

健康な土壌に育った健康な野菜

野菜とビタミン美味しさの関係

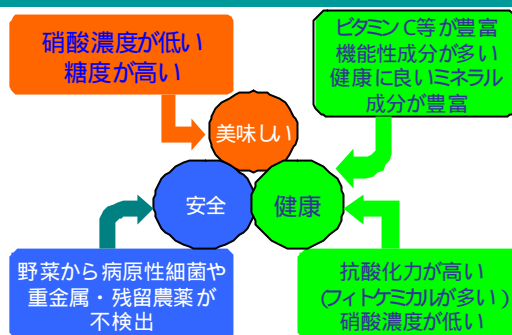
健康な野菜は、健康に良い野菜で美味しくて、そして硝酸濃度が低い。実は、デザイナーフーズの“生命食セミナー”で、美味しい野菜と不味い野菜を食べ比べた後、それぞれの抗酸化値を測る実験をした。美味しいと感じた野菜は、抗酸化成分が多く、また糖度も高く、硝酸濃度が低い結果が出た。硝酸濃度の高い野菜は美味しさに欠け、食感が悪く味気なく、時に苦味を感じる。硝酸はヒトの体内に入ると口中で唾液とともに亜硝酸に変化し、高い濃度の亜硝酸は体内で、ジアルキルアミンと反応して発がん性が疑われているニトロソアミン化合物の生成に関与すると考えられている。水道水の基準には、健康に考慮して亜硝酸態窒素及び硝酸態窒素を10mg/リッターと定めている。野菜の美味しさや健康度を簡単に判断する決め手は、硝酸濃度や糖度ではなかろうか。

ヒトは、健康に良いミネラル成分を食べ物から取り入れている。健康な野菜は、健康な土壌からミネラルを吸収し、そして人間に供給してくれている。特に生野菜は、体に必要な消化酵素など多くの種類の酵素やビタミンCを含み、体内に摂取できる。(おいしい野菜の健康力：丸善出版参考)

健康な野菜作りには、土壌診断と施肥指導

最近、肥料価格の高騰が生産コストを押し上げる一因となっているが、その一方では、安い畜糞堆肥や有機物の与え過ぎで余った養分が土壌中に蓄積されている「メタボな」田畑も多いと聞く。このムダな養分を有効に利用することがコスト削減のカギとなる。そのためには、肥料の必要量を判断するための土壌分析と診断が欠かせない。しかし、土壌診断には手間のかかる土壌採取と分析、高額な分析機器、分析費用や熟練した技術者の診断が必要な為、容易には取り組めない現実もある。美味しい、健康な野菜作りのためには、農業現場に熟練した施肥指導者が必要だ。全肥商連主催の全国施肥技術講習会が全国で開催され、多くの優秀な施肥技術指導員が誕生した。彼らの今後の活躍を期待したい。

安全で健康に良い美味しい野菜



長引く梅雨～産地大移動？

時ならぬ大雪や雷・竜巻、穏やかとは言い難かった遅い春もあっという間に終わり、いよいよ今年も梅雨の季節がやってくる。ジメジメした日々が続くのは仕方がないとしても、昨今梅雨前線による豪雨で毎年のように各地で被害が出ていることを考えると、なんとか無事に夏を迎えたいものだ。

さて、気象庁の発表によれば沖縄が4/28ごろに平年より約11日早く梅雨入りし、昨年よりさらに

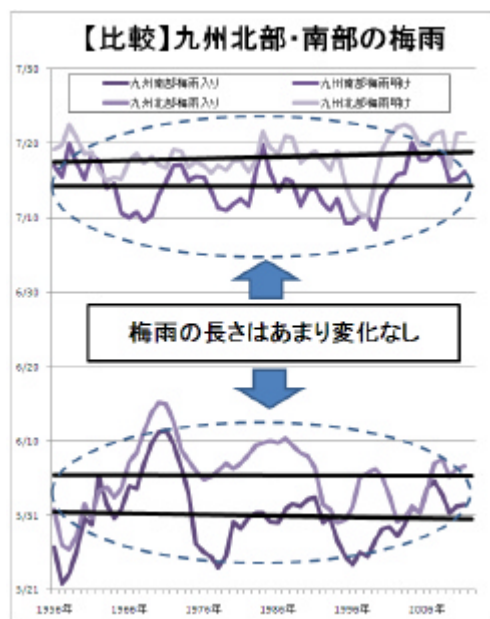
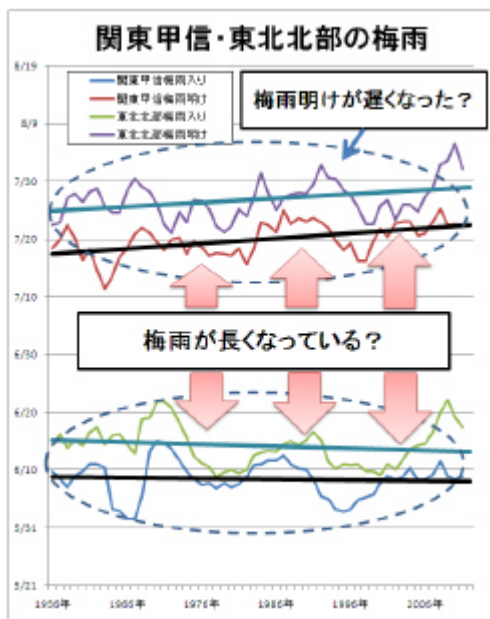
(次ページへ続く)

2日程早くなっている。これから他地域がいつ梅雨入りするか気になるところだが、データを分析してみると、最近東日本を中心に梅雨が長引いている。

右下のグラフは過去60年程にわたる入梅・梅雨明けの時期を直近五カ年の平均を取ってグラフ化したものだが、近似直線を取ると関東甲信や東北地方北部では、過去60年で梅雨明け時期が遅くなることによって梅雨が長くなっている傾向があることが分かる。北陸などでも同様の傾向がみられた。一方、九州など西側では梅雨の長さは余り変化がない地域が多い。

2008年に気象研究所や気象庁などの研究者によって、将来の梅雨に関するシミュレーションが報告されており、このまま地球が温暖化すると21世紀末には梅雨明けが、場合によっては8月までずれ込む可能性があるとして予想されている。

必ずしもこの過去のデータが予想を裏付けるものではないが、今後本当に梅雨明けが遅くなれば農作業に与える影響は少ない。それによって農産物の産地大移動が起きる。意外なところが意外な産地に？



駅伝同好会MAC'S (マックス)

恒例の駅伝大会が開催され、去る4月22日、今年も東京都北区の荒川河川敷を会場とした大会に参加した。学生時代に陸上部に所属し、長距離を専門にしていたメンバーを2人(若林氏、名倉)交えた、とは言えアラフォー主体の2チーム。23kmを4区間で競う種目に2チームエントリーした。天気予報は雨だったが、肌寒い曇天で、まさに駅伝日和の中、271チームが一斉にスタート。

この大会は年々仮装ランナーが多くなり、動物の被り物からテレビ・アニメのキャラクターなどさまざまな衣装で賑やかだ。沿道からの声援も仮装ランナーには、ひときわ盛大で背中を押されながら走っているようだ。そんな仮装ランナーに抜きつ抜かれつの結果は、表彰タイムから遅れること40分、1時間52分2秒と、2時間6分22秒だった。

何とか無事完走できたのは、5名の助っ人の皆様のおかげで感謝したい。打上げは定番の韓国焼肉で乾杯し、次回は仮装して走ろうかと大いに盛り上がった。(MAC'S主将/東京支店/高橋)



皆さんは金環日食をご覧になりましたか？東京はうす曇の中でも、その瞬間には雲が外れ、きれいなリングを見ることができました。逆に、雲がフィルター役目をして、一瞬肉眼でも見ることができました。広範囲で金環日食が見られたのは平安時代以来との事。古の人たちは、どんな気持ちで空を見上げていたのでしょうか。

編集局長：小田原次洋 アシスタント：助川