



NOANOSATO

野愛の里 2024

自然栽培農園



【1~3月】



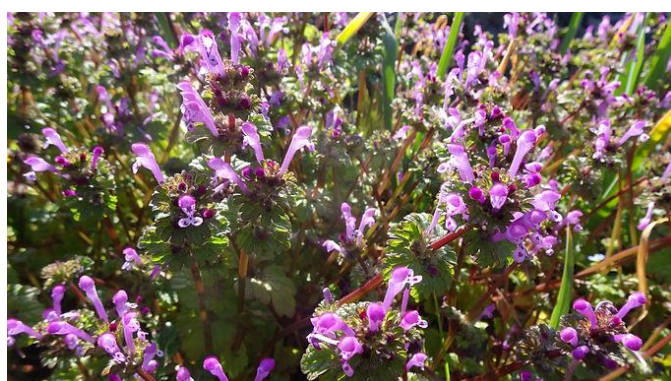
世界三大健康野菜の一つ
「アピオス」出荷中



アピオスを掘り起こすと、数珠つながりに
長いもので1mはあります



ガーリック畑…ホトケノザと共生しているようだ



今年は早くから一面のホトケノザ



ホトケノザ 近くで見ると美しい



レンゲの種を蒔いてみた



スイセンの花



春を待つ小鳥たち

【アピオス畑の準備・種芋植え】



耕運・ウネ立て・マルチ張り



草マルチの試みー



土の中に保存しておいた前年のアピオス



今年は例年より少し早めに植えました (3月下旬)

これはひどい!! せっかく張ったマルチが……………

植えたアピオスの種イモは食べられていない。しかし、これを直すのが大変!!



土中のミズを追ってか、モグラが走り、それをイノシシが追いかけて、サルが遊んでいたはず!?! 足跡ーマルチ沿いに走ってはがして、所々上を歩いて穴をあけられている。



整地～支柱を立てて～ネットを張る



準備完了。あとは自然のままに……………

【ヤーコン畑の準備・種芋植え】



耕運～ウネ立て～マルチ張り～



前年土の中に保存していたヤーコンの種芋を植えました



…ひとやすみ……………



スモモの花が咲いている



スモモの花



昨年植えたモモの樹にも花が咲いた

【4月】



春のおとずれ (関川の土手)



満開の桜



キジの鳴き声、畑を歩いている



またまたマルチが…、イノシシの足跡



ローレルの花盛り (葉っぱはカレーに)



香水の香り・オガタマノキ、あっ! ミツバチが

【春野菜の種まき (固定種・在来種は、野口種苗店で購入、以後自家採取)】

わさび菜

Wasabi Leaf Mustard



用途: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

特徴: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

栽培: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

価格: ¥314 (税込)

ビタミン菜

Vitamin-na / アブナナ



用途: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

特徴: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

栽培: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

価格: ¥314 (税込)

石倉根深一本葱

Isokura Nabe Ippon Negi



用途: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

特徴: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

栽培: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

価格: ¥314 (税込)

紅白二十日大根

Benishirashi Daikon



用途: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

特徴: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

栽培: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

価格: ¥314 (税込)

ハッピーヒル(もち)

Happy Hill (Mochi)



用途: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

特徴: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

栽培: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

価格: ¥314 (税込)

ししとう

Shishitou



用途: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

特徴: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

栽培: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

価格: ¥524 (税込)

オクラは自家採取した種



(JA や種苗店でも購入 / 一代交配の F1 種でないもの!)

時なし大根

Jishinashi Daikon



用途: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

特徴: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

栽培: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

価格: ¥314 (税込)

時なし 五寸人参

Jishinashi Goshun Jinseng



用途: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

特徴: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

栽培: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

価格: ¥314 (税込)

大葉春菊

Ooba Haruhiku



用途: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

特徴: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

栽培: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

価格: ¥314 (税込)

ベビーリーフ

Baby Leaf



用途: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

特徴: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

栽培: 春から秋にかけて収穫できる。葉が柔らかく、お味噌汁や和食の彩りに最適。

価格: ¥314 (税込)

◇大切にしたい 種

- ・種がなくては植物は存在できない。
- ・作物の種は、毎年買うのではなく、実った種を保存して、継続して蒔いて育てると、その畑にあった作物が収穫できる。
- ・一代交配 < F1 > の種は、採取して蒔いてもうまく実らない。



春の散策・四国の水源・山水を巡る

→動画 [YOU TUBE](#)

高知の山奥・美しい仁淀ブルーを訪ねて



仁淀川上流域 “にこ淵”



綺麗な川のせせらぎ 池川町 土居川



風光明媚な山村～岩柄



空き家がいくつかある、移住しないか？

【生姜を植える】

冷蔵庫の上で発泡スチロールに入れて保存していた生姜一開けてみるともう芽が出ていた



冷蔵庫の上で発泡スチロールに入れて保存していた生姜一開けてみるともう芽が出ていた



生姜の芽



生姜の定植（自家保存分）



サツマイモ畑の準備



サツマイモ畑のマルチ張り、苗植え準備完了

【ハーブいろいろ】

① 羽衣ジャスミン花盛り



② すくすくのびるミント



③ 若芽が伸びるローズマリー



④ ホーリーバジルが出た（昨年採取種）



ツバメがやって来て、巣作り中

➡動画 [YOU TUBE](#)



山小屋づくりがはじまる



以前、福祉活動を一時共にしていた先輩から連絡があつて、ひよんなことから畑に小屋を建てる話になった

【5月】

春の巡礼・横峰寺のシャクナゲ

→動画 [YOU TUBE](#)

四国霊場第60番札所 石鎚山横峰寺へシャクナゲを見に



横峰寺本堂 (本尊:大日如来)



断崖に咲くシャクナゲの群生



美しいシャクナゲの花



奥之院 星が森から石鎚山遠望



横峰寺・星が森 空海修行の聖地

この肉体そのまま
神通力を身につけ
何のとりわれもない
自由の境地に遊んで
しかもあらゆる問題に
対処できる
不思議な境地に
入ることができる
(大日経)

横峰寺は、標高約750mにある山岳霊場。

役行者が石鎚山を開山し、金剛蔵王大権現を祀ったことに始まる。

後に行基が修行、次いで空海がこの地で修業した時、同じく蔵王権現が出現、その威容を大日如来の胸に修めて本尊とされたと伝えられている。

空海はこの「星が森」で、人間の運命を好転させる「星供養」を修行されていた。

また空海は、星が森から石鎚山頂へ空中飛行して詣でていた…という伝説がある。

空海は、大日経にいう

「この身を捨てずして神境通を逮得し、大空位に遊歩して、しかも身秘密を成ず」という密教の奥義を説明し、即身成仏儀を著している。真に超人(アデプト)の境域一。

＜生姜の追加定植＞



生姜の種芋／高知の生姜の師匠から追加購入して植える
高知の生姜は大きくて勢いがある!!

【サツマイモを植える】

サツマイモのツル植え (シルクスweet、安納芋、紅はるか)



芋ヅルを植えて数日、一時枯れたようになるけど...



今年は少し変わった品種も植えてみた



数日たつと葉が茂って来る



レンゲソウの花が咲く



午前中にだけ花開く カタバミの花

オリーブの白い花が満開



オリーブの花...清楚でほの甘いしなやかな花の香り

<植えた種から芽が出た、葉が広がる>



伸びてゆくアピオスのツルと葉



オクラ



ビタミン菜



春菊



カラシ菜



大根



人 参



ヤーコン



ヤーコン畑



伸びてゆく生姜



レモネードの花



桃の実が太りはじめた



突如、畑に現れた野うさぎの子ども



♪ うさぎ追いし かの山 ♪





5月の満月...一人ウエサク祭



畑の西の端、大雨が降った日には
川から水が畑に流れ込む

春の遊行・レオマ・ワールドの薔薇
オリエンタルトリップ

→動画 [YOU TUBE](#)

香川県綾歌町で讃岐うどんを食べたついでに行ってみた



春の大バラまつり開催中でした



各所に色とりどりの薔薇の花



ベルバラガーデン オスカルフランソワがイイ香り



清らかな薔薇の芳香とオーラ



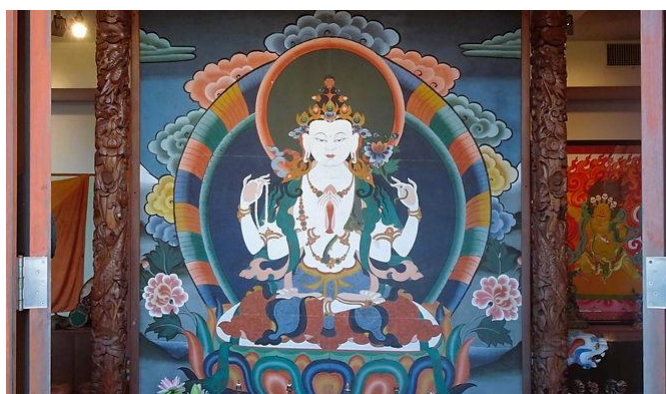
オリエンタル・モスク 瑠璃色のドーム
たけろうの ♪サマルカンド・ブルー♪ が聴こえる



アンコール王朝のプラサット・ヒン・アルン



山の上のブータン王国 タシチョ・ゾン
ヒマラヤの秘境に来た気分 展望もいい



僧院の入口...極採色の密教仏
(動画には、堂内の映像があります)

【ニンニクの収穫 (昨年10月植)】



今年は小さいのが多い 翌日、皮をむいて根を切って-



大きさ色々、自然栽培・生ガーリック



変異!! 珍しい全1片の玉 しかも子ども付き



近くの産直市JA「たのしみ市」に出荷中



滋養強壮・免疫力アップに!! メルカリにも出品中

【6月】

ツバメの子どもが巣立ちました



→動画 YOU TUBE



葉を広げはじめたサツマイモ



6月中旬 アピオスの花が咲きはじめました



アピオスの花…甘くエキゾチックな香り



オクラ …雑草の中



カラシ菜の花が咲く



ニンジンの花盛り



収穫を終えたニンニク畑に、ありがとう



イノシシに乗ってサルがやって来る対策??



ブルーベリーの実が少し



旺盛なヤーコンの葉



ヤーコン畑 (…これがやがて悲惨な状況に)



どんどん伸びる生姜の葉



生姜畑 (所々イノシシが歩いている模様)

大きくなあ〜れスモモの実 (やまじ風で全部落ちてしまった、今年は収穫 0)



【7月】

【アピオス花茶づくり】

1-アピオスの花を摘んで、水で洗います



2-花に湯を注いで、少し待つ!

3-薄紫色の花茶の完成

4-レモン果汁を加えるとピンク!



※花を乾燥させて飲む場合／火であぶると、よりこぼしいお茶になります



<アピオスの花の有用性>

➡高血糖の予防や改善に効果がある

<開花期の花の摘花>

➡良質のお芋が採れる

(参考/青森県立保健大学の研究資料)

☆今年2回目のツバメの誕生一同じ巣でー



～2回目も、3羽のヒナが巣立っていきました



夏の遊行 in 高知

→動画 YOU TUBE

・秘められた神と祭り ・ム一展…観て来ました



里山に古くから伝わる神祭りは農業と暮らしに深く関係しています



神国・日本を守護しているといわれるヤタガラスを呼ぶ神事



物部村に伝わる神秘的いざなぎ流 種々のみてぐらや呪法



大地なる母の息吹ー 神楽を舞う巫女に、神霊が降りる

「ム一展」



アダムスキーが乗船した金星の円盤(模型)



中学生が捕獲した小型円盤の模型



聖者の都・シャムバラと日本の UFO 事件



四国剣山に秘められた伝説の「アーク」とは

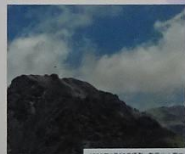
瓶ヶ森林道＝UFO ライン誕生秘話

→関連動画<UFO ライン～天空の道>YOU TUBE

「UFOライン」は、「いの町道瓶ヶ森線・瓶ヶ森西線」の愛称。高知県と愛媛県の県境、標高1,300m～1,700mの尾根伝いを走る、全長約27kmの絶景ロードです。その命名の由来を検索してみると「雄大な峰“雄峰”から」という情報がたくさん出てきます。

「ホントに?」疑問に思った筆者は当時、観光分野の企業に勤めていて、UFOラインでUFOを呼んでみるツアーを企画しようとしていました。そこで調べてみると、かつて1990年に、瓶ヶ森林道の入り口にある寒風山で「W形UFO」が撮影されていたことが判明しました。当時の高知新聞は、伊野町(当時)在住のUFO研究者 藤田耕司氏による写真鑑定で「UFOに間違いない」と太鼓判を押されたことを報じています。

そして2019年、UFOライン命名者 岡林弘氏へのムー編集部による取材によって、愛称「UFOライン」は「UFOありきで、雄峰の意味も持たせたネーミング」であったことが明らかになったのです。UFOの写真が撮影されたのはちょうど、林道であった瓶ヶ森林道・瓶ヶ森西線が一般開放されようとしていたタイミングでした。岡林氏の「UFOライン」というユニークなネーミングによって、「山にUFOの基地があるのでは?」と話題になったそうです。



UFO写真の撮影者、鍵山幹夫さんを探して……高知市内での聞き込み調査で驚いたのは、高知の人たちの「UFO」に対する心の広さでした。なにしろ、35年前のUFO写真撮影者探しです。怪しまれるに違いないと覚悟していたのです。しかし、付近の道端で出会った方に恐る恐る声をかけて事情を話すと、「〇〇さんならきっとわかるわ!」と、その方のところまでご案内くださり、着いた先では「乗せてっちゃうわい!」と、車を出してくださる始末。まるで異空間を運ばれるが如く、鍵山さんのご自宅前に到着できてしまいました。この、高知の人々のUFOマインドの根底には少なからず、1972年の「介良事件」からの「高知UFOブーム」の影響があることは間違いないでしょう。介良事件がなければ、「UFOライン」も誕生していなかったかも知れません。



高知の広い空と、心に浮かぶUFO群

ミステリー月刊誌「ムー」 創刊号1979年 宇宙開発の真相は… 記念撮影スポットにて



「UFO でまちおこし」—だいぶ以前に訪問した、石川県羽咋市の宇宙科学博物館「コスモアイル」には、宇宙とUFO 関係の資料や模型が展示されている。近年では、「UFO・宇宙人&自然栽培フェスティバル」が開催されていて、現代自然栽培の師「奇跡のリンゴ」で有名な木村秋則さんや、以前お世話になった「自然栽培パーティ」の佐伯さんも登壇されていた。木村さんは、UFO に同乗して宇宙人と接触した体験談を伝えている。また、羽咋市の JA では無農薬・無肥料の自然栽培を推奨・実践されているとのことだ。元来、日本人は人知の及ばぬ自然を「神」と崇め、自然と共に暮らし、里山を大切にしていた。イギリスのスコットランドには、自然界の精霊たちと交流して農業を営む「フィンドホーン」の奇跡が伝えられている。…人間と自然・植物が協調して創り出す世界とは…はたまた、進化した宇宙人文明の農業や社会生活とはどんなものなのだろうか……。

UFO & 宇宙人 関連
「旅日記」

HP 内リンク/読んでみて!!

- ➡UFO 昔話(1) 古代文明と預言
- ➡UFO 昔話(2) 地球に住む宇宙人
- ➡UFO 昔話(3) UFO 研究団体
- ➡UFO 昔話(4) 宇宙の旅人
- ➡月の謎(1) アポロ
- ➡月の謎(2) かぐや
- ➡イージーライダーと UFO
- ➡地球の静止する日
- ➡UFO ライン・夏
- ➡時々宇宙人
- ➡コンタクト・ストーリー
- ➡聖者と宇宙人

【太陽の花・ひまわり】

今年の夏も熱い熱い! 畑にヒマワリの花が咲きはじめました



日照り続きの中……生姜!!!



アピオスの葉が旺盛 小屋づくり中ー

【8月】

夏休み



日々の合間に、四国霊場めぐり



第1番霊山寺 本堂の天井に描かれた龍神



第6番安楽寺 夕暮れ…山頭火の句碑



第84番屋島寺 山上散策、水族館ほか



高知よさこい祭りー災害を小難に、元気パワー!!



今治タオル美術館 色々な愛媛タオル



常設展／河村武明氏の作品に感動!!



常設展／ムーミンののどかな世界



雨が降らない……
生姜…大丈夫か



一度イノシシに折られた
栗の木を植え変える



次々と花咲く
ジャスミンの香り

今年の夏も、
異常な暑さー

<進む「小屋」づくり>



寄せ集めの資材で、なんとか基礎が出来上がった(パレット6、ペール缶にセメント8枠)。
8月下旬、柱が立つ!!(柱は久万高原の杉材) 熱い最中、IN氏に感謝!!

【9月】



南北の横柱・東の入口・南のノキには
子どものフラフ・鯉のぼりを泳がしていた丸太



屋根を張る(ポリカ波板使用)
サッシや棧木は、ほとんどがもらい物

—まだまだ暑い毎日、あっという間に9月は過ぎて行った—



葛の花、隣の休耕地からせり出している

ヤーコン畑が荒らされる……



イノシシか……(去年までは、少しも食べられたことがなかった) それとも……

次の日…… これはひどい!!

ヤーコン全滅!!!!!!

順にマルチをはがして、まるで人が掘ったかのようだ
230株植えていたので…1株5個の芋がついていたとして、全部で1150個—
一晩に1150個も無くなるなんて!! しかも球根も残っていない!! 大損失
動物達が一晩に全部食べていったのだろうか??…そんなにおいしかったのか…
球根が無くなってしまった…来年の作付けどうしようか……困ったこった…



自然に生え出て大きくなった木を2本、
チェーンソーで切った



倒す方向に、木とランクルをロープで結んで
倒していった

【10月】

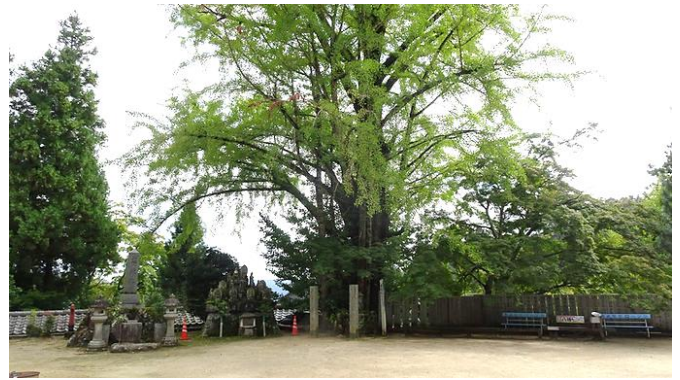
秋の巡礼・青龍寺の禊瀧と奥の院

→動画 [YOU TUBE](#)

四国霊場第88番大窪寺、第36番青龍寺への旅



四国霊場第88番札所 結願の山、大窪寺へ



イチョウの大木、紅葉はもう少し先でした



四国霊場第36番 青龍寺奥の院～空海の独鈷飛来伝説・朱砂の山



【ニンニクの定植】



ガーリック畑の起耕～うね立て～マルチ張り



ガーリックの種芋(今年保存していた球根)



ガーリック種芋、1800個ほど植えました



10月の満月近く



定植から5~7日でニンニクの芽が出だした



ほとんどの種から芽が出て育ちはじめました



ススキの横、オリーブ7種健在



ホーリーバジル 採種、葉は干してお茶に



生姜・収穫間近、生育は大小さまざま...



サツマイモ・草の中...大きくなっているかなあ



アピオス畑・収穫間近、青テープはイノシシよけ



来年の早春に向け、菜の花の種を蒔く

<進む「小屋」づくり>



外壁と床が張れたので、内壁の板を張れば、もうすぐ完成

【11月】

～待ちに待った秋の収穫、産直市への出荷～

【アピオスの収穫・出荷】



☆パワー充電・健康食!!



自然栽培

農薬・化学肥料・除草剤 無使用

参考<主な成分比較>* 文部科学省「日本食品標準成分表 2020」より(可食部 100g 当たり)

	エネルギー	タンパク質	食物繊維	カルシウム	マグネシウム	鉄分
アピオス	146 Kcal	5.9	11.1	73	39	1.1
サツマイモ	127 Kcal	0.9	2.8	40	24	0.5
ジャガイモ	51 Kcal	1.8	9.8	4	19	1.0
サトイモ	53 Kcal	1.5	2.3	10	19	0.5
ヤマトイモ	119 Kcal	4.5	2.5	16	28	0.5
ヤーコン	52 Kcal	0.6	1.1	11	8	0.2

「スーパーフード」アピオスの成分

● エネルギー(カロリー)

- ・サツマイモの1.1倍
- ・ジャガイモの約3倍

● タンパク質

- ・サツマイモの約7倍
- ・ジャガイモの約3倍

● 食物繊維

- ・サツマイモの約4倍
- ・ジャガイモの約1.2倍

● カルシウム

- ・サツマイモの約2倍
- ・ジャガイモの約18倍

※産直市出荷時には当農園で収穫した野菜のすべてに「自然栽培」のシールを貼って出荷しています

【生姜の収穫・出荷】



☆抗菌力・免疫力の向上に!!



【サツマイモの収穫・出荷】



シルクスweet



安納芋



紅はるか



イモヅルを春まで保存するには……

☆栄養満点で美味しい!!

楽しいイモ掘り
記念写真



土まみれ

【秋の種まき】



- 野口種苗
- JA のたね

直播、早くも、もち小麦の芽が出て来た



葉を広げたガーリック～あと半年かけて結実する



生姜—2～3 日毎に収穫→洗浄→袋詰め→出荷

レモネードの果実



元気なオリーブ 今年は11月中旬でも暖かい 早朝の「光る雲」…よく見れば〇〇〇

【12月】



朝、西に沈む「満月」と…未確認飛行物体？



畑からあおぐ、雪の赤石山系(1700m 級)



モチ麦



ダイコン



玉ねぎ(苗から)



玉ねぎ(種から)



スナップエンドウ



ガーリック



土が休眠に入る、枯草をすき込み、畝の上に置いたりー 山は雪、来春の植付まで、ひと眠り



畑を耕していると、小鳥たちがやって来る

【保存飲食／お茶&パウダーづくり】

○網に入れて、天日干し（約20日）



<ホーリーバジル茶>

インド伝統医学・アユルヴェーダで様々な癒しに用いられる聖なる薬草。葉を摘み取って洗浄後、乾燥させて茶葉として。また、緑葉のままお湯をかけてもハーブ茶として飲用できます。



<ガーリック・パウダー>

殻のついたまま洗浄して干したけど、中身がなかなか乾かない。次からは殻をとって干すか、一度蒸した後に干すようにしてみる。今回は年越干しに。パウダーになれば1年中使えそう。

<生姜・パウダー>

洗浄して、細かく切って、蒸した後に干す。堅くなってから、ミキサーで粉碎、細かいザルで粉を振り分けて、保存。コーヒー等、飲物に入れたり、色々な料理に使えます。



<アピオス・パウダー>

洗浄して、そのまま干す(蒸してもいい)。堅くなってから、ミキサー(強化素材)で粉碎、細かいザルで粉を振り分けて、保存。味噌汁に入れたり、色々な料理に使えます。





畑の中のポツンと一軒小屋



小屋からの風景～ご神木と雪の赤星山を仰ぐ

○自然栽培で、産直市に出荷されている作物は少ないようです。植える「種」や「土壌の質」「気象変動」にもよるけど、ほとんどの植物は、農薬や化学肥料がなくても生育します。太陽の光と熱、雨水、風、大地のエネルギーが育ててくれます。それと、育てる人の愛情が大切です。これからも、自然栽培が普及していくことを願っています

○自然栽培の作物は、純粹に自然な味がします。植物は、人間の健康に役立ってくれます。出来るだけ、その畑で採れた野菜の種を採取して、継続して育てて行けるようにしていきたいと思います。医食同源ー植物は人の食物であると同時に、健康を回復させる薬でもあります。

○近年の夏の暑いこと…太陽と地球の異変のようです。今年は畑に、休憩できる小屋が出来たり、友人や仲間と芋ほりをしたり、焼芋をして食べたりと、楽しい出来事がありました。

○お天道様、ご神木、大地の皆様ありがとうございました。❤