



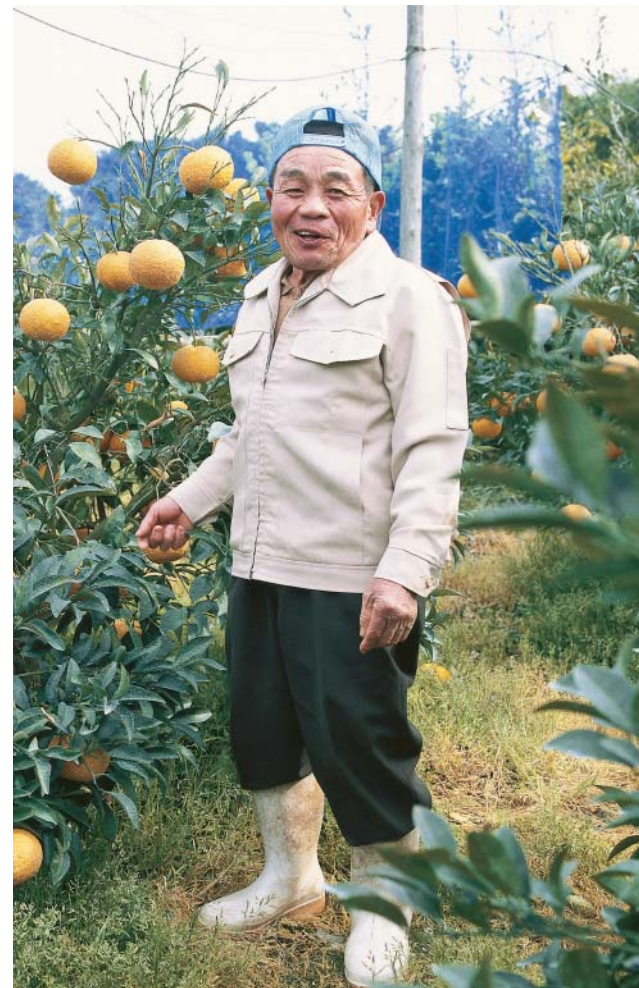
なつみかん

山口県長門市青海島が原産の夏みかん。原樹は「史跡および天然記念物・大日比夏蜜柑原樹」として、北長門海岸国定公園の青海島に現存している。果実のさわやかな酸味には、疲労を回復させるクエン・ビタミンCが多く含まれている。



歴史豊かな萩の地で  
夏みかん栽培にかけた20年

ふるや としお  
古谷 俊夫さん(71歳)



古谷さんのみかん畑は、海に面した山の中腹にありました。山のあちこちに残る古い石垣は、その昔、海から攻めてくる敵を防ぐためにつくられた砦の跡だそう。そうした石垣や背の高い木々が海風から守るように畑を取り囲み、その間を細い道がくねくねと続きます。なんだかここが日本であることを忘れてしまいがちなエキゾチックな風景の中で、古谷さんの夏みかんは育っています。



古谷さんの畑では、いろいろなみかんを栽培しています。収穫が早い順に12月のマンダリンに始まり、1月のポンカン、伊予柑、デコポン、清見、2月半ばの甘夏や八朔、紅甘夏と続き、間もなく夏みかん(夏ダイヤ)の収穫が始まります。手に収まりきらない程に育った夏みかんが、5月の収穫



次々と手早く収穫作業をすすめる古谷さん(右)。遺跡のような立派な石垣に囲まれた古谷さんの畑(右)。古谷さんが品種名を書いた柑橘類(左)。迷路のような道を慣れた足取りで歩く古谷さん(左)。

時にはもう一回り大きくなるといいます。

「カラスが鳴かない日があっても、私が行かない日はない(笑)」と古谷さんが断言する程、みかんは手間のかかる果物。病害虫の防除や伸び続ける草との闘い。5月から8月にかけて摘果(実を少なくすること)をし、翌年の生産量が減ることのないように生産調整。ところが樹は一本一本違っていて、なかなか思うようにいかない。剪定したり、肥料で甘やかしたりと世話が大変なのだとか。「樹はものを言えないので気を使う。雑に扱うと収穫の時に必ず後悔する。樹は素直なのですぐ影響を受けるから。」と古谷さんは笑います。みかんへの愛情がユーモラスな言葉の端々から伝わります。その一方で「みかんづくりには、かなりのお金がかかる上に労力の割に値段は安いから、耕作者が生活できず畑を手放していく。これでは後継者も育たないし畑も荒れてしまう。」と顔を曇らせます。

「夏みかんは5月上旬に花が咲く。実がなつてるのに花が咲くんた。だから夏ダイヤともいう。代々続く夏みかんは家にとって縁起のいい樹なんだよ。」そのせいもあってか、萩では代々夏みかんが植えられてきました。そういうえば初夏の頃、萩の武家屋敷界隈を歩くと、庭先からみかんの花の爽やかな香りが漂っていました。萩の代名詞とも言える香り豊かな夏みかん。マーマレードやジュース、ゼリーなどとしても加工され、人気を集めています。栽培農家の苦労と奥深さを知った一日でした。

「きれいだから美味しいのではないことに気づいてほしい。」びかびかの野菜はいかにも美味しそうだけど、虫のついた野菜の方が美味しい。古谷さんの畑にやって来る動物たちの方が美食家かもしれない。熱れた実を皮だけ残してきれいに食べてしまったカラス。狸だって嗅覚が発達してるから、畑の中でどれが熟れているみかんかをちゃんと知って食べに来る。人間だけが味を知らないのかもしれない。



Shun  
たまねぎ  
玉葱  
tamanegi

貯蔵しやすく、おいしくて、いろいろな料理にひっぱりだこ。



【主な産地】萩市・山口市・防府市など

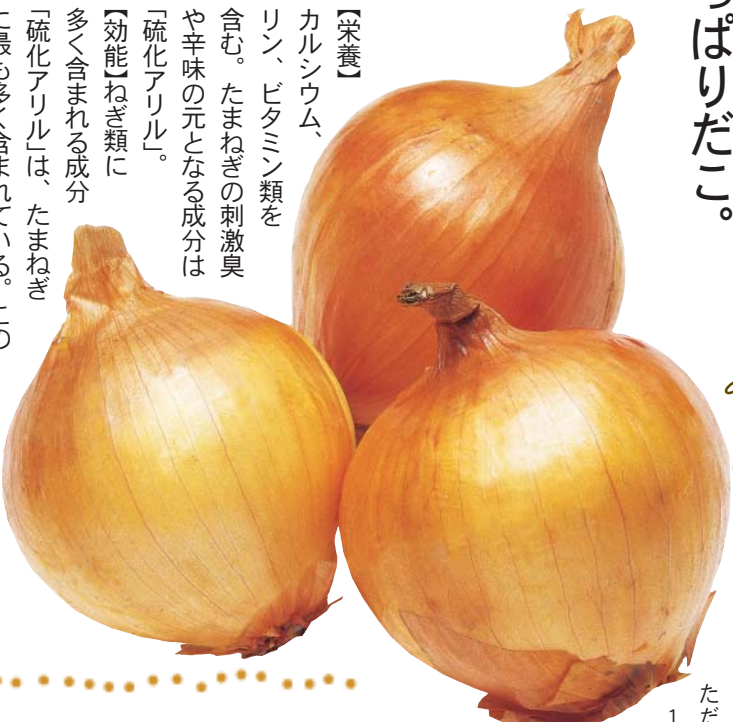
山口県のみかん畑は、海に面した山の中腹にありました。山のあちこちに残る古い石垣は、その昔、海から攻めてくる敵を防ぐためにつくられた砦の跡だそう。そうした石垣や背の高い木々が海風から守るように畑を取り囲み、その間を細い道がくねくねと続きます。なんだかここが日本であることを忘れてしまいがちなエキゾチックな風景の中で、古谷さんの夏みかんは育っています。



振り出されたたまねぎが並ぶ様子。



【栄養】カルシウム、リン、ビタミン類を含む。たまねぎの刺激臭や辛味の元となる成分は「硫化アリル」。「硫化アリル」は、たまねぎに多く含まれる成分「硫化アリル」は、たまねぎに最も多く含まれている。この成分は血栓防止作用があると言われ、注目されている(刻んで約一日程放置した方がより効果が高いといわれている)。また、「セレン」という成分は細胞のガン化を抑えたり、発ガン物質の代謝活性化を阻害するといわれている。上手に摂取するには、できるだけ生で食べるのがポイント。薄くスライスして水にさらし、ドレッシングなどをかけてサラダ感覚で食べるとよい。



「目からつらくなる」なマメ知識

■たまねぎの保存法は？  
一般家庭では、「日が当たらず風通しのよい所」が基本。湿気があると根や芽が出てしまい、味が落ちてしまいます。風通しのよい所で網などに入れて吊して保存すると、2ヶ月くらいはもちます。ただし、春先の新玉ねぎは1週間ほどしかもちないのをご注意。使いかけのものは、ラップに包んで冷蔵庫で保存。

こんなのも...その2  
たまねぎの茶色の皮に含まれるクエルセチンという成分。これは主に血管を丈夫にし、高血圧を予防する働きがあるので、皮を捨てるのはもったいない。でも皮自体は食べにくいので皮からだしをとってスープなどに活用してみたいかですか？

こんなのも...その1  
油汚れのフライパンや鍋に、少量の水とたまねぎの皮を一緒に入れて沸騰させる。そのたまねぎの皮で汚れの部分拭くと、簡単に汚れが取れる。

★身近な草木染め...  
「たまねぎの皮で草木染め」  
(用意するもの) 木綿のハンカチなど・たまねぎの皮・大きめの鍋又はステンレスポウル2個・みょうばん(媒染剤)  
①たまねぎの皮と水を鍋に入れ、10〜15分煮る。たまねぎ3個分の皮に対し水2ℓ程度が目安。(皮の量が多いほど濃く染まる。)  
②たまねぎの皮を捨て、残った液をこしておく。  
③②の水に充分つけておいたハンカチを入れてよく広げ、ムラにならないように動かす。(30分位)  
④別のポウルにお湯を入れてみょうばんを溶かす(媒染液)。染めるものの量にもよるが、みょうばんは1ℓあたり1〜2gが目安。  
⑤③の布を絞り、④に移す。色が充分定着するように割り箸などで布と媒染液をからめながら浸す。  
⑦20〜30分位おいて布を取り出しよく水洗いする。陰干しして乾いたら出来上り。

※媒染液: 染料を布に定着させるための作業。媒染液に使う薬品によって、同じ植物から抽出した染料でも違った色に染められる。みょうばんは薬局・薬店で販売されています。