



## 2025年12月の援農報告



12月も長ネギ、ほうれん草、白菜、大根、ニンジンなどの冬野菜の収穫、出荷作業に多くの会員の皆さんにご協力いただきました。寒い中、ありがとうございました。

12月の援農時間は昨年よりも14時間多かったですのですが、2,000時間にはあと少しでした。2025年一年間の年間援農時間は昨年よりも2,222時間も増え、累計援農時間は26,000時間を超えました。これからが寒さの本番ですが暖かくして風邪やケガのないようにお気をつけください。  
(援農担当/若林)

	協力農家数(軒)	参加者数(人)	参加延べ人数(人)	援農時間(h)	累計援農時間(h)
2025年12月	23	64	562	1,979	26,032
2024年12月	22	66	556	1,965	23,810
増/減	1	-2	6	14	+2,222



## 援農体験記

佐々木里子



私は昭島市に住んでいますが、多摩川の対岸にあたる八王子市の高月町を訪れて、広い田園があることを知り驚きました。黄金色の風景や実った稲穂を間近に見て、感慨深さがありました。祖父母が山形の米農家だったので、興味や憧れがあり、のどかな風景は心地よくもあります。

滝山周辺の農園で出荷作業や収穫、袋詰めなどを行い、作業しやすい環境で、各農園の方々が丁寧に教えてくださり感謝しています。稲刈りや籾摺りは補助作業をして、お米ができていく過程を見ることができました。畑で播種や定植の手伝いをした際は、道具の使い方も学びました。

自然豊かな環境ですが、動物から作物を守る対策や、さまざまな機械の管理もあって、農家の仕事は多く、幅広いことに気づかされます。「すずしろ22」の活動を通じて、少しでも貢献できるよう努めていきたいと思っています。



## 理事会報告

以下の通り、会議を開催しました。

◆ 1月度理事会 1/20(火) 台町市民センターにて。10名出席。

- ・2026年度役員、スタッフの確認
- ・今年度のイベントについて
- ・予算の確認
- ・農園利用基準について
- ・総会について

## イベント等のお知らせ

- ◆ 消費生活フェスティバル 2月7日(土) 11:00～16:00 クリエイトホール5階に出展します。  
フェスティバルの詳細はこちら → <https://fes802.shouhiseikatu802.com/>
- ◆ 2026年度通常総会 2月22日(日) 9:30～11:30  
12:30～14:30 講演会「なんで農家になりたいの?」講師：吉岡信一氏  
📍 富士森体育館第2・3会議室  
※総会資料を2月上旬に送付しますので、出欠（議決）ハガキは必ず直ぐに返送願います。
- ◆ 地域デビューパーティー 3月15日(日) 12:00～16:00 学園都市センターイベントホール
- ◆ 竹の子掘り  
日にち：4/11, 4/12, 4/18, 4/19, 4/25, 4/26, 4/29, 5/3  
場 所：常盤牧場（寺田町 大恩寺向い）  
時 間：8時～10時/10時～12時 どちらかの時間帯、駐車台数制限あり  
参加費：すすしろ22会員 無料 雨天中止  
非会員 100円（保険代）未就学児は無料  
買い取り価格は、400円/kg  
持ち物：つるはしやスコップ（有れば）竹の子を入れる袋、飲み物、汚れても良い服装  
問合せ・申込先：飛田恵美子 [emiko\\_tobita@ybb.ne.jp](mailto:emiko_tobita@ybb.ne.jp) 070-4449-2641  
※竹の子の出具合で日にちが変更になる場合があります。  
※つるはしはグループで1本お貸しできます。



## 季節のほっとコラム



～煎り豆に込められた願いと、体にうれしい栄養～

節分は、立春を前に一年の無病息災を願う、日本の伝統行事です。地域の家庭や施設でも、豆まきを楽しむ様子が見られます。豆まきに使われるのは、生豆ではなく「炒り豆（入り豆）」です。生豆が芽を出すと「災いが再び 起こる」と考えられていたため、「炒り豆（入り豆）」をまいて再び芽がでるのを封じる意味と、「豆＝魔を滅する」という語呂合わせから、厄除けの象徴として大豆が使われるようになりましたが、地域や神社によっては、鬼を正統の神様として、豆まきしないところもあるようです。

それはさておき、この炒り豆は、栄養面で優れた食品です。良質なたんぱく質をはじめ、食物繊維、カルシウム、鉄分などが含まれており、健康づくりにも役立ちます。年の数だけ豆を食べる風習には、体をいたわりながら一年を元気に過ごしてほしいという先人の知恵も感じられます。冬場動物性たんぱく質がとりにくかった時代に行事という名目で、おせち料理の黒豆は「まめに」働けるようにと願いを込め、節分には豆まきをして、豆を摂取したのでしょう。地域でこうした季節の行事を大切にすることは、暮らしのリズムを整え、世代を超えた交流を育むきっかけにもなります。節分を通して、伝統と健康、そして地域のつながり をあらためて感じてみてはいかがでしょうか。

（山本美奈子）

