃からは、急に寒くなり、この秋一番の寒気が入ってきた22日には、冬を思わせる冷たい北西の風に「寒～い!!」を連発！ それまでが暖かかっただけに、まだ冬の身仕度をしていなかったので、畑に置いてあったカッパを防寒着にして、来春に収穫する予定のキャベツの苗を植えました。

昨年は、ちょうど10月の末頃に、畑に残っていたサツマイモをイノシシに食べられてしまったので、子どもを連れてイノシシを見たという話を耳にすると、サツマイモを掘り終えるまでは気が気ではありませんでしたが、そのサツマイモ掘りもほぼ終了。ハウスの中に植わっていた最後のズッキーニも抜いて片付け、葉物を植える準備をしています。ナスも、トマトも、キュウリも、ピーマンも、今年の夏野菜は全て食べ納め。やっと大きくなってきた大根の間引き菜をごま和えにして食べるようになると、畑も食卓もすっかり冬の顔に変わっていきます。

空に浮かぶ雲を眺めていると…

「お腹が空いたねー」が、夕方の畑の合い言葉。なぜか秋は、畑にいるだけでお腹が空きます。空気の澄んだ日には、畑から遠くの山々がくっきりとよく見えます。朝に夕に、空に浮かぶ雲を眺めていると、一日の時間がこんなにもひと続きであることに気がつきます。刷毛でサツとはいたような薄い雲、もこもことしたひつじ雲、雲を追う少年になった気分で見上げる、ちょっとだけ非効率なこんな時間もまたいいものです。

さあ、今日は何を作って食べようかな。家に帰り、畑で掘ってきたサツマイモの泥を落とし、きれいに洗って蒸していたら、「母さん、これ、スイートポテトにしてもいい？」というタクト君の声。学校で作ったことがあると言って、その日は一人でおいしいスイートポテトを作ってくれました。



山本さんちの おいしいタマネギ

農薬・化学肥料を一切使わずに育てました

寒くなるとシチューやスープに大活躍！
炒めたときの甘さが自慢のタマネギです。
親しい方への贈り物などにも、
ぜひ、ご利用ください。

5kg： 900円+送料
10kg： 1800円+送料

送料	広島県内	500円
	中国・九州・関西	600円
	四国・中部・北陸	700円
	関東	800円

※野菜セットと一緒に送ることができる場合には、送料はかかりません。

乾燥した涼しいところで保存すれば、
2月末位まで保存できます。



「植物ってえらい！植物ってすごい！」

植物栄養素で若返る フィトケミカルのお話
ライフサイエンス研究所・ごま書房

ビタミン、ミネラルに続く第3世代の栄養素、
フィトケミカル。
1980年代から注目され始め、
ガンの治療や予防を研究していく中で、
次々と発見されてきました。
植物の栄養素が、
私たちの体を守ってくれることが、
やさしくわかる絵本です。

秋の畑にお出かけください

秋はたき火が心地良い季節。
大きなたき火をして、焼きいもやたき火パンを
焼こうかな。畑の日記でおなじみの、
はしもっちゃんにも会えますヨ～

11月12日(土曜日)
14時から16時頃まで
※雨天の場合は中止します。

来られる方はご連絡ください。
お会いできるのを楽しみにしています。

礼

なわけ

真ん中

にいな

はじめ

な命も

てまた。

じない。

感融

る。

私ほ

ぼって

いって

ずつ

けて

な。

①は