

楽耕だより

SATOYAMA×FARM×SCHOOL 山里楽耕
公式ニュースレター

GW「里山リトリート」が実現！

リアルな体験機会を通じて、今年の田植えや畑の準備などが進んでいます！

全国から6名の仲間が宿泊！

ゴールデンウィークは、東京、千葉、兵庫、岐阜県大野町など全国から6名のコミュニティメンバーが次々に里山リトリートにきてくれました。

4月30日から5月8日までの9日間、我が家には20～30代の女子たちが一緒に暮らし、にぎやかな日々。日ごろ都会で働いている仲間たちにとっては、はじめての体験を色々楽しんでくれました。おかげで我が家も、色んな農作業もすすみ、とてもありがたかったです。



9日間の間におこなったのは

- ★野草酵素づくり
- ★野草さんぽ
- ★野草料理づくり
- ★マコモ植え替え
- ★野菜のお世話
- ★レタス植え替え
- ★五平餅づくり
- ★地元モーニング
- ★地元のおばあちゃん弁当
- ★ライフエネルギーマップ®講座 などなど
- ★田植え
- ★種まき
- ★草とり
- ★温泉
- ★カラオケw
- ★お昼寝
- ★おしゃべり
- ★ヨガ

★籾まき&マコモの田植え

前半組は、ちょうどお米の籾をまく日に来てくれたので、年に一度の籾まき作業を手伝ってくれました。

水稻の苗づくりの重要な一コマ、手で育苗土を混ぜ合わせるのが大変だったとのこと。コロコロと籾をまくのはなかなか楽しい作業です。

田んぼに入って、マコモの苗を引き抜き、新たな場所に植え直す作業も朝イチから頑張ってくれました！

中盤、後半とニンジン間引き、ジャガイモ芽かき、草取り、種まき、レタス植え替えなど手伝ってくれて、野菜づくりも前進しましたよ！



★野草料理と五平餅づくり

今回の手づくり郷土料理は、五平餅！前半、後半の2回やって、初めての方も上手に握れるようになってきました。野草料理は、生春巻きでしたが、可愛くて簡単で、美味しい！と好評でした。定番化しそうです！

★杉浦家の田植えを体験

5月5日は、5名の仲間が参加してくれて、ゆ〜みんな実家である杉浦家の田植えの手伝い。機械で植え残したところを手で植える捕植作業。

はだしで田んぼに入り、みんな気持ちよさそうに植えてくれました。とにかく人数がいると早い早い！

田んぼの性格の違いも感じながら、お喋りしつつ楽しめました。



★ライフエネルギーマップ®で心身への効果が一目瞭然！

GW後半メンバーは、ライフエネルギーマップ®講座も兼ねていたのので、活動したりご飯食べたり温泉入ったりするたびに、心身の状態をチェックしていました。

すると、驚くほどメンタル上がったり、心と身体がゆるんだりという効果が見える化されました。

「里山リトリート」が心身に与える効果、すごくわかりやすかったですよ！デジタルから解放されて、自然の中で緩みにきてくださいね。



■ 5月後半～

夏野菜の植え付けラッシュ！

この時期に多くの野菜を植え付けます。夏野菜と里芋、サツマイモ、生姜を植えて、トウモロコシ、大豆、エゴマと続きます。収穫を楽しむために植え付け体験が思いっきりできる「畑ひろば」を企画しました！無料企画なので日帰りでの参加も大歓迎です。

■ 6月中

田植え＆収穫＆梅しごと

6/10から田植えをします！10日間ほどで苗を植えて草取りして畔草刈りと続きます。朴葉寿司をつくって共同作業しましょう！後半は、梅雨の間をぬってジャガイモ、玉ねぎ、ニンニクの収穫と、梅仕事が始まります。6/25は1周年記念ぶちマルシェも！



■ 7月～

川遊びとキャンプがスタート！

7月は梅雨が明けたら夏休み！親子で川遊びと野菜収穫、テント泊なんかもできそうです。この時期は、草刈りも多いですが、薪割りや土づくり、木工やDIYなど「やってみる！」ができるタイミング。いろんなチャレンジしたい方は、ご相談くださいね！



どうか「山里楽耕の仲間」づくりにチカラを貸してください！

今月後半は、夏野菜の植え付けラッシュ！ 5/14, 21は『あつまれ★畑ひろば』と題して、夏野菜やイモを植え付けながら畑について学ぶ機会をつくりました。すべての子どもたちに、自分たちが食べるものを自分の手で植えて収穫するという経験をして育ててほしいなあという願いがあります。そこで、ささやかながら岐阜県の補助も受けて、無料で参加できる機会を設けました。ぜひ多くの方に来ていただけたら嬉しいです。

今年度の年間計画をお送りしましたので、この機会に限らず、つながりと新たな経験と未来づくりに足を運んでみてください。発足からまだ1年の「山里楽耕on-line」のコミュニティ。こうした活動をさらに充実させていくためにも、もう少し仲間の輪を広げたいです。今年度のチラシを5枚ほどお送りさせていただきました。自然と触れ合うことや、みずからの手で衣食住を生み出すことに興味ある方、こうした活動を応援して下さる方がいらっしゃれば、コミュニティにお誘いいただけたら嬉しいです。どうぞよろしくお願いいたします。

みんなで一緒に、楽しみながら、人生を耕していきましょう♪

5, 6月 野菜の植え付け & 田植え体験

チラシを同封させていただきました！無料の「畑ひろば」で10種類の野菜の植え付け体験します。ぜひお気軽にご参加ください。

6月のメインは我が家の「田植え」です。素足で田んぼに入り手植えで苗を植える経験は、人生で一度はしておきたいもの。気持ちいいですよ！「田植え＆朴葉寿司づくり」も、ご参加お待ちしております！

宿泊チケット2023 限定30組で販売中！

「SATOYAMA×FARM×SCHOOL山里楽耕」は、許認可を受けた農家民宿です。農業体験をし、みんなで料理を一緒につくって宿泊ができちゃいます。宿泊希望の方は、こちらからご確認、ご購入をお願いします♪



山里楽耕on-line オープンチャット開設

FBグループ「山里楽耕on-line」のイベント告知・重要情報やリマインドを、LINEでお届けします！ぜひ登録をおねがいします。



山里楽耕on-line