

「カレーライスを本当に手作りするプロジェクト」 による自然の恵み実感の場づくり

公益社団法人 大阪自然環境保全協会
水元 勇

まずは、自己紹介。

水元 勇

フィールドネーム みつけ

大阪市在住、会社員（営業）

実家：福岡県北九州市のサラリーマン

幼少期からあまり自然と触れ合った経験なし。

38歳、畑作業を始める。

が、難易度の高い土地のため、収穫経験少ない。

公益社団法人 大阪自然環境保全協会

- **（愛称）ネイチャーおおさか【1976年4月設立】**
大阪を中心に近畿などで活動を進めている自然保護団体
- **会員・・・約750人**
- **身近な自然を愛し、守り育てたいと願う市民が運営**
- **里山保全や調査・研究、各種ボランティア養成講座や自然観察会
各種イベントの開催、講師、スタッフの派遣など**

カレーライスを本当に手作り するプロジェクトとは

チキンカレーの作り方



鶏肉は食べやすい大きさに切る。野菜は全てみじん切りにする。



なべにサラダ油とベイリーフを入れて、香りが出るまで炒める。にんにくのみじん切りを加えキツネ色になるまで炒める。しょうが、たまねぎの順に加え炒める。



スパイスを加え炒める。辛いのが苦手な場合はカイエンペッパーは控えめに。スパイスを加えると焦げやすくなるのでよくかき混ぜながら炒める。



トマトのみじん切りを加え全体が混ざり合ったタイミングで鶏肉を加える。鶏肉の表面に火が通ったら水を加え10分ほど煮込んでいく。鶏肉に火が通ったらガラムマサラ、青唐辛子を加え火を止める。盛り付けてからほうれん草をトッピングする。(パクチーでもOK)

カレーライスを作る材料を
一から、みんなで作って、
みんなで食べよう！

鶏ムネ肉 500g
たまねぎ 1個
トマト 2個
にんにく 20g
しょうが 20g
青唐辛子 4本
ほうれん草 少々
水 500cc
サラダ油 50cc

ベイリーフ 2枚
パプリカ おおさじ1
ターメリック こさじ2
カイエンペッパー こさじ半分
ガラムマサラ こさじ1
塩 適量



**ふだん口にする食べ物が食卓にのぼるまでに
どのように作られているのか、
カレーライス material を作るプロセスを体験することで、
自分と食べ物（生き物）の関わりを考えていこう！といったもの。**

- 活動場所
- 富田林市「奥ノ谷」
- (近鉄長野線「滝谷不動」駅徒歩15分)



カレープロジェクトがはじまったきっかけ

2018年12月に行われた大阪自然環境保全協会のビジョンづくりフォーラムにて、自己紹介の時に何気なく「畑をやって、いつかカレーライス/materialを全部自分たちで作れたらいいっすねー」という本当に軽いノリで話す。



ビジョンづくりフォーラムのプログラムの中にて、なぜかプロジェクトの賛同者としてスタッフが3人集まり、保全協会の活動として認められる。



初回のミーティングにて、「普段目にする食べ物がどのように作られているのか、そのために必要な環境とはどのようなものなのか『体験』して、自分と自然との関りを考えるきっかけを作りたい」というプロジェクトの骨子が固まる。

カレープロジェクトの位置づけ



一般参加者だけではなく、スタッフも含めた、関わっている人全員に向けたプロジェクト

- 自然観察会として

(主に) 里山の環境において、そこに住んでいる生き物はどのようなものがあるのか、人間の活動がどのような影響を与えるのか、経験する場を作りたい。

- 農業体験会として

普段何気なく食べているものが、どのようなプロセスを経て食材となっているのか、出来るだけ最初から最後まで体験できる場を作りたい。

- 保全協会への継続的なつながりとして

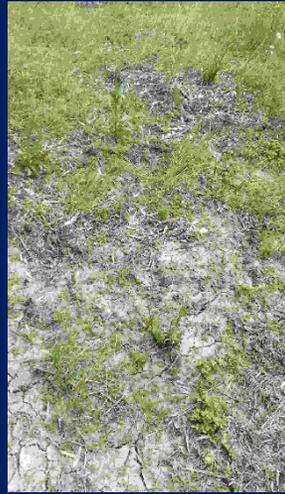
従来の観察会だけでは接点のなかった参加者・スタッフの入り口としての役割を作りたい。

2019年体験会（全18回）

- 4/13(土)第1回 お米の直播きとスパイスを植えてみよう。
- ~~5/1(水祝)第2回 バジル・トマトを植えてみよう。(→雨天中止)~~
- 5/18(土)第3回 玉ねぎ・にんにくの収穫をしてみよう。
- 6/2(日)第4回 大豆の種まきをしてみよう。
- 6/22(土)第5回 ジャガイモの収穫をしてみよう。
- 7/6(土)第6回 バジルとクミンの収穫をしてみよう。
- 6/22(土)第5回 ジャガイモの収穫をしてみよう。
- 7/6(土)第6回 バジルとクミンの収穫をしてみよう。
- 8/3(土)第7回 トマトとニンジンの収穫をしてみよう。
- ~~8/31(土)第8回 竹で水鉄砲を作ってみよう(そして遊ぼう)(→雨天中止)~~
- 9/7(土)第9回 秋のジャガイモとニンジンも植えてみよう。
- 9/28(土)第10回 玉ねぎとニンニクを植えてみよう。
- 10/6(日)特別編:カレー皿も本当に手作りしよう。第1回「捨る」
- 10/14(祝月)第11回 稲刈りをしてみよう。
- 10/20(土)第12回体験会 大豆の収穫をしてみよう。
- 10/26(土)特別編:塩も本当に手作りしてみよう。
- 11/4(祝月)第13回体験会 脱穀をしてみよう。
- 11/23(土)特別編:カレー皿も本当に手作りしよう。第2回「焼く」
- 11/24(日)第14回体験会 (来年に向けて)田畑の手入れをしてみよう。
- 12/7(土)カレー祭りだよ。全員集合！

2019年体験会参加者

- 一般参加者:380名(延べ人数)
 - ・・・体験会に申し込みをしてもらい、参加した人。
- スタッフ参加者:115名(延べ人数)
 - ・・・1~2回/月行うスタッフミーティングなど打ち合わせた内容を情報共有し、継続的にカレープロジェクトに関わった人。



お米



- モミから直播き
- 水はため池にて（草刈りなど管理活動必要）
- そのまま放置すると雑草に負ける。
- 稲が育つまでより、収穫して食べられる状態にするほうが大変。



スパイス



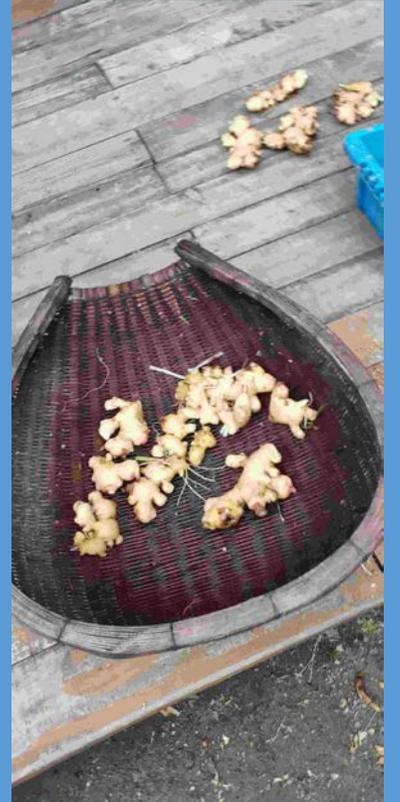


野菜





にんにく・生姜



肉



- 地元の方が農被害対策で檻を設置
- 檻の中には1週間も置いておけないため緊急招集がかかる





器



- 縄文土器は野焼きで、窯はなかった。
- たき火でも温度は900℃近くまで上がる。
- 事前に十分乾燥させ、火にくべる前にもう一度水分を飛ばす。



塩



- 海水は塩分約3% (2Lから約60g)
- 大雨が降った翌日は塩分濃度が極端に下がる。
- ひたすら煮詰めること4時間



カレー祭り



- おもてたんと違う①

たまねぎ、にんにくって、
作付け時期終わってるやん!?



- おもてたんと違う②

刈っても刈っても、元通り、の草。
でも刈りすぎたら、土は固くなる。。



- おもてたんと違う③

テントウムシ、キター
イノシシ、キター-----



- そうなんや①

スーパーで、お野菜が、年中一定量並んで
いることって、本当にすごい。

- そうなんや②

農地を維持することって大変なんやな～
雨の量とか気候とか、こんな心配したことは
ないな～…

- そうなんや③

人間以外の、イノシシも虫もいてるって、
当たり前やん。
土の上って、いっぱい生き物いてるんやな～

● そもそも・・・

野菜を育てるだけなら、
わざわざ遠くまで行かなくても、
家の庭のプランターでできるよね？
水やりも、作業も、近くでできるしさ。



この活動って・・・
“里山”という、農地を取り巻く自然の中で、
多様な生き物に実際に触れ、
食べ物がどのような環境で育まれているか
体験すること。

食べ物は、人の力だけでは出来
ないんだねー



カレープロジェクトをしててよかったと思ったこと

● 自然観察会として

(主に) 里山の環境において、そこに住んでいる生き物はどのようなものがあるのか、人間の活動がどのような影響を与えるのか、経験する場を作りたい。



- 大阪府のレッドリストでは、準絶滅危惧種。
- 田んぼに巣を作ってくれました
- 夏の間中あったので、子育てして越冬し、来年も出てきてほしいです。

● 農業体験会として

普段何気なく食べているものが、どのようなプロセスを経て食材となっているのか、出来るだけ最初から最後まで体験できる場を作りたい。



- 子どもに農作業や自然体験をしてほしい親子連れ参加者が多い。
- 頼られると、子どもはけっこう働く。
- 大人のほうが意外と楽しそう。→継続して参加

- 保全協会への継続的なつながりとして

従来の観察会だけでは接点のなかった参加者・スタッフの入り口としての役割を作りたい。

スタッフ全体写真撮ってないことに気付きました・・・

単に畑で農作業をして、お昼に食事をしながら話をして過ごすのも楽しいですけど、期限のある目標をもって作業するほうが、人は集まりやすいし、モチベーションも保てることがわかりました。

● まとめ

- ・畑や田んぼをはじめとした自然環境は、1週間もあれば状況が変わっていきます。
- ・その経験を活かすためには、極端な話1年後まで待つ必要がありますが、1年後が必ず今年と同じであるとは限りません。毎年新しく知ることが出てきます。
- ・それゆえに、観察し、考え（時にはGoogle先生に教えてもらい）、育て、無事に収穫を迎えた際の喜びはひとしおのがあります。
- ・今年も数多くの「知らなかったなー」を発見しながらプロジェクトを進めていきたいと思っています。

「カレープロジェクト、ここがすごい！」by NACS-J大会事務局

- ・企画が尖っている！

 - ←目を惹き、いろんな方が参加

- ・「カレーを食べる」という明確なゴール！

 - ←毎年繰り返しの農作業とは一味異なる

- ・企画参加のハードルが(見かけ上)低い&超楽しそう

 - ←スタッフ側にこそ新規参入が期待できる

- ・「上手に作る」でなく「いちから作る」が目的

 - ←自然の恵み・偉大さ・厳しさを実感

- ・結果的に、自然が戻ってきた！

 - ←これまでにない層の方々と共に保全を実現できる可能性

ご清聴、ありがとうございました！

