

地球畑の「いま」を伝える情報誌

地球畑通信

2016  春号

TAKE FREE

地震と原発

地球畑代表 P1

桜の季節に 西田店 P2

15周年と8年目を迎えて / ココナッツセミナー
レポート! 荒田店 P3

オーガニックをあたりまえに。組合 店舗企画管理課 P4

鹿児島島の郷土菓子、「あくまき」 谷山店 P5

月のおはなし カフェ荒田店 P6

地球畑からのお知らせ&スターキルトプロジェクト P7

地震と原発

— 地球畑代表・大和田 明江

熊本が大変なことになっています。

山が崩れ、数多くの建物が押しつぶされて、10万人もの人々が避難生活を余儀なくされています。

活発化する地殻変動がこの先どのように動くのか、防災といっても地震そのものを防ぐ手立てはなく、何とか被災をまぬがれて、大きな災害とならぬよう祈るしかありません。人間の科学技術の発達も、自然の脅威の前には本当に無力だと改めて思います。

「3.11」から5年。私たちは一体あれ程の自然災害から何を学んだといえるのでしょうか。復興のあり方、そして原発問題。私たちに問われているのは政治・経済を含めた社会のあり方、価値観や世界観だったのではなかったのでしょうか。地球という自然の中で限りあるいのちを生きる私たちの生き様、あり様がこれでいいのか、問われているのです。もっと謙虚に足元を見つめ、自然とのつながりの中で生かされ、生きられる世界を見出すべきではないのかと。

「3.11」の報道も、随分少なくなりました。その日その前後の記念日的な報道へと変わりがつつある中、福島の人から長いメールが届きました。

震災後の夏の日、福島の有機農家のみなさんとの交流会のあと、自然な暮らしを求めて福島に移住して被災したその友人のかやぶき屋根のお宅を訪ね、目に見えない放射能汚染が皮肉な程、美しく静かな佇まいのそのお家に泊めていただいたのでした。

「あの頃と比べれば、線量計が手元にあって、毎日線量を測定し、裏山の木々も囲炉裏で燃やし、落ち葉も畑に積んでいます。そんな当たり前の日常が戻ってきていますが、なんで線量を気にしなければならないのかとの怒りは再稼働などの言葉を聞くと一気に暴発します。たくさんの故郷に戻れない人たちがいて、普通の校舎で学べないたくさん子どもたちがいるのに何で再稼働するのか？原発って安全なの？放射性物質をどうするつもりなの？」そして「今日はあの日から5年目。イベントではなく、私たちの暮らしの問題として、もう一度、原発を考える日であってほしいと願います。」と結んでありました。

自然と人とのつながりを通してあるべき農業の姿を求めてきた有機農家たちの苦しみ、自然とともに生きようとする人々の苦しみは未だ解決されず、そしてそれは、いつ誰の身に起きてもお不思議でない状況が続いています。

春になると想う一文に五千円札になった樋口一葉の日記があります。若き日に読んだ一葉日記は、明治という激動の時代を、貧しさと闘いながら生きた一人の人間、一人の女性としての思いがほとぼしるように表現され、古文調の文体の美しさにも魅せられて、いつしか忘れられない言葉になりました。

山桜の頃になるといつも、「山桜ちるをことはりと思えば、あらしもさまでおそろしからず、唯比死といふ事をかけて、浮世を月花におくらんとす」という一葉 22 才の「塵之中日記」の一節が思い浮かびます。小説家として生きていこうと決意を書いたその2年後、亡くなる年の日記には「われは女なり。いかにおもへることありとも、そは世に行うべき事か、あらぬか。」と書いている。

でも今は明治の時代ではありません。表向きでも「女性の活躍」が取り沙汰される時代です。国際的な有機農業の4つの原理は健康・環境を守ること、いのちの尊さを知り、未来に続くいのちを大切に守ること。

そのための行動の中心に今、女性の力が求められているのです。

「天地の法にしたがひて働かんとする時、大丈夫も愚^{ますらを}人も、男も女も、何のけじめか有るべき。……わが心はずでに天地とひとつに成ぬ。わがころざしは国家の大本にあり」などと書きながら「かいなき女子の何事を思い立ちたりとも 及ぶまじきをしれど……」と「誠のさとり」を求めて生きた一葉。

この世の憂いを解くために、今を生きるすべての大人の責任として、私たちも天地の法に従って働きましょう。すべてのいのちのために、子どもたちの未来のためにも。

桜の季節に

—— 地球畑西田店から

甲突川沿いに桜が咲き、春爛漫の季節になりました。私事ですが丁度 23 年前、桜のつぼみを眺めながら西田橋を渡り西田店へ面接に行ったのを思い出します。当時とすると地球畑も有機野菜の認知度も広がりました。

先日霧島の市川さんより、つぼみ菜という珍しい野菜が入りました。見たこともない野菜ですが調理してみると食感も味も良く、完売しました。「地球畑は他にない野菜がいろいろあり楽しいです」というお声をいただきます。季節が移り種類の多さにこれぞ野菜の専門店だと感じます。

たっぷりの野菜を先に食べて血糖値の上昇をゆるやかにする。抗酸化作用、ガン予防やアンチエイジング・視力改善や腸の掃除などなど。野菜を多く取り入れる食事習慣を考える方が増えてきました。除草剤や土壌消毒、農薬や化学肥料を使っていない、環境にも体にもやさしい有機野菜は生命力もあり、何よりとても美味しいと求める方が増えています。2人に1人はガンになるといわれる時代です。有機野菜をたっぷり食べて病気を跳ね返す体を作りましょう。

また、近年の異常気象で大変な思いをしてもくじけずに取り組んでくださる生産者を支えるためにも、地球畑をたくさん利用してくださることを願っています。

西田店 店長 折田

15周年と8年目を迎えて

——地球畑荒田店から

市電から「このお店入ってみたいなー」と思っていたお店のひとつ、「地球畑荒田店」まさかそんなことを思っていたお店で働くことができるなんて夢にも思いませんでした。

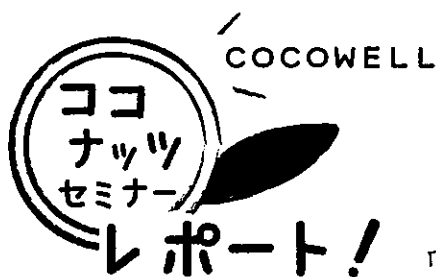
入社して8年。谷山店からスタートし、西田店、荒田店へと異動をしました。それぞれのお店の良さがあり、それぞれのお店で素敵なお客様との出会いがあります。

お客様との距離がこんなにも近いと感じるお店が他にあるかな？と思うくらい、お客様が「元気にしてるねー！」「あなたに会いに来たよー」と気にかけてくださいます。

そんな関係や会話ができることがとても幸せです。

そんな生産者の皆さんが店に来て自分たちが作っているものを販売する「来店セール」。これも地球畑の魅力だと思います。生産者とお客様、そしてスタッフが交流し、実際に生産者と話をしながら買い物ができる。これも他のお店にはないことだと思います。

今年で15周年を迎えた荒田店。こうして皆さんに支えられてきたんだなーと思い、お客様や生産者との関係をこれからも大切にしていきたいなと思います。



4月11日にカフェ荒田店・草原をわたる船にて、ココナッツ製品の製造・輸入販売をしている株式会社ココウェル代表・水井さんに来ていただき、「ココナッツセミナー&ワークショップ」を開催しました。

ココナッツオイルは、①脂肪になりにくく燃焼・代謝が早い ②中鎖脂肪酸がケトン体に変換し、脳に直接エネルギーとして働く ③母乳にも含まれる抗菌・抗ウイルスのラウロン酸が免疫力に作用するなど、「食」として大変注目されています。

中でも、ケトン体の効果が期待されています。ケトン体とは、脳のエネルギー源であるブドウ糖が何らかの理由で使えない状態のとき、代わりにエネルギーになる物質です。

ケトン体を補給することで脳に栄養を行き渡らせ、アルツハイマー病の進行を食い止める効果があるといわれています。ケトン体は3時間後にピークがきて8時間後にはなくなるので、朝昼晩と間隔を空けて空腹時に接種することで、より効果があるそうです。

セミナーに参加したお客様には、改めてココナッツオイルに関しての知識を深めてもらう良い機会になったと思います。オイルだけでなくココナッツシュガーやファイバーなど、他の商品にも興味を持たれたお客様も多かったようでした。

ココウエルの商品の売上の一部は、フィリピンの支援にも役立てられています。そういった面からもオイルの効果だけでなく発展途上国の資金援助にもつながりがあることを知ってお買いものをしていると思うと、気持ちも幸せになりますよね。

今後もうこういったお客様と一緒に学べる場、作る場、ふれあいの場をもうけ、つながりを大切にしていきたいと思えます。

私事でたいへん恐縮ではございますが、お腹に小さな命が宿りました。5月中旬より約1年間お休みをいただきます。元気な赤ちゃんを産み、私も成長してまた地球畑に帰って来たいと思えますので、宜しくお願ひします。

荒田店 副店長 東



オーガニックをあたりまえに。

— 組合・店舗企画管理課 満留

今年入社して早3か月。現在、主に地球畑プライベートブランド「NATURAL HERBEST」の企画・営業を担当しています。今までプライベートで「オーガニック」に触れることがあり、興味のあることを掘り下げたいという思いで入社しました。

オーガニック=有機。

毎日のように「オーガニック」に関わっていると幸せすぎることに、オーガニック=「当たり前」といった「慣れ」にも近いように感じられてくることもあります。この「オーガニック」=「当たり前」は「幸せ」な感覚だということを忘れてはならないと思えます。

たまに行く農場での作業で「有機」の難しさを体感しつつも、あれこれ考えます。

国内だけでも今もなお、あらゆる環境汚染や農業や戦争に至るまで「食」というものに困難な問題が多い現実。日々、ベビーフードや学校給食など子どもの健康面を考え悩んで

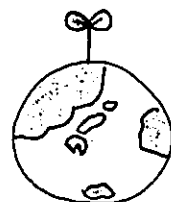
いる親御さんも少なくありません。

そして、まずは「半径3メートルから」！自分の周りの大切な人、家族、友人、知人に対して、この「当たり前」の幸せを再確認しながら、地球畑の商品が一つでもお客様の手に届くこと自体が、社会貢献に繋がると信じております。

「ありがとう」の反意語とは？ ありがとうとは「有難し」です。つまり反意語は「当たり前」になります（笑）今は、「貴重な有機農産物をありがとう！」とよく言ってもらえます。

ですが、いつの日か…

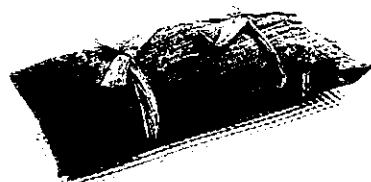
オーガニック文化が広まり、国内外の皆様も「**当たり前の幸せ**」を感じてくれる日々がきてくれるといいなと願いつつ仕事にいそしむ毎日です。



鹿児島島の郷土菓子、

「あくまき」 —— 地球畑谷山店から

“ん？ これは何？？…あくまき？？”
くいしん坊の私はためらいもなく一口パクリッ！
“えっ！！美味しい！” パクパク…もう止まらない（笑）



19年前、関東から鹿児島に移転してきて地球畑で初めて出会った「あくまき」。
銚子色でトロリとしていて灰汁の苦みがなんとも言えない美味しさ♡
さらにきな粉と黒砂糖を合わせ絡めるともう絶品！！（わさび醤油も美味しかったです）
“こんなに美味しいものがあったなんて～”と思うくらい私には衝撃的でした。
早速、母や知人に送ったところ、とても喜んでくれてその美味しさに感動していました。

その頃あくまき作りを地球畑のお料理教室で行いましたが、もう～びっくり☆
すごい！灰汁に浸したもち米を竹の皮で包んで紐で縛って灰汁で煮て作るんだ～。
まさに先人の知恵。すばらしい！
かつて薩摩藩が日持ちする兵糧として作っていて、その後男の子に強くたくましく
育てて欲しいという願いが込められ端午の節句に作られるようになったとの話を聞いて、
風土に合った食文化が大切に受け継がれていることに心が温かくなりました。
手づくりの郷土菓子っていいなあ♡

毎年今の季節になると当時のことを懐かしく思い出します。
地球畑のあくまき、今年も楽しみですよ♪

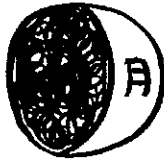
振り返ってみると、縁あって鹿児島に来てから現在まで、おいしい有機野菜に囲まれ
ながら旬を味わうことができ、季節を感じられる日々を送れていること、そして有機野菜
からたくさんのお元気を頂きながら食の大切さも学ばせていただけること、本当に嬉しく感謝
の気持ちでいっぱいになります。

鹿児島は私にとって心のふるさとになりました♡

by 谷山店のくいしん坊（宮内）



谷山店のスタッフ配達が火・木・土の週三回になりました。
詳細は店頭スタッフまでお気軽にお声かけくださいませ。
ご利用お待ちしております。



のおはなし...

土曜火日カエ
 ~草原をわたる船~
 宅石 明希

夜、ふと空を見上げると、月がほんわり光輝いていて、
 心が癒されること、ありませんか？
 むかしの人たちは、朝日とともに目覚め、
 日が沈むと眠りにつく、自然を中心とした生活を送っていました。
 それが今、私たちの生活は忙しい毎日に追われて
 ストレスを感じる事が多くなっていると思います。
 有機や自然農法では、今でも、月の満ち欠けに従って
 種まきや、収穫をしている農家さんもいて、
 月のリズムで生活するというのは人間にとっても、植物に
 とっても、ごく自然なことなのでしょうね。



- ビタミンミネラルなど
 栄養素を吸収しやすい時期です。
 でも、その分、甘いもの、脂分、添加物
 なども吸収しやすくなっているので
 食べすぎには注意。
- 気分が高揚しやすくなります。
 ハーブティーを飲んでリラックスすると◎

- ほろりん草
 春菊
 セロリ
 かんきつ類 など
- ハーブミント
 レモンバーム
 ハイビスカス...



- 体の老廃物を排泄しやすい時期
 です。
 しっかり水分を摂り、食物繊維、
 発酵食品などを食べてデトックス!
- 70%断食もおすすめてです。

- ごぼう
 (NHごぼう茶も
 おすすめの)
 レンコン
- 甘酒
 梅醤番茶



☆たまに月を眺めるだけでも体のリズムを
 整えてくれるそうです。ぜひ、皆さんも月光浴をしましょう！

おカエ荒田店
 草原をわたる船

NEW★
 YMENU

4月からオーガニックビールの取り扱いを開始！今後はオーガニック
 ワインとそれに合うオーガニックおつまみの取り扱いも考えています。
 歓迎会や春の行事にいかがですか？
 もっともっと楽しくご利用して頂けるような店づくりをスタッフ一同
 で取り組んでいきたいと思っております。ぜひご来店ください。

みんなの助産院をみんなで作るよ!

鹿児島中央助産院の
 移転に伴う、カンパのお願いです。
 「スターキルトプロジェクト」は
 若いパパたちが中心になって始めた
 クラウドファンド作戦です。
 (NPO鹿児島県有機農業協会の広報誌p6を
 ぜひご覧ください)
 志のある方のご協力をぜひお願いします。
 お申し込みは地球畑でも
 受け付けます。

「スターキルト
 プロジェクト」で検索!

地球畑 NEWS

／地球畑の最新情報をお届け!／

オンラインショップがっつりまっす!

昨年オープンした、
 地球畑の自社通販サイト。
 有機野菜やオリジナル商品など、
 地球畑の商品をお家から簡単に購入♪
 「さしすせそ」の調味料コーナーも。
 ぜひ一度、のぞいてみて
 くださいね。



QRコードはこちら!→

夏のギフト、準備中です。

夏ギフト、今年もやります。
 贈り物や自分へのご褒美に。
 体と環境にやさしい地球畑ギフト、
 ぜひご利用ください!



Organic Gift

地球畑 chikyubatake

たくさん生産者

「有機農業を広げること」「有機農業に取り組む
 生産者の輪を拓げること」をコンセプトに1984年、
 有機農産物の組合としてスタートした(有)かごしま有機
 生産組合の直営店です。

どんな商品があるの?

地球畑には有機野菜を基本に、お米や果物、
 天然鮮魚、薬剤投与を一切されずに育てられた
 豚・牛・鶏のお肉、昔ながらにこだわった調味料、
 日配品、体にやさしかったり環境に配慮したり、
 フェアトレードの雑貨や飲み物やお菓子も安心して
 いただけるたくさん品物を取り扱っています。

どこにあるの?

営業時間

- * 地球畑 荒田店 営業10:00~19:30
〒890-0056 鹿児島市下荒田3-17-1
Toll. 099-812-0669
<http://ameblo.jp/a-chikyubatake/>
- * カフェ 葦原もろる彩舎 営業11:00~21:30
〒890-0056 鹿児島市下荒田3-17-1
Toll. 099-201-7000

* 地球畑 西田店 営業10:00~19:00
〒890-0046 鹿児島市西田2-6-19
Toll. 099-259-6089
P有
<http://chikyubatakenisida.chesuto.jp/>

* 地球畑 谷山店 営業10:00~19:00
〒891-0113 鹿児島市東谷山5-27-3
Toll. 099-822-1055
<http://chikyubataketaniyama.chesuto.jp/>

各店フェイスブックもやってます!
 「地球畑」で検索♪