



防虫ネット取付け

年末から灌水施設と並行して、進めていることは、ハウスサイドへの防虫ネットの取付けです。葉物野菜をしばらくやってきて、悪さをする虫の種類がだいぶ固定されてきた、気がします。ヤサイゾウムシ、ダイコンサルハムシ、ヨトウムシ、ネキリムシです。みなさんのお宅にも何度か、お邪魔しているかもしれません。🐛



農薬は使ってませんので、虫が出始めてから防ぐことは非常に難しいです。肥料分が多すぎると、虫を呼びこんでしまうようなので、そこを一番気を付けたいです。とはいえ、ハウス内へ虫が入りこむことができなければいいわけで、飛来してくる虫を遮断する防虫ネットは有効と考えます。特にヨトウムシは成虫がヨトウガという蛾なので、ネット取付により防げる、と期待しています。ネットの取付位置は、窓に相当するサイドビニルの内側です。ビニル類は、2cm程度幅のレールに、ビニルを入れ、その上にジグザグに曲げてある針金をはめ込むことで、ビニルを押さえて固定します。天井用ビニルと、サイドビニル用の針金を全部外してから、ネット、サイドビニル、天井ビニルと針金を付け直すので、結構時間がかかります。2/23 には、県立大学の学生さんに手伝いに来てもらい、ネット取付に加えて、天井ビニルを新しいものに交換しました。大風が吹いて9m×50mのビニルが飛ばされそうでしたが、彼らのチームワークの良さで、無事に取りつけることができました！



菌活始めました！ 発芽玄米



今年の有機農業研究会の講演会は、福富町のパン屋さん「カントリーグレイン」創業者の片岡芙佐子さんによる「食べ物の力が生命をつくる」という講演でした。片岡さんは、33歳で肝硬変になりながらも食養生で回復した経験から、食の理想を追求してこれ78歳の現在も大変元気でいらっしゃいます。片岡さんは種が芽を出したばかりのスプラウトに、体を健康にするエネルギーが多いことに注目されました。中でも、発芽玄米こそ理想的な食材、と、強くおすすめされていました。

今回、菌から外れますが、発芽玄米の作り方を紹介します。発芽には、水、温度、空気が必要です。玄米を1、2回研ぎ、多めの水に丸一日つけます。そして、玄米をざるにあげて、2日置いておくと、楕円形の玄米の胚芽部分が尖ってきます。これが発芽玄米です。給水しているので、白米と同じ程度の水加減で、炊飯器の玄米コースで炊けば、柔らかく仕上がります。我が家は、白米と半々混ぜて食べやすくしてます。

アヤゴンのひとりごと



はい。ケーキ3連チャン♪ この写真のは、9歳になりたてホヤホヤの末っ子ひろきのリクエスト、サーティーワンのミニオンズケーキです。とーってもおいしくいただきましたが…相変わらずのペロリっぷりであっと言う間になくなります。長女が「パン屋さんになりたい」と言っていますが、ケーキも美味しいパン屋さんになってほしいなあ…。そうやって子供たちは将来の夢に向かって少しずつ動いています。9歳のひろきは「水族館の飼育員になりたい」そう。みんな、どんな大人になるかな～(^.^)

今月予定の野菜

大根、人参、こかぶ、ほうれんそう、青ねぎ、春菊、菜花、サニーレタス、こまつな、水菜、ベビーリーフ、葉玉ねぎ、里芋、菊芋、ごぼう

来月予定の野菜

葉玉ねぎ、こかぶ、ほうれんそう、春菊、菜花、サニーレタス、ベビーリーフ、青ねぎ、こまつな、水菜、ラディッシュ