

日本自治集団 自給自足研究活動報告

日時：令和4年12月17日

場所：清水谷公園会館

ひの心を継ぐ会 三浦夏南

基本方針

文化としての精神的な農業と安全保障としての農業を両立して行く。

- ・ 慣行栽培 人手が足りない間の面積管理のために必要
- ・ 有機、自然栽培 機械は使いつつ出来るだけクリーンな農業を目指す
- ・ 祭祀的文化的農 生産性度外視で家族が共に働く文化としての農

この三つ全てをノウハウとして持っておくことが重要

稲作

- 今年度は慣行農法にて5反栽培
- 品種はツキアカリとヒノヒカリを半分ずつ
- 一部分手刈り、稲木干しに挑戦
- 足ふみ脱穀機による脱穀にも挑戦

稲作

来年に向けての調査研究

- ・ 来年の手植え挑戦に向けての苗立ての調査 露地とポット苗
- ・ 機械に頼らない耕耘方法の調査 牛馬耕
- ・ 農薬に頼らない除草法に関する調査 ジャンボタニシ
チェーン除草×田車

稲作

来年挑戦すること

- ・ 新たな品種を試して見る
—— サバイバル用としてハッピーヒル
少し古い品種として朝日
- ・ 手植え→除草→収穫→脱穀→粃摺りを出来るだけ手作業+古い機械で
- ・ もち米、雑穀（キビ、アワ、ヒエ、古代米など）を栽培する
- ・ 馬を飼って馬耕挑戦に向けた準備をする

稲作

来年挑戦すること

- ・ 除草剤、農薬を使わない栽培に挑戦
- ・ 面積拡大 1町から1.5町ほど作付け

稲作



田植えと稲刈りの様子

稲作



手刈りし、稲木干ししている様子

稲作



ジャンボタニシ除草で無農薬栽培を
実現した米農家さん訪問

稲作



足ふみ脱穀機で脱穀中

稲作



タカキビ収穫と乾燥



稲作



唐箕がけが終わったタカキビと、
芽玄米入り卵かけご飯



麦

- ・今年度は試しで2～3畝農林61号を収穫
- ・手刈りから足ふみ脱穀機と唐箕を使って脱穀
- ・ポリタンクにカイロを入れて脱気保存

麦

今年から来年に向けての挑戦

- ・品種を増やす 農林61号（麺用）、ライムギ、せときらら（パン用）
ミナミノカオリ（パン用）、さとのそら（麺用）、イチバンボシ（はだか麦）
カシマゴール（麦茶）、しゅんれい（大麦）
- ・面積拡大 1反の作付
- ・すべての麦の加工に挑戦、うどん、パン、麦茶など
- ・手作業での播種、収穫だけでなく、機械での播種、収穫も導入

麦



手作業での麦の播種



生育中の麦

麦



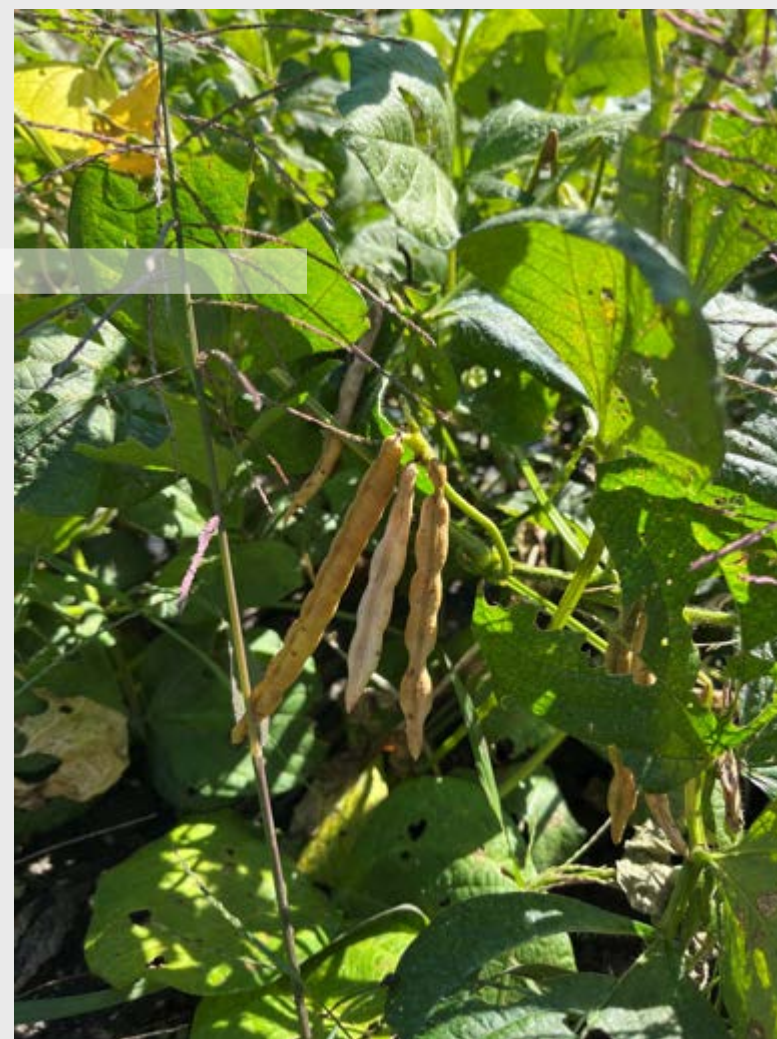
足ふみ脱穀機で脱穀し、唐箕がけをしている様子



大豆、小豆

- ・今年度は大豆はフクユタカと納豆用小粒大豆、小豆は大納言小豆と丹波大納言に挑戦
- ・手での収穫、足ふみ脱穀機でさやから外した
- ・5畝ほど作付けしたが、自給には足りなかったもので、来年は面積拡大予定
- ・さやから外すのがかなり時間がかかったもので、収穫機械の導入予定

大豆、小豆



大豆、小豆



小豆をサヤから外している様子

ソバ

- ・今年度は5畝作付け
- ・収穫→島立て（乾燥）→足ふみ脱穀機→唐箕→ふるい→石ぬき（機械）
→洗い→乾燥→製粉（機械）→ふるい→製麺（機械） 出来るだけ手作業
- ・生育があまりよくなかったので、地元のそば農家を視察予定
- ・収穫が大変だったので、機械導入予定

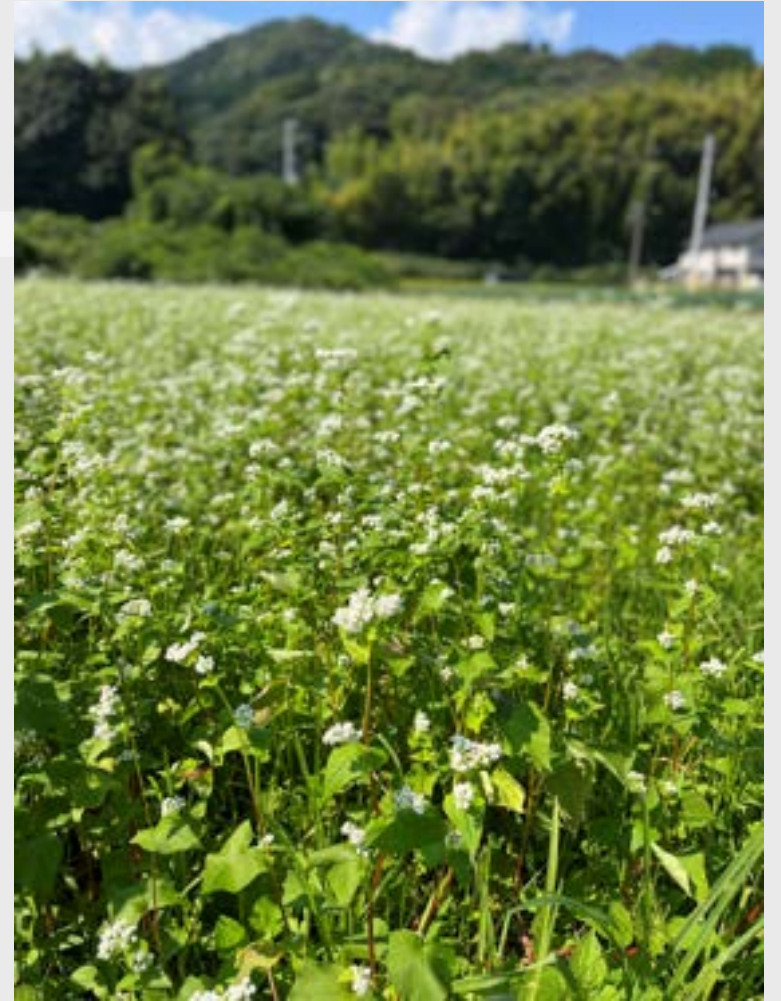
ソバ



家族でソバ播きをしている様子



ソバ



生育中のソバ

ソバ



収穫と乾燥の様子

ソバ



ソバの製粉、ふるい作業

きのご類

- ・今年度は挑戦できず
- ・近くにしいたけをしている人は多いので、しいたけから挑戦
- ・他のきのかも調査が必要

砂糖

今年度は調査+お手伝いをして学んだ

- ・サトウキビの栽培から製糖まで 黒砂糖と和三盆両方を作る
- ・キビ殻からは良質な堆肥も作れる。 来年挑戦予定
- ・今年度は収穫から製糖までを体験した
- ・来春から栽培にも挑戦 ・搾汁には機械が必要

砂糖



栽培中のサトウキビ



製糖工場にて

砂糖



収穫したサトウキビ



サトウキビの汁を煮詰めている様子

砂糖



サトウキビの汁を煮詰めている様子



黒糖を甕に入れる様子

砂糖



煮詰めた黒糖



水を含ませ、練り直す

砂糖



練り直した黒糖



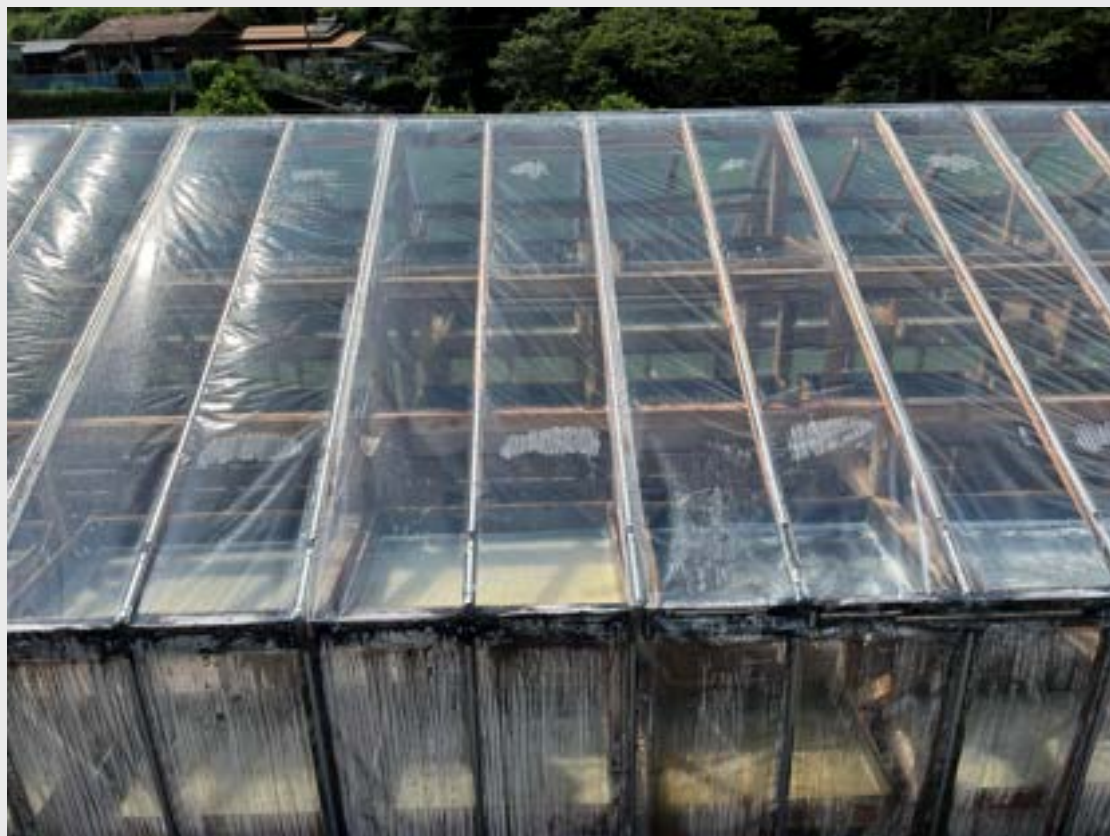
プレスして和三盆にしていく

塩

今年度は調査をして塩づくりのためのハウス建設

- ・ハウスを閉め切って高温状態にして、そこで海水を結晶化させる
高知県の塩づくりをしている人を訪問
- ・海水は魚を直接買っている漁師さんに少しずつポリタンクでもらう
- ・ハウス出来次第挑戦予定

塩



塩のハウス



塩をつくる箱

塩



塩ハウス内の様子

塩



塩ハウスの建設中

調味料、加工品

- ・醤油、みそ、みりん、酒、お酢は発酵の名人が近くにいるので、随時ワークショップを主催して学んで行く。
- ・今年には醤油、味噌、かき酢には挑戦した。
- ・納豆、甘酒、豆乳、豆腐、ヨーグルト、あんこ、漬物、しょうゆ麴、しお麴、発芽酵素玄米にも挑戦した。
- ・発酵系調味料は、空いた酒蔵などが手に入れば、たくさん作って貯蔵もできるみたいなので、要調査。

調味料、加工品



豆腐づくり見学

調味料、加工品



醤油づくりワークショップに参加

調味料、加工品



柿酢づくり



日々手入れしている醤油、
乳酸菌原液、豆乳ヨーグルト

調味料、加工品



発芽酵素玄米づくり



塩こうじづくり



乳酸菌原液作成中

調味料、加工品



餡子づくり



キウイジャムづくり



醤油麴づくり

調味料、加工品



納豆づくり

野菜

- ・ 固定種で種取りをしていくことが目標
- ・ 近くに種取をしている人が何人かいるので、随時学びながら実践
- ・ 今年度は秋冬野菜をまんべんなく播種定植
- ・ 食べない野菜も多いので、随時限定して行く
- ・ 来年度は春、夏野菜ともに固定種で挑戦予定

野菜



野菜



野菜



野菜



種取りを学ぶ予定の
ベテラン農家さん



長野県にある自然農法研究センター見学

果樹

- ・ 無農薬でできそうなものから随時植えて行く。
- ・ 近くに無農薬の果樹農家がいるので教えてもらいながら
- ・ 小さな畑を果樹専用の畑にする
- ・ キウイ、いよかん、レモン、梅、イチジク、ブルーベリー、柿、お茶など
- ・ 今年は柿酢、キウイジャム、梅シロップ、レモンシロップ、干し柿、梅干しなど
- ・ 加工品にも挑戦した。去年はもやしと広葉菜に

果樹



干し柿づくり



梅干しづくり

鶏

- ・今年度は何度も調査を経て、ついに鶏小屋を建設
- ・20羽のボリスブラウンから飼い始めた。
- ・生ごみがゼロに。鶏ふんは畑の肥料として使うことができる。
- ・来年はもう一つ小屋を建設して、烏骨鶏など、自家増殖していく品種を導入予定。

鶏



内子町のベテラン養鶏家さんを訪問

鶏



西条市のベテラン養鶏家さんを訪問

鶏



愛南町の養鶏家さんを訪問

鷄



鷄小屋建設中

鷄



鷄小屋建設中

鶏



鶏小屋建設中

鶏



雄鶏1羽と雌鶏20羽のボリスブラウン

鶏



豆腐屋さんから頂いたオカラ



鶏の発酵飼料を手作り

魚介類

- ・現在は知り合いの漁師さんから直接魚を買っている。
- ・将来的には、自分たちで釣ったり、養殖等も考えて行かなければならないが、人手が増えるまでは保留
- ・魚かすは肥料や飼料としても使うことができる。

魚介類



知り合いの漁師さんから頂いた魚

豚

・知り合いの自給自足をしている自然栽培農家から、自給には養豚も良いとの情報があった。

・近くで小規模な養豚をしている人がいるので、訪問して調査予定

馬

- ・機械による耕耘からの離脱を目指して、馬耕の調査を繰り返し行った。
- ・馬は購入して飼うだけでなく、調教も必要なので、さらなる調査が必要
- ・とりあえず飼って育てるだけでも、出来るだけ早く挑戦する。
- ・馬耕の技術を持っている人は少ないが存在はするので、そこで学ぶ

馬



馬耕体験

馬



牛も視察しています



馬



村上さんの馬を見学

肥料 土づくり

- ・米ぬか、おから、油粕、鶏ふん、きび殻など、自分たちが育てたものから出る資材をできるだけ利用して行く。
- ・緑肥と微生物をうまく活用しながら、土づくりをしていく。
- ・土づくりが進み、人手が増えてくるまでは、マルチや機械もうまく使いながら、徐々にガソリン資材から脱却する

肥料 土づくり

息子さんが小学生の時に
建てた小屋



手作り五右衛門風呂



長野の自給自足家族訪問



コンポストトイレ



天ぷら油カー

備蓄

- 土蔵か地下倉庫が良いと考えているが、検討中。
- まずは親戚が生きていける程度の備蓄が出来るものを試しに作る。
- 要領が分かってから拡大する。



自給自足作業日誌

6月20日 麦の足ふみ脱穀機

6月26日 内子町のマーケットに参加

6月27、28日 田植え

6月28日 梅を天日乾燥

7月1日 小豆定植

7月12日 内子町の種取り農家、菜月自然農園訪問

7月13日 大豆畝立て

7月17、20日 大豆定植

7月21日 納豆用大豆定植

7月28日 タカキビ定植

7月25日 西条市のサトウキビ農家訪問

7月29日 内子町の養鶏家、中谷自然農園訪問

7月30日 四国中央市で黒糖をしているロハス企業組合訪問

8月5日 鳥取県の森のうまごやへ馬耕の調査

8月7日 高知県の山塩小僧へ塩ハウス見学

8月11日 麦踏み、麦の畝間を除草

8月12日 西条市の牛飼いを訪問

8月13日 東温市で酒樽村草刈り手伝い、

8月14日 砥部のマーケット参加

8月21日 西条市の養鶏家を訪問

8月22、23日 長野県の自給自足家族訪問

8月24日 長野県の自然農法研究センター訪問

8月26日 四国中央市のロハス企業組合で豆腐作り

8月27日 そばの播種

8月29日 お寺さん畑を手で畝たて

8月29日 お寺さんマルチャーで畝たて

8月30日 秋野菜セルトレイ播種

9月2日 西条市の黒牛農家訪問

9月4日 秋野菜セルトレイに第2回播種

9月7、8日 直播秋野菜播種

9月8日 米収穫

9月9日 米の粃摺り

9月18日 西条市の川根の農業法人を視察

9月21日 秋野菜移植

9月22日 お寺さん畝間鋤で除草

9月22日 西条市の黒牛農家訪問

9月23日 西条市の黒牛農家訪問

9月24日 林業家に会いに内子町のマーケットを訪問

9月26日 西条市の無農薬・無肥料栽培米農家を訪問

10月1日 愛南町の養鶏場訪問

10月7日 静岡県のオリエント馬事産業訪問

10月8日 味噌づくり

10月11日 東温市の米手植え・無農薬・無肥料農家見学

10月12、13日 秋野菜収穫、補植

10月15日 馬耕の第一人者に会いに京都

10月19日 西予市の実家に唐箕等農具をもらいに行く

10月19日~21日 福井県全国農業サミット

自給自足作業日誌

- 10月20日 小豆試し収穫
- 10月21日 たかきび収穫
- 10月22日 米収穫
- 10月24日 西条市の農家に稲木干しで使う木をもらう
- 10月25日 米手刈り
- 10月26日 稲木干し
- 10月26日 枝豆収穫
- 10月29、30、31日 そばの収穫
- 10月31日 納豆用大豆収穫
- 11月1、2、3日 発芽酵素玄米づくり
- 11月2日 鶏小屋の材木探し
- 11月4日 麦の播種
- 11月4日 鶏小屋建設開始
- 11月5日 小豆収穫
- 11月7日 内子町の黒妙自然工房うず訪問
- 11月11~15日 そばの脱穀
- 11月12日 四国中央市のロハス企業組合で製糖手伝い
- 11月13日 愛媛県の大規模農家主催の講演会に参加
- 11月13日 内子町の醤油づくりワークショップ参加
- 11月14日 大豆、小豆、タカキビ唐箕がけ
- 11月14日 ハウスの解体（塩ハウス用）
- 11月17日 ニンニク定植
- 11月20日 東温市の棚田を紹介してもらう
- 11月21日 鶏小屋完成
- 11月21日 緑肥用の麦播種、そばの唐箕がけ
- 11月22日 稲木干ししていた米を足ふみ脱穀
- 11月24日 大洲市の上甲育雛場訪問
- 11月24、25、26日 収穫した大豆で納豆づくり
- 11月26日 四国中央市のロハス企業組合で製糖手伝い
- 11月27日 柿酢、干し柿づくり
- 12月1日 鶏の購入
- 12月2日 残りの小豆を全て収穫
- 12月3日 塩ハウス建設開始
- 12月6日 雄鶏がくる
- 12月8日 番犬をもらう
- 12月8日 そばの製粉、ふるい
- 12月9日 鶏の発酵飼料づくり

訪問回数 計32箇所（内、県外7か所）
訪問日数 計35日（内、県外10日）