

杉並農人

Suginami Nōjin

第9号



杉並は農家が素敵だ。

杉並には、地域の人たちとの「ふれあい」を大切にする農業者がいます。

学校給食に新鮮な地元野菜を届けて子供たちの「食育」に一役買い、

収穫体験などを行って都市農業の「今」を伝えています。

農産物直売所や即売会では、自慢の品を威勢良く販売する声を響かせています。

杉並区の農地面積は、23区内で5番目の広さとなります。

都会でがんばる杉並の農業者を“杉並農人”と呼び、紹介してまいります。

杉並区の農業 DATA

- ・農家戸数：137戸 ※平成30年4月現在
- ・農地面積：42.88^{ヘクタール} (428,800㎡) ※平成30年4月現在
※農地のある区部11区で5番目の農地面積
※野菜・果樹の他、植木・切り花等の栽培も多い
- ・野菜の生産量ベスト3 (平成28年産)
 - 1位 トマト …………… 89トン(89,000kg)
 - 2位 ダイコン …… 84トン(84,000kg)
 - 3位 ナス …………… 78トン(78,000kg)
- ・果物の生産量ベスト3 (平成28年産)
 - 1位 柿 …………… 11トン(11,000kg)
 - 2位 キウイフルーツ 5トン(5,000kg)
 - 2位 栗 …………… 5トン(5,000kg)

娘につなぐ、野菜づくりのバトン

「伝統大蔵ダイコン」から、「バターナッツ」まで

上高井戸地域にある細淵玉美さんの畑を訪ねると、ちょうどダイコン収穫の最盛期。丹精込めて育てた「夏の翼」という品種の立派な青首ダイコンを引き抜いて見せてくれた。「ダイコンは得意な野菜で、伝統大蔵ダイコン(※1)など5品種を栽培しています」とニコリ。甲州街道からの風が吹き抜ける畑には、他にもカリフラワー、サトイモなど、見渡す限りの露地野菜が栽培され、収穫を待っていた。江戸時代から上高井戸に住む細淵家は、もともと甲州街道沿いで質屋をしていたが、明治に入ってから農家に転業した。細淵さんの代になってからは、ネギやハクサイなど昔から親しまれている野菜の他、プチヴェール(※2)など目新しい野菜の栽培にも積極的に取り組み、年間

20種類以上の野菜を育てている。「この西洋カボチャは甘くねっとりとした味で、スープなどの洋食向き」と見せてくれたヒョウタン型のカボチャは「バターナッツ」という品種で、区内のフレンチレストランのシェフにも好評とのこと。調理師として働いていた経験を持つ細淵さんは、野菜の調理に詳しく、JA東京中央杉並中野地区女性部が手掛けた杉並産野菜を使ったレシピ集に「トマトのゼリー」「大根の豚肉巻き」などのレシピを提案している。営農モットーは「自分の家族に食べさせたい野菜を作る」。子供たちにも安心して食べてもらえるよう、可能な限り農薬使用を抑えた新鮮な野菜を、自宅に設置した販売機などで提供している。また、積極的に近隣の保育園や小学校の収穫体験を迎え入れるなど、食育にも一役買っている。

区内初の女性認定農業者に
これまで20年余りに渡り、露地野菜栽培を続けてきた細淵さん。平成28年には女性として初めて、杉並区の「認定農業者」(※3)に認められた。今では、杉並の農業振興の中心的存在となった細淵さんだが、「若い時は全然、農家を継ぐ気なんてなかった」と屈託なく笑う。「公務員の夫と結婚後、実家で父母と同居して育児をしながら野菜作りを手伝っていた時に急に父が亡くなって…。父の指示通りに作業していた自分が、6歳の娘を抱えて、何の知識もないまま、いきなり畑の全てを切り盛りすることになり途方にくれました」と当時を振り返る。「女性が跡を継ぐという前例が少なく、「女性が農家経営なんて無理」と言われた時、夫の後押しもあり「ならば私が」と本格的に就農を決意しました。家族の理解と協力



1. オレンジ色の西洋カボチャ「バターナッツ」と細淵さん愛用の農具
2. お釣りの出る自販機。小松菜、じゃがいものメイクイン等の定番野菜の他、なかなか市場には出回らない「大根の間引き菜」なども並ぶ
3. とにかく仲良しの細淵さん親子。「今度は、どんな野菜を作ろうか?」と取材中も二人で会話が弾む

細淵 玉美

昭和34年、上高井戸で農家の長女として生まれる。結婚後は、育児をしながら実家の農作業を手伝い、平成9年、父・正雄さんの後を継いで38歳で本格的に就農。現在は、娘の春菜さん、母・綾子さんの協力を得て、約47㍍(4,754㎡)の畑で、年間20種類以上の露地野菜を栽培する。JA東京中央杉並中野地区女性部の会計を務め、杉並産野菜を使ったレシピ作りなどで活躍。

直売所 / 細淵農園 杉並区上高井戸2-11-54
※千円札が使用できるコインロッカー式の自販機を設置

があつてこそできたことですが」。その頃飼いだめた愛犬のユズを連れて、毎日、近隣の畑を見ながら散歩し、ひたすら他の農家の作付けを学んだこともあったという。「近所の先輩農家や種苗屋さんなど周囲の専門家に基礎から教をを請いました。今でも分からないことばかりです。来週もコマツナ栽培を農業塾(※4)で勉強してきます」と、ポジティブで向学心旺盛。その姿勢は積極的な営農方針にも表れ、平成29年からは2棟のパイプハウスを設置して、育苗やキュウリの温室栽培にチャレンジしている。

頼もしい後継者・春菜さん
細淵さんには、一人娘の春菜さんという頼もしい後継者がいる。「小学生のとき

から農作業を手伝い、土いじりが大好き。継ぐ気満々でした」と語る春菜さんは平成5年生まれ。府中市の都立農業高等学校を卒業後、東京農業大学世田谷キャンパスでダイコンの辛みに関する遺伝子解析を行った。また同大学の北海道オホーツクキャンパスでジャガイモの「そうか病」を発現する遺伝子を研究するなど、最新の農業科学を学んだ将来有望な農業者だ。現在は、埼玉県の農業生産法人で働きながら、週末などを利用して実家の野菜作りを手伝っている。つなぎの作業着で、さっそうとトラクターを運転する春菜さんを、「まさか農業をやりたいなんて言い出すとは夢にも思っていなかったけど、やっぱりうれしいですね」と、優しい母の表情で見守る細淵さん。「ゆくゆくは近所のスーパーに地場

野菜を置いてもらうなど、販路を広げていきたいね」と、将来について親子で語り合う姿に、杉並農業の未来を感じた。

※1 伝統大蔵ダイコン:江戸時代に現在の杉並区周辺で栽培が始まった、白首系の伝統的なダイコン。JA東京中央会が江戸期から続く東京の野菜文化を継承するために定めた「江戸東京野菜」の一つ。

※2 プチヴェール:平成2年にケールと芽キャベツの交配で生まれた野菜。杉並の農業者の間で特産野菜の候補として栽培されている。

※3 認定農業者:農業者自らが5年後の農業所得等の目標を掲げ、経営改善計画を作成し、その計画が区に認定された者のこと。農業振興の中心的な担い手と位置付けられている。

※4 杉並区・中野区内の農業者及び農業後継者が、2年間で農業の基礎的技術・知識を習得し、また農業者同士の交流を深めることを目的に、平成30年にJA東京中央が開講。区内の農業者が講師となり、農業後継者等の受講生に対して、実習・講義を行っている。



2018年12月3日(月)
杉並農産物直販所

杉並グリーンセンターが リニューアルオープン!



杉並グリーンセンターが装いも新たにリニューアルオープン。月曜日から金曜日までの平日、杉並産の農産物を販売しています。いつでも、だれでも気軽に新鮮な杉並産農産物を手に取って購入できるお店です。皆さまぜひお立ち寄りください。



杉並グリーンセンター
住所:杉並区阿佐谷南3-13-2
TEL:03-5349-8791
営業時間:月曜日～金曜日 10:00-16:30

杉並産の野菜を 食べてみたいと 思ったら!

直売所以外でも、即売会などで杉並産の野菜を買うことができます。ぜひ足を運んでみてください。



開催日	イベント名	場所	販売農産物	問合せ先
毎週月～金曜日 10時～16時半	杉並グリーンセンター	杉並グリーンセンター (阿佐谷南 3-13-2)	野菜・草花	杉並グリーンセンター TEL.03-5349-8791
毎週火曜日 9時半～	展示即売会	JA 杉並中野支店前 (桃井 2-3-4)	野菜・草花	JA 杉並中野支店 TEL.03-3399-8983
毎月第3木曜日	ものマルシェ	JR 高円寺駅改札前	野菜	杉並グリーンセンター TEL.03-5349-8791

この他、詳細未決定の即売会がありますので、随時、「広報すぎなみ」又は直前の即売会等でご確認ください。

PICK UP! REPORT

JA東京中央杉並中野地区女性部 と 杉並区食育推進ボランティアが作る 「杉並産野菜を使ったレシピ集」 試食会レポート



春野菜の
レモンバター蒸し煮

調理中の色鮮やかな春野菜のレモンバター蒸し煮。鍋いっぱい杉並産野菜にレモンとバター、塩コショウを入れて蒸し上げる



▲ 試食会のテーブルに並んだ料理。この中から掲載するレシピを選ぶ



▲ 焼き具合を相談しながら「新玉ねぎのステーキ」を調理中

JA東京中央杉並中野地区女性部(以下、女性部)では、杉並で育てた野菜を区民に気軽に食べてほしいと、「簡単で美味しい」を合言葉に、たくさんのオリジナルレシピを考案してきました。平成28年度からは、杉並保健所の監修の下、杉並区食育推進ボランティア(以下、食育ボランティア)の皆さんと協力して2冊の野菜を使ったレシピ集を発行。両団体が案を持ち寄り、春夏秋冬、季節毎の旬野菜を使った健康レシピを紹介しています。現在、第3弾のレシピ集を制作中です。掲載レシピは、2団体合同で調理実習を兼ねた試食会を開催して検討。実際にお互いの料理を食べてみて「作りやすさ」「美味しさ」「献立のバランス」などのポイントを考慮し、選定をすすめます。



ゴーヤとトマト炒め

▲ 食育ボランティアの皆さんが提案した「ゴーヤとトマト炒め」夏らしい色合いの一品



夏野菜のポトフ

▲ 「夏野菜のポトフ」杉並産のナス、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、ズッキーニ、トマト、いんげん、とうもろこしを使ったレシピ

7月に杉並保健所で開かれた春夏のレシピを選ぶ試食会には、女性部から7名が参加。おそろいのグリーンのエプロンを着け、「春野菜のレモンバター蒸し煮」、「夏野菜のポトフ」など8種を調理しました。どの料理も参加者が育てた杉並産野菜を使用し、シンプルな調理で野菜の持ち味を生かしているのが特徴。作りながら「塩の分量をもう少し減らしましょう」など相談し合い、レシピの改善も行います。試食のテーブルには、食育ボランティアの皆さんが調理した「春のサラダいちごソースかけ」、「ゴーヤとトマト炒め」なども並び、全16品の野菜料理がせいぞろい。「見た目の美しさや、夏バテしない栄養価も大事ね」と話し合いながら、レシピを精査しました。11月には秋冬レシピの試食会を開催。今後、杉並保健所の管理栄養士のアドバイスを得ながら掲載レシピを確定し、杉並産野菜の魅力満載のレシピ集・第3弾が発行される予定です。



杉並農人 第9号

平成31年1月

企画：杉並区

制作：NPO 法人チューニング・フォー・ザ・フューチャー

協力：杉並区農業者（JA 東京中央城西生産部会、JA 東京中央城西地区青壮年部、JA 東京中央杉並中野生産部会、JA 東京中央杉並中野地区青壮年部、井草園芸研究会、高井戸花卉研究会、杉並区グリーンクラブ）、JA 東京中央、杉並区民の皆さん

◎お問い合わせ

杉並区産業振興センター都市農業係 〒167-0043 杉並区上荻一丁目 2-1 インテグラルタワー2F TEL：03-5347-9136

参考：杉並区発行「ふれあい農業すぎなみ 農産物直販マップ 2018」

※杉並区 HP でも公開しています。「直販マップ」で検索してみてください。