

ありがとう便り

ありがとう便りは、農園の作業風景や農作物の話、北海道仁木町の四季折々の景色や出来事などを思いつくままに綴るニュースターです。

有限会社 サンユー農産

公式ホームページ <https://korop-siso.com>

健康村コロボックルの里
(札幌事務所)

札幌市西区発寒4条4丁目9-24 ・ コロボックルの里農園 北海道余市郡仁木町東町8丁目60

TEL ☎ 0120-560-963 FAX 011-668-1187

社長のXかネのはなし

あれ... 自らのXかネだた... かも? えびぞろー

あれ?...でも、Xかネ2つ あったよわ。

お父さん、Xかネ2つもって来た?

お通夜の中から、なんかイ感じに祭壇に飾ってあったけども...

思い出の品も飾った祭壇

あれ? Xかネ? あれ? Xかネもかきみ

車を運転する時だけXかネもかきみ

今年の4月に、社長と専務の実父が急死しました。ちょうど“春の北海道展”直前のことでしたのでみなさまには、多大なご迷惑をおかけ致しましたか、あなたかい。お心遣いをいただき本当に、ありがとうございしました!!

僕のXかネさあ、お父さんといっしょに...

Xかネの志、お父さんには...

荷物の中や、車の中にもない...

今日は、そんな中であった、社長のXかネのお話しでめ!

農園だより

無呼吸のお話し

先日、人間ドックを受けました。受けた理由は、一度しっかりと健康診断をしようと思ったこと、数年前から朝起きると頭痛がするようになっていて、「もしかして無呼吸症候群なのではないか?」という疑惑があったためです。このことから、2日間しっかりと睡眠まで調べてくれるところをお願いしました。

そういえば、人間ドックの当日に病院で血圧を測りましたが、上が155の下が90と出て仰天しました。もともと、血圧はそれほど高い方ではなかったのですが、いつの間にか!ということでもちよっとドキキしている、先生から「無呼吸だ」と血圧は大幅に上がりますよ」と言われました。無呼吸だと血液中の酸素量が減るため、十分な酸素を運ぶために血圧が上がるのだそうです。その状態が数年間続くと、心臓が肥大してくるそうです(心肥大)。心臓が肥大すると、心臓の機能が低下してくるため、次第に心室細動等の疾患が出てくるようになります。「自身で無呼吸の自覚があるのであれば、結構程度も重いかもしれません。とりあえず、検査結果を待ちましょう」ということで、隔々まで検査された人間ドックは終了しました。

1週間後、検査結果の日。データを見た先生から一言、「中重度の無呼吸ですね。1時間に10秒以上の無呼吸状態が平均で30回発生しています。単純に300秒としても、1時間に最低5分無呼吸状態になっています。」とのことでした。血圧が高いのも、この無呼吸状態が原因の可能性があるので、まずは早急に無呼吸の改善が必要と言われました。「...やっほー!」と思いつつ、いまこの段階で知ることができてよかったと思いました。実際、高血圧が原因で左心房が厚くなっています。このままだと、いずれ心室細動が起こり、心筋梗塞などの疾患の可能性が出てくるということです。疾患が出てからだと、完治は難しいが、今であれば完治できるようですので、このまま治療をお願いしました。

「無呼吸症候群」の治療は、CPAP(シーパップ療法)で行います。これは、鼻にマスクを装着し、口は閉じた(自然に閉じない場合には、テープなどで閉じる)状態で、機械からマスクを通じて鼻に常に空気を送り込むことにより、常に気道を開放しておくことで無呼吸を防止する療法です。実際マスクを装着すると、ずっと空気が送られてきます。でも呼吸をすると鼻から息を吐きますよね。この息を吐く行為が重要で、息を吐かなくなると、機械が無呼吸と判断して、ものすごい大量の空気が鼻に送られます。そして、その空気で気道を開けて、呼吸を促すのです。

「きちんと寝られるのか?」と心配でしたが、やってみると割と気にせず寝ることができました。そして1か月後、血圧は上が135の下が87まで下がりました。やはり、血圧上昇の原因は無呼吸だったようです。このまま継続していけば、もっと血圧は正常に戻るだろう、とのことですので、しばらくはCPAPマスクとの共存です。たまには人間ドックの受診は必要だなと感じた数か月でした。

CPAP(シーパップ)装着中

以外に大丈夫

シパップのこんな感じ

あれ、なに?

新しい農地を圃場にしよう！ <第一弾>



昨年春に、サンユー農産の圃場の一部が高速道路の用地に該当し、収用されてしまいました。そのため、私たちは新たに有機栽培を始める農地を探し求め、昨年秋に理想的な環境の土地を見つけ、購入しました！

新しい土地は、国道5号線沿いのメイン通りに面していて、交通の便がすごく良いのです。ただ、30年以上耕作されず放置されていた原野ですので、あまりにも草木がすごすぎて、圃場への入り口が良く分かりません（笑）自然の生態系が豊かに作られているので、有効微生物が豊富な素晴らしい土地なのですが、原野を圃場にするにはなかなかの労力が必要です。今回は、新しい農地を圃場にするまでの奮闘記（第一弾）のお話です。

昨年秋 草木生い茂る原野



① まずは整地！

さて、買ったのは良いですがこの農地、もう30年くらい遊休地でした。

なので、荒れ放題。。。雑草や樹木が所狭しと生えており、これをどうやって農地にしていくのか、途方に暮れる状態でした。



これは業者に頼まねば！ということで、業者に整地をお願いしました。



整地は、パワーシャベルを2台使用して、2週間程度行われました。ひたすら雑草を刈り、樹木を倒し、土を掘り起こして平らに戻すのです。倒した樹木は、薪ストーブ用の木が欲しい人に差し上げ、草や枝木は圃場に均等にならして、このまま越冬させて、土に還すことにしました。

③ カラスとカモメがやって来た！

耕していると、→カラスがやってきました。エサを取りに来たようです。カラスは賢くて、トラクターで圃場に行くと、どこの圃場に行っても必ずカラスがついてきます。トラクターが行く先には、エサがあるって知っているんでしょうね



←しばらくすると、カモメが5匹飛んできました。やはり虫やミミズなどのエサ目当てのようです。

このとき、カラス→は端っこに追いやられています。



←掘り起こすと、大きなミミズがゴロゴロ出てきます。30年の間に、相当土地は肥えているのがわかります。これ、肥料いるのかなあ。

6時間でようやく一部分の掘り起こしが完了しました。まだ4分の1程度ですが、7月のサクランボのシーズンまでには一度全て掘り起こしたいなあと思っています。



つづきは冬号で！

② 翌年 (2022年) 春

←おー！広い！いい感じで土に還っています、が、ちょっとポコポコしているので、さっそく適当なところからトラクターで耕します。



か、硬い。。。→一番深く耕そうと思ったら、エンジンが止まりました。なので、とりあえず浅くゆっくりと耕します。



←ようやく1列。ここまで15分（笑）ここは30年前は果樹園だったようですが、やはりこれだけの間耕していないと、表面は硬くなりますよね。