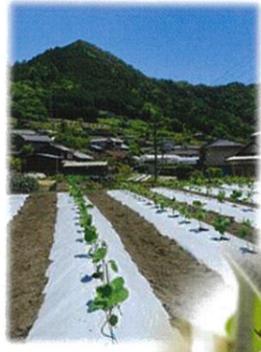


入梅。村内の畑にはいろいろな夏野菜が植えられ、土肌の茶色から苗の青色がさわやかに目に入ってきます。鳥たちも繁殖期とみえ、キジやヒヨドリ、ウグイスの生き生きとした声が夜も明けきらぬうちから聞こえます。今年も雨が多い梅雨のようで、作物も鳥も人も調子が悪いな・・・なんて日もあるでしょうね。そんな日は鬱そうとした気の抜けるのを待ってゆっくり過ぎずか、なにか身体や手を使うこととに、かく夢中になって吹き飛ばすか。わたしのおすすめは、①睡眠たっぷり②読書③草取りです。夏祭りでバンド出演があるので楽器練習もやりたいな、などと考えているときも行動欲が湧いてきます。ただし、湿度の低い北信住まいだった自分には天龍の夏の湿気と暑さにどの程度耐えられるか、心配です。動きすぎてばてない様に、6月は休み休み喜ばします。閑話休題。

●ていざなす栽培

長雨において、作物の調子の悪さというのは、なんとかが補正してあげなければいけません。無事苗の配布が終わり、生産者それぞれの栽培活動に移っています。害虫防除や肥料散布、結実促進のタ

美しくおいしくていざなすを多くの人へ、かつ長期にわたってお届けするためには、植え付け後の初期の管理が重要といえます。休み休み、といいながら、最近の日課はていざなす畑に有害虫たちをチェックして捕獲すること。なかにはかわいい姿の害虫もいたり、見たことのない蝶が横切ったりしてなごんで行ってきます。さて、今日も



かわいいけど害虫セマダラコガネ

●天龍名物てぬぐい制作進行中

協力隊の活動のひとつとして、天龍村アピールてぬぐいを作っています。第一弾は「ていざなす」です。デザインはグラフィックデザイナー高城晃さん染めは小玉屋染物店さんへ依頼（長野市）。7月中旬完成予定です。販売方法等詳しくは次号にてご案内します。お楽しみに。



五月からの活動

(文・篠田 大樹)

茶摘みが終わるといざなすの定植に向け、畝立てなど準備を進め、二十三日に定植を完了することが出来ました。今年の苗は大きくすぐに支柱を立てる必要がありました。これからの成長にも期待です。ていざなすの定植が終わるとお茶の管理がまた大忙しです。草もあつという間に伸びてしまい、草刈りやお茶の製枝に追われる毎日です。そのような中、抹茶の原料となる碾茶を作る工場の見学に静岡県まで行ったりもしました。工場が長野県にはなく長野県で抹茶の生産がないので取り組めたら面白いと思うのですが、工場加工してもらうには大量に生葉がないといけないので実現までの道のりは険しそうです。募集している茶畑の共同オーナーは六名まで増えました。問い合わせも多く、思ったより順調に増えていてありがたいです。既に二名のオーナー様に苗植えに来ていただきました。次はあつという間に紅茶の収穫やていざなすの収穫がやってくると思いますが、暑い日も増え大変かと思いますが体調に気をつけて頑張りたいと思います。



オーナー様に植えてもらった苗。オーナー様のネームプレートも設置しています。



六月の活動内容

六月に入り雨の多い季節となりました。自身の活動としては、先月に引き続き天龍村の歴史書籍の制作に向けた原稿の作成を行いました。



狩猟採集と農耕稲作

長い間、なぜ天龍村に古墳時代と奈良時代の遺跡・遺物がないのかを考えていました。古墳建造には富と労働力が必要です。富を出現させるには、狩猟採集から農耕稲作への転換が重要になります。農耕稲作が定着したところにおおよそ古墳が建造されることになり

ます。天龍村は古墳が発見されていません。もしかしたら古墳が建造されていなかったか、発見されていなかったか、もしくは天龍村以外の下伊那の山間部の地域は古墳が発見されていなか小規模な円墳しかありません。だとすると、天龍村に古墳が建造されてい

ないと考えた方が妥当です。では天龍村になぜ古墳が建造されなかったのでしょうか。奈良時代の遺跡がないのはなぜでしょうか。古墳建造には富が必要で、農耕稲作によって富が出現します。だとすると、天龍村は農耕稲作を積極的に行っていないことになりま

す。しかし、農耕稲作を積極的に行わなかったから、農耕稲作に適した少ないと考えるのは少々強引です。わたしもそのように考えています。山間部は水が豊富で、しかも下流のようになり危険性がありません。農耕稲作を積極的にしようと思えばできたはずで

農耕稲作を積極的にしなかつた理由があるはず。狩猟採集から農耕稲作への転換は徐々にされました。その転換は生産力を上げようとする人間の純粋な欲望です。農耕稲作を積極的に行わなかつたのは生産力をあげようと思わなかつたからです。生産力をあげなくても人口と資源の均衡がなんらかの理由で保たれていたからです。おそらく自然環境の変化で資源が減少した場合、人口も減少させ、資源が増加した場合は人口も増加したのでしょう。資源の量にあわせて人口が決定されていきます。農耕稲作を積極的に行った地域は逆の方法をとります。つまり人口にあわせて資源の量を決めていきます。人口が増加すれば資源を増加させるために自然環境に人為を介入させます。これによって人類は文明を発展させて



ありが隊新聞

第122号 2023年6月22日  
編集:小幡厚子



◆「片付け大作戦」ガレージセール」  
村内で回収した食器類を整理して旧阿南部品にて第一弾のガレージセールを開催いたしました。今回は大雨の影響があったにもかかわらず、村内外から百名を超える方に足を運んで頂きました。ありがとうございます。  
また、第二弾を6月25、28日で行います。前回来られなかった方、まだまだお気に召すものがあるかもしれません。詳細は別紙回覧をご覧頂き、ぜひ足を運んでください。



加藤まゆみ

◆「WACHI CAFE」  
暑くなってきたので、これからカフェでも冷たいメニューも考えます。ぜひ素敵な空間の和知野キャンプ場へ：  
\*モーニング営業 6・7月毎週日曜日(7時~10時)  
\*カフェ営業 6月24日・7月15、17日(13時~17時)

◆「地域交流」

Skkの方からお声がけで、お掃除についてのお話をさせて頂きました。今回は、重曹の使い方・ちよっとした片付けのヒントなどのお話。先輩方を前にしても緊張しましたが、女子会に入れて頂いたような感じでとても楽しかったです。



◆塩づくりワークショップ  
鹿児島から知人が来村し、塩づくりに関する講座を個人的に開催。お話を聞いてその場で出来た塩で塩結びを作った人も子供も大喜び。いっぱい食べてました。また来村の機会があれば皆さんにもお知らせします。



おそうじ道 ⑭ 「私のお掃除道具」

村の方から頂いた手作りのお掃除道具を使わせて頂いています。毛糸のスポンジはこの掃除にも最適。松葉ほうきは窓の棧や隙間掃除に最適です。



目々こうしん

文前川 未来

雨の季節に突入した途端、大雨になったり急に暑くなったりと、心身共に参ってしまふような日が続きました。ジメジメしたが増えていきますが、適度に休息を取りながら体調を崩さぬように過ごしていきたいですね。

第一弾「天龍村ガレージセール」開催!

六月二日(金)〜四日(日)に「天龍村ガレージセール」を開催しました。  
三月の末「ころより、皆さんにお声かけし回収させて頂いた食器たちを、新たな持ち主に譲渡し使っていただくこと、家の片付けのきっかけ作りになれたら」というのと、再利用し捨てるごみを減らすことで環境への負担を少しでも減らすことができたというのを目的として始めたものです。  
チラシやSNSなどの力も借り、村外の方にもお知らせをしたところ、当日は100名を超える方々にお越しいただき、たくさんのお食器類を持っていかれたことができた。  
二日の日は大雨の影響で中止となってしまい、実質二日間の開催となりましたが、それでも村内外問わずたくさんの方に興味を持っていただき、会場に足を運んでもらえたことがとてもうれしかったです。ご協力いただいた方々、本当にありがとうございました。

今回のガレージセールで天龍村から旅立った食器たちがどのような人たちのもとへ行き、どのように使用してもらっているのか。企画した私たちとしてはとても気になる。そして、皆さんにも知っていただけたらいいなと考えています。今月の末にその行き先を見学させていただきに行く予定です。また来月の新聞でもご報告出来たらと思っております。  
「いい取り組みだね」「うちの地域でもやってほしいなあ」「次はいつ開催するの?」などという声もいただき、また、今回一日中止になってしまった分もあるのですが、この第一弾で終わることなく二弾三弾と開催する予定です。まだまだ多くの方に宝探しを楽しんでいただきたいと思っています。開催情報などは回覧等でお知らせいたしますので、ぜひ覗きにきていただけるとうれしいです!  
(※現在、食器の回収に関しては、受付を停止しております。ご了承くださいませ。)



天龍村きりんちゃん月記

小幡厚子(季輪)



とつとう草刈りのトップシーズンに突入に連日草刈りに追われる日々を過ごしております。ピオトープ田んぼでは、ヤマアカガエルの子供たちが続々と巣立って行っており、順番を待っていたように、シユレーゲルアオガエルの卵が畔にたくさん産みつけられています。  
先月に植え付けたもち米やうるち米の苗たちも、不耕起という過酷な環境にも関わらず、どうにか根付いて着実に成長していつてくれています。  
管理させて頂いているブルーベリー畑のブルーベリーも色づき始め、もうすぐオープン二年目に突入するカフェでも少しずつ周知が進み、フレッシュブルーベリーの販売やブルーベリーソース掛けのアイスクリームを心待ちにしてくださいませいるお客様が増えています。

今月は天龍村林業女子研究会主催の初イベントも控えており、お陰様で体が三つくらいあると有難い充実した日々を過ごさせて頂いております。(笑)

予防医学講座 自分の体を知っておこう!  
「タンパク質の話」Part-1  
「毎日、卵10個は食べないとダメだから!」  
「そんなに食べられないよ!」  
耳が遠くなったとか、白内障が進みそうとか、そんな話を村の親しい方から聞くと、冗談半分にそんな会話を繰り返しています(笑)  
これは卵を食べることが大切という話ではなく、「タンパク質」をしっかり摂ることが大切だということなのですが、メジャーリーグで大活躍の大谷選手が毎食「ゆで卵3個」を食べているそうですが、ゆで卵が大好きだからではなく、彼の体とパフォーマンスを維持するためにそれが必要だから食べる。世界で活躍するレベルの方は食の重要性をよく理解されていますね。  
健康維持に「ビタミン」や「ミネラル」の必要性はよく語られるように思いますが、「タンパク質」の必要性はあまり語られていないように感じています。  
「タンパク質」は英語で「プロテイン」と言いますが、語源をたどると、ギリシャ語の「プロティオス」で、これは「第一となるもの」を意味します。  
大昔から、「タンパク質」の重要性はわかっていたはずなのですが、なぜか今は周知されるには至っていないように思います。  
そのあたりを今回はすこし深掘りしていきたいと思っています。  
体は私たちが毎日の食事で食べたものに含まれる栄養素で体を作り、維持しています。  
耳の鼓膜も、目の細胞もタンパク質から作られます。それだけではなく、髪も爪も肌も内臓も赤血球も白血球も骨も、免疫細胞もホルモンも神経伝達物質も酵素も全てタンパク質から作られます。  
つまりは、タンパク質を不足させることは体全体に影響してしまうわけです。次回に続く

まつかわの活動

「五月中旬〜六月中旬」

松川友哉

今回からタイトルを変更して、書かせていただきます。限られたスペースを有効に使いたいと思います。

●和知野川キャンプ場  
六月はじめの大雨でキャンプ場のサイト全域が浸水しました。設備は無事だったので、翌週からは営業再開。サイトの半分ほどが泥砂で埋まってしまいました。梅雨で田んぼのような状態になってしまいました。ローダーを使って泥を除去しようと思いましたが想像以上に難しく、凸凹になってしまいました。習うより慣れろで少しずつ泥を除去して夏までに全面開放ができるようにしたいと思います。川の様子も雨で大幅に変わりました。そんな状況でお客様をお迎えしても大丈夫かなと心配していましたが、お客様は満足してくれているようで、心配しすぎも良くないと感じています。



●畑づくり  
家の裏に小さな畑がついていて、畑づくりをはじめました。子供たちが喜びそうなスイカやトマト、キャンプ場の生ビールのお通しに枝豆を付けられたらなと思、枝豆も二種類蒔いてみました。耕すもミミズがいっぱい出てきて、これはいい畑だと喜んでいたら、ハクビシムらしき動物がミミズを食べに来た、畑が穴だらけに。トマトが綺麗に引き抜かれていた時は、絶望的な気持ちになりました。チーン。畑を囲って様子をみたいと思います。



●和知野川キャンプ場売店  
営業日…土・祝(事前連絡でいつでも開店)  
営業時間…午前10時〜午後5時  
ペイペイ使えます!  
村内の物産と南信州の美味しいもの販売中



キャンプ場のインスタグラム  
フォロー1000人まであと少し  
ご覧ください!