

今年も青森県のにんじんの季節がはじまります！



5月中旬頃の人参畑の様子

今回の、2回目の登場。
青森県八戸市南郷の南風農園
さんに、仕入れ担当コータロー
が行ってきました！
こだわりの栽培から、人参に
対する熱い想いもご紹介いた
します。

迫力のあるねぶたは、
これこそ青森！と感じさせてくれました。

今回訪れた八戸市でも、「ねぶ
た」が飾られていました。
ねぶたを見て「お、青森に来
たな！」という気持ちになり
ました。青森県はその他にも
イカやにんにくも有名です。
特に青森県の田子町で栽培さ
れている「田子にんにく」は
有名ですね。ホワイト6片で
大玉で一片が大きく、身も引
き締まっているのが特徴です。
今回はそんな青森県にある南
風農園さんに行ってきました。

どっけき
00に突撃！
青森県人参の生産者
南風農園さん

<青森県 八戸市>



南風農園
水野さん

ご縁のきっかけ

南風農園さんには、実は先
代の社長が過去に1回訪問し
た経緯があります。その頃は、
まだ取引はしていませんでした。
それから、3〜4年前に南風
農園さんからお電話をいただ
き、またご縁をいただいたこ
とがきっかけです。

南風農園の水野さんと色々お
話をしていくなかで、**農法に
ついての考え方が素晴らしい
と感じました。**

そのあと、実際に青森までお
伺いさせていただきました。
そこからのお付き合いです。
今では皆様にたくさんの人参
をお届けさせていただき、南
風農園さんの人参の出荷量も
年々増えています。
本当に感謝です。

こだわりの
栽培方法

南風農園さんは有機JAS
認証を取得されている生産者
さんです。

取得された理由を伺うと、
「お客様も、農業をしている生
産者もJASの認証があった
方が安心できるから」と水野
さんはおっしゃっていました。
もちろん農業・化学肥料・除
草剤一切使用しておりませ
ん。

木材チップや米ぬかなどを畑
に投入し、微生物が棲みやす
い環境づくりを目指す**炭素循
環農法（たんそじゅんかん農
法）**という農法を取り入れて
います。

ピカイチ
Heart to Heart
—ハート トゥ ハート—
本音で語ろう

今回のお客様は
愛知県にお住まいの**G 様**です
ご協力ありがとうございました！



人参とレモンを定期便で
お届けしているお客様です。

粒だよりバックナンバー

過去の粒だよりを
2019年1月号から
ご覧頂けます
QRコード、または

粒だより 一粒万倍 検索

お客様インタビュー

ハートトゥハート、
ちょっとトークの
2つをご覧頂けます
QRコード、または

ピカイチ野菜くん お客様インタビュー 検索

人参ジュースで病気になる
ための身体づくり
人参ジュースを始めたきっかけを教え
てください。

実は、人参ジュースを始めたのは30
代の頃です。
きっかけとしては、私自身が病気を患っ
ていたわけではありませんが、実母が
癌で早く亡くなっていたり、親戚が
癌で亡くなっていた事が多かったので。
私が始めたきっかけは「病気になるな
いための身体づくり」です。
母は、私が25歳の時に癌で亡くなり
ました。亡くなった事がずっと頭に残っ
ていながら生活をしていた30歳の頃、
ゲルソン療法に出会いました。
たまたま、ゲルソン療法の講演会とい
うものがありそこに参加しました。
その時は何も思わずに行きましたが、
そこで「人参ジュースで生き返った」
という話を聞いて衝撃を受けました。
そこから、ゲルソン療法の本を読み漁
りました。
講演会で話されていたのが「缶ジュ
ーなど、出来合いのところで売っ
ているジュースはだめです」という
ことでした。
理想は毎日搾って飲む、ということ
でそこから人参ジュースを搾る事にな
りました。これがきっかけです。
30代のころに人参ジュースに出会
い、当時からずっとお飲みいただいで
いるのですね。
なかなか、これまでの長い期間継続す
るのは大変なときもあったかと思いま
すが振り返ってみていかがですか。
そうですね、もう人参ジュース生活は
かれこれ34年間になります。長いで
すね。
ただ、そのうち2年間はほとんど飲んでい
ない時期もありました。
それは、海外に住んでいた時です。海
外に住んでいた時は、ジュースがな
いので搾る事ができませんでした。今
では、海外に行く事は旅行くらいにな
ります。

人参ジュースで病気になる
ための身体づくり
人参ジュースを始めたきっかけを教え
てください。

「飲まないよりは他のものを」ですね。
ジュースを持って行くのが一番です
が、人参を持っていくのも大変でした。
続けるために大切なことは
無理をしないこと
もう34年間も継続していると毎日の
日課になりますね。
やっぱり、実際に癌になって人参ジュ
ースを飲んで、ゲルソン療法をしてい
た人の話が大きかったですね。
「やっぱりこれが身体にいい」と思え
たことが一番大きかったです。
母を早く亡くして、正直そのときは
自分も早く亡くなるのかな...と思う
気持ちがありました。もちろん今から癌
になるかもしれないですけどね。
なんというか、できることは頑張っ
ていきたいと思っています。
今はもう、身体に良いという思いだけ
でやり続けられています。
でも、1番は無理しないということ
ですね。
例えば今、朝早く起きて「伊勢神宮」
に行く日があります。その日は、「飲ま
ない日」と決めて飲みません。もちろ
ん伊勢神宮から帰って来ても飲みませ
ん。その日は飲まない！と決めていた
方が良いでしょう。毎日飲まない！と
うしても飲まない！と思うと、続か
なくなってしまうですね。
昔、勤めに出ていた時は本当に時間が
なくて、夜に食材を切る事で時短に
していました。仕事をしている時って
朝が本当に大変だから1分でも惜しい
ですね。
ただ、朝からジュースでジュースを
搾っていた時に家族から「朝からや
まし！！」と言われたこともありまし
たよ(笑)
でもめげずに続けてきました。
そのときは高速ジュースで搾り続け
ていました。
低速ジュースに踏み切るまで、どう
しても怖かったです。
何が怖かったかというと、やっぱり使

い勝手と後始末ができるのかな。とい
う思いです。
やっぱり、大変になると続かないです
からね。洗いやすくて、後始末もカン
タンにできないと辞めてしまつてもし
れないし、踏み切るまでに時間がかり
ました。もちろん、低速ジュースが
良いというのにはわかっていただけ
なかなかな。
でも、高速ジュースが壊れてしまっ
て。それで低速ジュースをネットで
たくさん調べました。
低速ジュースをご購入いただくとき
にピカイチ野菜くんを調べていただ
いだですね。
アドバンス1000、なかなか良いで
すよ。
退職しましたので、今は朝の時間にも
余裕ができています。
高速のジュースのように、サッと搾
る事はできませんが、今はこれで良い
と思っています。満足しています。



「人参に特化している」
「人参一筋」

搾っている食材は人参・りんご・レモ
ンですか？
そうですね。やっぱりその3つが基本
です。絶対にレモンは入れたいです。
りんごも少し入れます。
1日の始まり、朝に飲んでいます。
大体コップ1杯弱を主人と飲んでいま
す。主人は無口ですが、きつと美味し
いと思うてくれているはず。
毎日の習慣として変わらず飲んでいま
す。
毎朝の1杯にピカイチ野菜くんの人参
をご使用いただき本当にありがとうございます。
ピカイチ野菜くんは、インターネット
でお調べいただきましたか？
そうですね。インターネットで探して
ピカイチ野菜くんを見つめました。
探した時に「一番良いと思った点は、人
参ジュースに特化している会社だなと
思いました。からから他の商品を販売
せずに、「人参一筋」というところが良
かったです。
始めた頃は、いろいろな場所で人参を
購入していました。今はインターネッ
トがありますが、当時無農業の人参っ
てほとんど手に入れる事ができませ
んでした。

炭素率の高い植物を土に入れ
て微生物を増やして土を健康
にしています。
土の健康こそが作物の健康に
つながるそうです。
他にも、緑肥作物も取り入れ
ています。



実は、今年の播種には少し
苦勞を費やしています...

今年の作付けがうまくい
かなかったようで、正直な所、
7月の出荷は厳しそうでした。
要因は様々ですが、本来種を
蒔かなければいけない時期に
どうしても蒔くことができな
かったそうです。
プラスして急な気温上昇もあ
り大変苦労されたようです。

外気温がすごく高い日に、黒
マルチの中が蒸し風呂の様な
状態になり、マルチの中の温
度はなんと45度くらいあっ
たとのこと。発芽していた人
参がその高温でやられてし
まったそうです。



芽が出たばかりの人参がだめ
になってしまったのでまた播
き直し...。
大変苦労されていましたが、
播き直しをしたので、今年の
南風農園さんの人参は8月か
ら11月頃の出荷ができそう
です。
今期の人参も楽しみです。

インターネットもないし、住んでいる
所も街中ではなかったの...。時々頂
いた時もなかったが、ほとんどは普通
の栽培の人参を購入していました。
気になるから、皮は剥いて
使用していました。
それでも、人参ジュースを
飲まないよりましかな、と思っ
て。たまたま農家は気になっていました。
ピカイチ野菜くんに出会う前は、無農
薬人参を中心に販売している宅配が
あって。そこを利用したりしていま
した。
今は、他に利用している店舗さんはあ
りませんよ。

きっかけから、とても素敵なご縁を
いただけたので改めて御礼申し上げます。
今はその他、健康のために気を付けてい
ることはありますか？
朝食は気を付けるようにしています。
人参ジュースの他に、青汁入りのスム
ージーを作っています。スムージーは牛
乳・青汁・エゴマ・バナナ・水菜をミ
キサーで作っています。エゴマは必ず
入れます。
あと、全粒粉系のドイツの黒パンです。
ライ麦・麦芽・食塩だけでできている
パンです。
それが手に入る時は購入して朝食で食
べるようにしています。
パンの上に、タンパク質の
チーズなどをのせて食べる
と絶品ですよ。
でもここにかく基本は
人参ジュースですね。
たくさんさんの貴重なお話、ありが
とうございます。
最後になりましたがピカイチ野菜くん
のご意見やご要望があれば是非お聞
かせください。



正直なところを申し上げます、やっぱり
たまに品質が...と言ったときもありま
す。パンフレットもちゃんと入れてい
ただいていますけど。
そんなとき、写真を撮ろつかな...と思
いますが、それでもやっぱり自然の物

だから仕方ないかな、と思っています。
以前に無農業の野菜を宅配してもらっ
ていた時にもっとひどい物があつたの
で、今では逆にきれいな物はあれ？お
かしいのかな？なんて思ったりもして
います。
もちろん、ひどいのはいつもじゃない
ですがね(笑)。たまに季節柄、あり
ますよね。
ただ、これからも切ったときに問題の
ない人参が届くというの...と思ってい
ます。農家さんもお変だと思ってい
ます。
ピカイチ野菜くんへの対応にもとても満
足してあげたいと思っています。
もちろんこれからもずっと続けていき
たいと思っています。
生きている限りは続けていきます。
体調は、目に見えるものではないけど
良い方と思っています。
昔からおかげさまで健康体です。
歳をとってからは何が良かったか振り
返ってみてもわからないけど、やは
り人参ジュースを継続している事が良
かったのかな、と思っています。
大事なポイントには、断続的に続けて飲
む事ですね。
そしてピカイチ野菜くんから人参が届
く限りは続けていきたいと思っています
のでこれからもよろしくお願いします。
.....

取材担当の感想
今回は、定期便をご利用いただいで
いるG様にお話しをお伺いしました。
G様がしきりにおっしゃっていた、
「病気になるないために飲む人参ジュ
ー」を30年以上もつづけていらつし
やること。
この長い期間続けていらつしやること
がG様の現在の健康の源ですね。
当店が人参をお届けする限り続けてい
きます、と最後におっしゃっていた
お言葉にお応えが出来るよう、これか
らもう安心して美味しく人参を
お届けいたします。
きっかけから本日に至るまで
の貴重なお話、誠にありがとうございました。
.....



※記事の内容につきましては、個人の感想であり、効果効能を示すものではありません。どうぞご了承ください。

夏人参に
最適な土地

この地域はまさに夏人参
の栽培に適している！
今回も肌で感じました。

まさに青森県は夏人参に適
していると肌で感じました。貴
重な地域ですね。
貯蔵した人参ではなく、7月
に掘ることが出来る人参はと
ても貴重です。
その分、生産者さんが除草作
業など本当に大変手間をかけ
ていることも実感しました。

水野さんの
「熱い思い」

食へた人に笑顔になってほ
しい。
野菜を育て、食へてくださる
方に「おいしい」と感じて喜
んでもらいたい。
そんな思いが水野さんの人参
に詰まっています。
まさにこだわりの栽培方法で
栽培されている南風農園さん
の人参。
そのため、人参自体のえぐみ
が少いです。ここがポイン
トですね。



すごく手間がかかる栽培方法をしていることに、改めて今回の訪問を通じて感じました。

7〜8月は人参が本当に難しい時期です。南風農園さんは、難しい時期に、美味しい人参を栽培し
ようとしてくれています。本当に一生懸命やっていただいでいる生産者さんです。この時期に栽培して
いただいていることに感謝して、ピカイチ野菜くんでも、お客様に自信をもってお届けさせていた
だきます。今年も南風農園さんの想いが詰まった人参を、ぜひご賞味ください。

訪問を終えて