

# とちはら らくらく通信

第2号 2013年11月30日発行

高齢者の営農を支える／



発行元：『高齢者の営農を支える「らくらく農法」の開発』推進室  
奈良女子大学社会連携センター地域連携推進部門地域社会研究開発部会内  
TEL & FAX 0742-20-3501 E-mail tochihara-p@cc.nara-wu.ac.jp

## 今年度の栃原事業のご紹介

栃原の皆さんのご協力のもと、事業を進めてきました「高齢者の営農を支えるらくらく農法の開発」(通称：栃原事業)も2013年10月で丸2年を迎えました。本号では、今年度の取組みや進ちょく状況を紹介させていただきます。

## 『寄り合い「からだ」点検』を開催

より長く、よりいきいきと農業を続けるために、定期的に『寄り合い「からだ」点検』を開催してきました。今年度第1回「からだ点検」は、2013年6月2日(日)に栃原地区柿の里ホールで、総勢32名の方に集まっておこなわれました。当日は「体力測定」と奈良市内にあります川田真左靴工場の川田真左さんから「履き物」と「足」についてお話していただきました。

## 「履き物」と「足」についてのお話



皆さんの足を測らせて頂いて、男女問わず、足がしっかりとしている印象を受けました。

(川田真左 談)

靴紐締士の資格をお持ちの川田さんに靴紐を締めてもらい履いてみると・・・、「足が軽い！」とのお声が。靴ひもをしっかりと「締める」ことで、足と靴との隙間がなくなることで、足への負担が軽減されます。



# 柿葉らくらく展示圃場

軽くて収益性のある柿葉栽培の開発に向けて、試験圃場をつくりました。



栃原地区内に「柿葉らくらく展示圃場」と題した圃場でさまざまな栽培実験を行っています。

柿葉の栽培について、トルコ共和国の大学研究者の方も視察に訪れました。

**【柿の葉の収益性について】**  
畑での実験を進めていく中で、10 a あたり20万円程度の収入が見込めることがわかってきました

栃原で「農事組合法人 旭ヶ丘農業生産販売協同組合」が設立されました。

食べる柿の葉として、柿の若葉を使用した料理のご紹介。  
(料理名: 柿の葉寿司風に仕立てた 鯖のマリネと林檎とケフィアヨーグルト・鱒のレッドキャビア添え)

**らくらく農法で生涯現役**

江戸時代から栃原地域は柿の主産地として栄え「**らくらく農法**」という品種があるくらいです。

特に、私たちがその中でも洗柿の葉を中心に柿の葉寿司の原材料に使う柿の葉だけの生産をしております。栽培については**無農薬栽培**を厳守し、4月に1回の散布に止めその後の散布は一切せず、色、つやを堅く安心してお寿司に使用できる柿の葉の生産に努めております。

**組合長 清水由成**

私達が丹精込めて生産しております。

**安心・安全な柿の葉**

ひらたね柿(洗柿)葉の収穫作業風景です。

栃原産の葉で作った柿の葉寿司です。

収穫時期の柿の葉

秋紅葉の葉と実

ゆのくに農法研究所 農事組合法人 旭ヶ丘農業生産販売協同組合

代表理事 組合長 清水由成

〒638-0035 奈良県吉野郡下市町大字柿原1481番地

TEL・FAX 0747-55-3047 / 090-5154-5171 e-Mail hokumami@yuvo.jp

http://blog.canon.info/scc\_rakuraku/archives/71

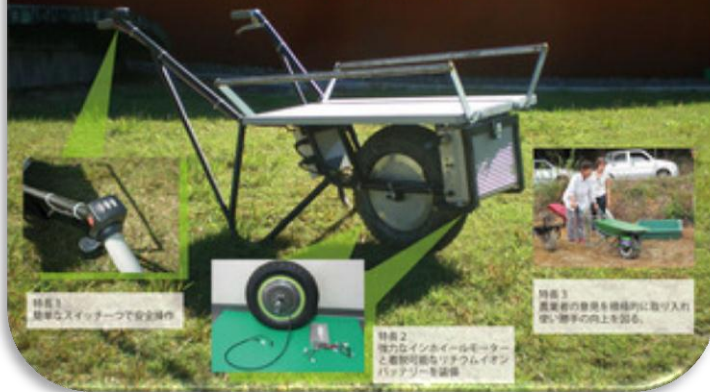


旭ヶ丘農業生産販売協同組合の広報チラシです

# 安全・安心・簡単操作の電動運搬車の開発

リチウムイオン電池や車輪のハブ内部に装備した電気モーター(インホイールモーター)で、小型化と馬力アップを実現。

前進後退がワンタッチの電動一輪車  
らくらく号登場!



前後退機能付き電動一輪車を開発。

キャタピラ付きの電動運搬車も開発。



栃原で皆さんと一緒に試運転を行いました。



奈良女子大学でも試運転を行い、たくさんの関係者にお越し頂きました

# 『栃原食』の交流会を開催

2013年9月3日(火)の午後、奈良女子大学生協で、栃原地区の女性グループの方々をお迎えして開催しました。当日は栃原の伝統食「柿の葉寿司」、「小麦もち(はげっしょもち)」、「里芋入りのおはぎ」を参加者のみなさんと作って交流しました。



【試食の様子】

## 柿の葉寿司



### 【参加者の声】

・どれも、すごくおいしかったです。作る工程も体験することができて、貴重な経験をすることができました。

・「栃原の食」として、あの土地を思いながら一緒に作らせて頂き、料理のテクニックというか「技」を見せてもらえた気がします。

・里芋のおはぎ美味しかったです。今日の様な「昔食べていた食べ物」を復活させ広める事、料理している皆さんの笑顔、大切に実感しました。

## 小麦もち



## 里芋入りおはぎのレシピ

### 〈材料:約20人分〉

- ・米 5合
- ・里芋 750g(皮をむいた里芋)
- ・塩 10g
- ・あん 1kg

### 〈作り方〉

- ①米を洗って、45～50分つける。
- ②里芋は皮をむき、塩(分量外)でぬめりを取って、4mm位の厚さに切る。
- ③普通にご飯を炊く時と同じ分量の水をに、塩を入れ、その上に②をのせて炊き、10分ほど蒸らす。
- ④③を里芋の形が少し残る程度につぶして冷ます。
- ⑤冷めたらご飯を丸めて、あんで包む。

## 里芋入りおはぎ



栃原事業も2年が経過しました。最終年度に向けて栃原のみなさまのご協力のもと、今後もさらに取り組みを進めていきますので、どうぞ引き続きご協力のほどよろしくお願い致します。