

2025年6月号

コロポックルの里から  
NO.73

# ありがとう便り

有限会社 サンユー農産

公式ホームページ <https://korop-siso.com>

健康村コロポックルの里

(札幌事務所)

札幌市西区発寒4条4丁目9-24

・コロポックルの里農園

北海道余市郡仁木町東町8丁目60

TEL ☎ 0120-560-963 FAX 011-668-1187



平素より、サンユー農産をご愛顧いただき、心より御礼申し上げます。

今日は、皆様に感謝を込めて、大切なご報告をさせていただきます。

弊社の創業者であり、初代代表取締役を務めました寺井 隆太郎が、令和7年1月20日、享年91歳にて永眠いたしました。北海道の大地と人に魅了され、三十年近く勤めた大手銀行を五十四歳で退職。

「皆様の健康のために役立つ農業を」という強い志のもと、農業未経験ながら仁木町の地でサンユー農産を設立いたしましたのが、1992年5月のことでした。農業や化学肥料に頼らず、自然の力を信じる有機農業に挑み続け、ついには紫蘇の栽培と加工に活路を見出し「健康に良く、安全で美味しい食品」を全国の皆様にお届けできる体制を築き上げました。寺井が遺した理念と情熱は、今もなお私たちの仕事の隅々に息づいております。「食の安全」と「農の本質」を問い直すそのまなざしは、これからもサンユー農産の原点であり続けます。今回は、寺井隆太郎が2000年に執筆したリレーエッセイ【休耕田が紫蘇畑に蘇えるまで〜幾多の試練を経て〜】を2回に分けてご紹介し、試行錯誤をしながら始めた、創業時の苦労話を、皆さんと振り返りたいと思います。

## 水田の放棄、休耕田へ

当時購入した圃場は全部で、四町歩(約4万平方メートル)でその内、約四割が水田で果樹が五割。残りの一割が畑でした。しかし、どの圃場も土壌は荒れており、農機もろくな物はないという有様でした。そこで、果樹は、サクランボに力を注ぎ、畑はラベンダーなどのハーブ栽培を始めました。水田はちよつと手に負えないので、地元農家に賃貸して続けて貰うことにしました。ところが、平成七年末になって、水田の契約が突然打ち切られ、返された水田は機械により田の底が抜け、再生不能な状態でした。

水田として使えないというので途方に暮れてしまい、安くてよいからと買い手を探したのですが、だれも相手にしてくれませんでした。こうして、平成八年から一町六反(約一万六千平方メートル)の田は、休耕田となってしまうのです。

縁あって始めたことですから、耕作放棄だけはしたくない、何とか畑として転用できないかと、まず畔をいくつかり取り除いて大きな畑地にして、その真ん中に10m×20mの溜池を二つ掘りました。そして土壌改良のためにエン麦を少しだけ播いてみました。翌年には溜池をもう二つ増やし、エン麦の他に湿地に強い紫蘇やその他のハーブ類を、部分的に作付けしてみました。しかしこの程度の溜池では水はけの効果はなく、トラクターはぬかかって動かなくなることが何度もありました。また、

苦労して作ったのに、青虫に食われてレースのようになってしまった紫蘇葉を見た時は、何とも情けなくなりました。

## 紫蘇ジュースの試作、試販

それでも紫蘇ならこの畑でも何とか作れそうだという見通しはつききました。湿地に強い紫蘇は古来より「いのち蘇る薬草」といわれつており、漢方生薬にも使われている大変健康に良い植物です。北海道の田舎では、夏バテ予防やアレルギー対策に、昔から赤シソをジュースにして飲んでおりました。

そこで当時まだ一般的には知られていなかった紫蘇ジュースを製品化して販売しようと思いついたのです。使用する副原料も健康に良いクエン酸やオリゴ糖などにし、防腐剤などは一切加えませんでした。

味は料理が得意な妻が、スッキリした飲みやすいジュースに仕上げ、ブランドには北海道の縄文人を連想させるコロポックルを使いました。平成十年に折よく国の事業で、共同排水路が近くを通ることになり、近所の農家の方達がシバ暗渠を作るよう勧めてくれました。

これが効いて最大の課題であった水はけ問題が解決されました。作付けも紫蘇中心にし、面積を増やしましたが、その分除草作業が大変になりました。除草専用機を導入しましたが、紫蘇畑では使いこなせず、結局手取りに頼ったので草のスピードに追いつけず、虫が湧き、よい紫蘇葉がとれないという悪循環が続ききました。

次号へ続く・・・

寺井隆太郎著 二〇〇〇年十一月号掲載

リレーエッセイ

休耕田が紫蘇畑に蘇えるまで

〜幾多の試練を経て〜から抜粋

農園だより



ダイエットで20キロ痩せたお話し

昨年10月の催事(阪急梅田、新宿高島屋)及び今年4月の催事(阪急梅田)にお越しいただいた常連さんから、「お痩せになられたけど、病気でまた太ってしまったからこっそり聞かれました。どうも、ガンなどを疑ったみたいなのですが(笑)、実は2年前よりダイエットをしており、特に昨年1月に自宅の近くにジムができたことであって、継続して食事制限とジムによる運動を行っています。そのため2年前と比較すると、20キロ程痩せました。」

きっかけは、人間ドックで無呼吸症候群と診断されたこと、血圧が通常で160/100位で、このままだと心筋梗塞になり大変なことになると言われたことです。実際、血圧が高くて具合が悪くなるケースがあって、それはラーメンなどの塩分が多いものを食べると顕著に出ます。

そこで、ジムで有酸素運動から始めようと思いました。私はランニングは嫌いなのですが、ウォーキングは好きなので、ジムで15分×2セット、週に3日×4日ウォーキングを行っています。これだけで、半年で10キロ程痩せました。しかし、ちょうど10キロ程痩せた位で停滞期に入ります。

停滞期が続くと、モチベーションが下がっていくのか、なんとか継続はしつつも、通っていても楽しくない!という状況が数か月続きました。そこで、今話題のチャットGPTに相談しました(笑)。チャットGPTの答えは、「筋トレと食事を見直しましょう。確かに、筋肉はカロリーを消費するので、筋肉をつけることはダイエットにはかなり重要な要素なんです。それは知識としては知っていましたが、面倒くさくて避けていたんです。ほかにチャットGPTにいわれたのは、①水分を摂ること。一日2リットル、2.5リットル飲みましょう。②タンパク質を摂りましょう。一日100g、120g目標。③の二つ。彼曰く、脂肪を分解するには水分が必要なので、水分が足りないとそもそも脂肪を分解しないらしいです。そして、タンパク質を摂らないと、筋肉がどんどん落ちていくそうです。なるほど・・・」

というわけで、毎日水を2リットル以上飲んでタンパク質を120g以上とる生活を始めました。水は我慢して飲めばいいのですが、タンパク質120gって結構大変で、やっぱりプロテインのお世話にならないと厳しいんです。みなさんがプロテインを飲む理由が分かった気がします。私は、朝プロテインを無調整豆乳と一緒に飲みつつ、毎日ゆで卵を2個食べてます。そして水。この生活を始めてから、さらに10キロ程痩せました。しかも、筋肉を減らすに痩せているので、効果は出ていると思われそうです。

これにより、服のサイズが3XL(そんなに!)からXLまで下がりました。今の目標は、あと10キロ痩せることです。あ、夕飯時にヤーコン茶は毎日飲んでます。これも効いているかもしれません。というわけで、次回以降の催事でさらに私が痩せていたとしても、それは病気でありませんのでご安心ください。



# 今回は、安心・安全のお墨付き「有機認証」についてのお話です

## ① 有機認定圃場っていったい何なの？

私たちの農園は、ご存じの通り有機認定圃場で野菜を栽培しています。  
「有機認定圃場」と聞くと、皆さんはどのようなイメージを思い浮かべますか？

- ・農薬や化学肥料を使っていないから、安心安全で身体に優しい。
- ・子供や高齢者にも安心して食べさせられる。
- ・手間ひまかけて作られていて、美味しい。
- ・自然に配慮して作られているため、環境に優しい。

・・・こんな感じでしょうか。

でも、これってどうやって皆さん消費者に証明しましょうか。  
巷では、「無農薬栽培」とか「化学肥料は使用していない」などと記載された野菜が販売されていますが、これって、証明する方法ないですよね？

実際には農薬を使用していたり、化学肥料を使用していたとしても、消費者はわからないわけです。（ずっと農園を監視してれば別ですが）

そこで、「有機認証制度」というものが出てきます。  
「有機認証制度」とは、日本農林規格等に関する法律に基づく有機農産物の日本農林規格に適合し、さらに技術的基準に適合していると判定された農家等に認証される国の制度です。

要するに、「この野菜や果物は、農薬や化学肥料をほとんど使わず、自然に近い方法でちゃんと育てましたよ」って、国が認めてくれる制度です。（ざっくり）

## ② 有機認証を取るのはいちちょっと大変

この認証があると、そこで栽培された野菜等については販売の際に JAS マークを付けることができます。国から「安心、安全ですよー」とお墨付きをもらえるわけですから、みんな認証取ればいいじゃん、と思いますよね。  
でも、この認証を取るの結構大変なんです。



↑ 図3 JASマーク こんなのです

## ③ 一番大変なのは「記録」です！

多くの農家が挫折する理由・・・それは、全ての作業を「記録」することです！

「記録の何が大変なの？」と思うかもしれませんが、では、何を記録するのかを下記に記載します。

- ① どの圃場に何をいつ植え付けしたか。
- ② どの圃場に、いつどのような肥料を入れたか。
- ③ どの圃場で、いつどの作物をどれだけ収穫したか。  
さらに収穫時の作業者は誰か。
- ④ 収穫した農作物を、その後どうしたか。  
（袋詰めしたのか、箱詰めしたのか？）
- ⑤ 出荷した場合、いつ、どれくらいの量をどこに出荷したのか。
- ⑥ トラクターや農作物を運ぶ車はいつ誰が運転してどれくらい使用したのか。
- ⑦ トラクターや農作物を運ぶ車は、いつどこで洗車したのか。  
有機認定圃場以外の場所から移動する場合、ちゃんと洗車したうえで有機圃場に入っているか。等など・・・

要するに、いま消費者が手にしている作物は、「どの」圃場で、「いつ」「誰が」収穫し、「いつ」「誰が」袋詰めをして、「いつ」「どこに」出荷したものなのか、が一目でわかるようにしなければならぬのです。



← 図1 このような認証書が発行されます



← 図2 有機認定圃場にもこのような看板が立ちます



↑ 図4 有機認定圃場で収穫した農作物にJASマークを貼ります

## ④ 農家は畑仕事のフロ。でも、事務作業は・・・

農家って、朝から晩まで働くじゃないですか。いつどれくらい水をあげる必要がある？とか、この野菜、どれくらいコストがかかっているか、などを頭の中で考えることはできる人が多いのですが、こういう細々としたデスクワークは本当に苦手な人が多いのです。

実際に、記録作業のハードルが高すぎて、有機認証の取得をあきらめる農家も少なくありません。

## ⑤ それでも、私たちは認証にこだわります

ですが、私たちの農園では、大変であっても有機認証の取得と維持は欠かせないと考えています。その理由はとてもシンプルです。  
——「お客様の信頼を得るため」に、これ以上ない強い証明になるからです。  
どんなに丁寧に育てたとしても、見た目や言葉だけでは伝わらないことがあります。  
だからこそ、第三者によるチェックとルールに基づいた「有機認証制度」が、私たちの誠実さを客観的に伝えてくれるのです。

私は、農業を始める前はサラリーマンをしていたので、事務仕事はわりと得意なのですが、それでも、記録を忘れそうになることがあります。特に、農機具の洗浄記録は忘れがちなので、「使ったら必ず洗浄する」ということをルール化することで、使用記録と一緒に洗浄記録もできるように簡素化をしています。

そして年に一回、必ず認証機関が視察に来ます。この時に、圃場の状況とともに記録のチェックが行われます。最初はドキドキしていましたが、十年もやると隙のない資料作成ができるようになるので、円満に終了します（笑）

このような努力をしながら有機栽培を継続しています。アリガトポイントを集めると、未販売の「野菜セット」をお送りしておりますので、ぜひ当農園の有機栽培野菜を食べてみてください！