

人と食のエネルギーを伝える情報誌“エナジー”

ENERGY

あなたの暮らしにエールを

伝統を継承しつつ、新しい農家をめざして／大木洋史

さまざまな料理に使える万能野菜／かぶ

※号の読者プレゼント

御朱印帳にもなる
和綴ノート（1冊）

10 名さま





自宅の庭の裏に平地林があります。熊手と「はちほん」と呼ばれる大きなカゴを使って、落ち葉を集めます

江戸時代から360年以上にわたって続く「落ち葉堆肥農法」を受け継ぎ、土づくりをしています。火山灰に覆われ、作物が育ちにくかった武蔵野台地。荒地で農業をするために、昔の人は木を植えて平地林を作りました。そして、その林から出る落ち葉を堆肥にして畑に入れることで、土壌改良をしてきたのです。令和5年に世界農業遺産に認定されたこの伝統農法は、大木さんにとっては身近なものでした。

「子どもの頃は、レクリエーション感覚で落ち葉集めをしていました。私

は、最初は月に1回、途中からは2か月に1回行い、約1年かけて堆肥ができあがります。2〜3年、熟成させた方がサラサラとした堆肥になります。堆肥置き場が限られているため、12月末に畑に入れています。「落ち葉堆肥は土づくりの土台です。安心・安全な野菜を作る基本となるものなのです。今は肥料や資材が簡単に手に入りますが、できるだけ手を加え、さまざまな菌が生きる、土づくりをこの先も続けていきたいと思っています」。

この農法が世界農業遺産に認定されたことは、大木さんの励みになりました。農家の方はみな、土や野菜づくりにこだわっていますが、それを説明するときに、独りよがりのように捉えられることもあります。しかし、農法が認められたことで、伝わりやすくなり、購入のきっかけのひとつになってくれると感じています。

伝統を守りつつも
農業に新しい風を吹かせたい

川越で伝統的な農業を続けていく反面、この地を活かした新しい試みにも挑戦しています。そのひとつが、観光にやってくるインバウンドの方

ENERGY people
頑張る人の
声を聴きたい

“伝統を継承しつつ、
新しい農家をめざして”

生産者

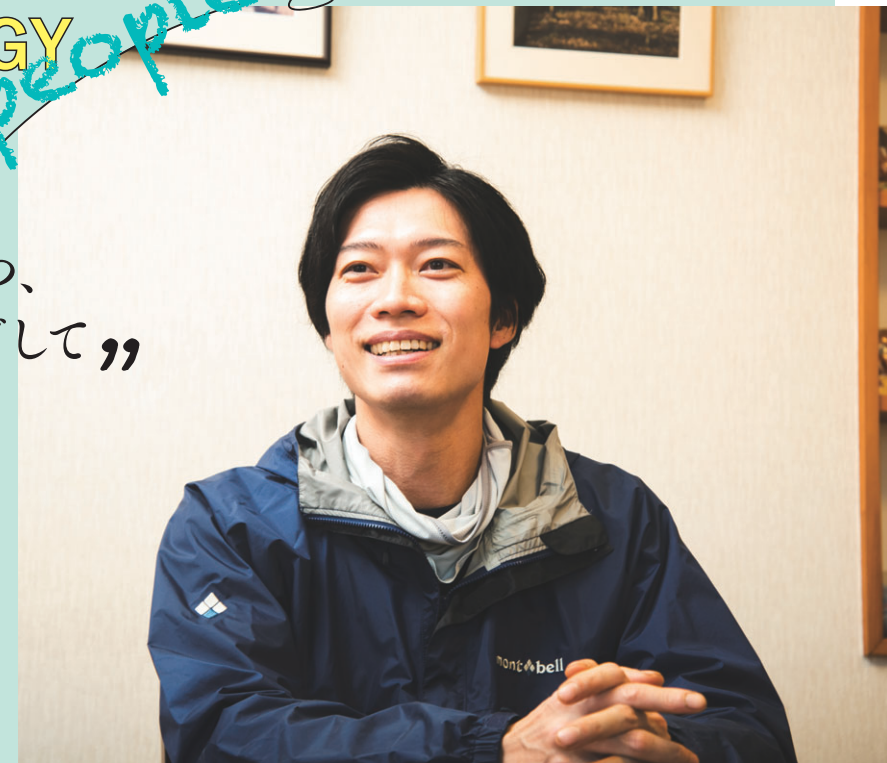
大木洋史さん

大木農園

川越市下松原205

049-242-1724

詳細はHPをご確認ください。



江戸時代から続く農家
8代目として奮闘する日々

川越市の福原地区で江戸時代から続く農家の8代目として、安心・安全な野菜を栽培する大木洋史さん。大木さんは日々、ご家族や従業員の方と力を合わせて、季節の路地野菜を育てています。現在42歳の大木さんが家業を継ごうと思ったのは大学在学中のこと。幼い頃は繁忙期に野菜を洗う手伝いなどをすることはありましたが、それまではテレビドラマなどで見る、都心のキラキラとした世界で働きたいと考えていました。「父から農業をやってほしいと言われていたことはなかったのですが、大学では経済を勉強しました」。しかし、自宅から通学をする中で、農作業をするお父さまの背中を見ているうちに、「農業をするのもいいのではないか」



これから収穫を迎えるねぎの畑。青々としたねぎができています。冬の時期はさといもとねぎの収穫と出荷で忙しいといえます

へ向けた見学会です。まだ、はじめてばかりで手探りですが、伝統農法を世界に向けて発信できたらと考えています。

また、地域の人たちとの関わりにも力を入れています。中学生が職業体験にやってきました。小学生と一緒に落ち葉集めをしたりしています。また、林でカブトムシの幼虫を探す

イベントを企画するなど、伝統農法を身近な人に知ってもらう試みを続けています。「農業を盛り上げていきたいですね。これからは農業を憧れの職業にしたいです」。大木さんはお子さんが将来、職業を選択するときに農業が選択肢のひとつになるよう、伝統を守りながら、新しい農家の形を模索しています。

という気持ち次第に大きくなり、卒業後は家業を継ぐことを決めたのです。

お父さまに話をしたときには、「ああ、そうなんだ」と表情を変えることはなかったのですが、後から人に話を聞くと、やはりとても喜んでいました。それから20年あまり、8代目という重圧は意識せず、生まれたときからずっとそばにある、農業を丁寧に続けています。

世界農業遺産になった
「武蔵野の落ち葉堆肥農法」

大木さんが現在育てている主力野菜は、さといも、ねぎ、ほうれんそう、小松菜、じゃがいも。これらの野菜を育てる畑、そこにある土が重要です。大木さんは川越市、所沢市、ふじみの市、三芳町の武蔵野台地で



1. 大木さんの管理する平地林。ナラの木が多く、古木になったナラが枯れると植え替えなどの整備をします
2. 平地林の前に広がる畑。このように林と畑は切っても切れない関係です
3. 落ち葉は堆肥場で鶏糞などを混ぜて1年かけて堆肥に。そろそろ畑に戻す状態に
4. 収穫が終わると、奥さまと一緒にねぎの出荷作業に。休む時間はありません



さっぱりとした味が人気のピクルス



収穫目前の畑の様子をみている吉田さん

川 越市でかぶを栽培している吉田駿介さん。吉田さんが丹精込めて育てるかぶは、令和元年に川越地域の「JA祭り」で川越市長賞を受賞しました。甘みがあり柔らかく、みずみずしいかぶのファンは多く、都内のレストランなどにも卸しており、その味で多くの人を魅了しています。

吉田さんが年間を通して栽培するかぶは3品種。春と秋は「雪牡丹」、夏は「なつばな」、冬は「CR雪峰」です。かぶの旬は冬で、12〜2月頃に収穫する「CR雪峰」は、10〜11月に種をまくと70日ほどで成長しま

す。この時期のかぶは、厳しい寒さに耐えて成長することから皮がやや厚めで、甘みが凝縮しているところが特徴。また、加熱しても崩れにくいいため、煮物やスープ（シチュー）、おでんの具などの煮込み料理によく向いています。さらに筋もなく、丸ごとオーブンで焼いて味わうと、かぶ本来の味を存分に楽しむこともできると思います。

春と秋に収穫する雪牡丹は、暖かい環境で早く育つ品種。そのため、CR雪峰に比べると皮が薄く、サラダなどで生のままおいしく食べられます。夏は年々、猛暑のために栽培が難しくなっていますが、吉田さんは暑さに強く病気になるにくい、なつばなを選ぶことで安定した収穫をめざしています。土が乾くとうまく芽がでないため、遮光ネットをかけて水を撒いて発芽させます。なつばなは、色が白くきれいなことから漬物の会社からも注文を受けており、吉田さんも規格外のかぶでピクルスを作り、販売にも力を入れています。昨年の夏はゆず味のピクルスが好評で、作ったものは全て売り切れになったといいます。アブラナ科の野菜で、日本では古くから食べられてきたかぶは、1月7日の「人日の節句」に食す七草粥の春の七草（すずな）にも含まれます。水分が多く、ビタミンCや消化酵素のアミラーゼも豊富ことから、抵抗力を高め、胃もたれなどの解消に一役買ってくれます。葉にはビタミンEやβ-カロテン、カルシウムなどが含まれています。旬のかぶをさまざまな調理法で味わってみてはいかがでしょう。直売やバザールで吉田さんにおいしい食べ方を聞いて見ることもおすすめです。

ENERGY Foods

元気を生み出す
地元の食材

教えてくれた人



吉田駿介さん

食の駅所沢店、パサール三芳、ふれあいファームセンター（狭山）などで販売しています。直売もやっています！

YoShiDa ファーム
川越市下赤坂1880-2
090-4599-4846



turnip

かぶ

さまざまな料理に使える万能野菜、かぶ。
寒い季節は甘味も増し、旬の味を堪能できます。
今号は白く美しいかぶの魅力に迫ります。

and Recipe

作り方

- ① ウインナーの表面に切り込みを入れる。
- ② かぶは葉を2cmほど残して皮をむいて半分に切る。じゃがいもは皮をむき半分に切り、にんじんは縦方向に半分に切ったものをさらに横方向に半分に切る。ブロッコリーは小房に分ける。
- ③ 厚手の鍋に水を入れ、①とローリエを入れて火をつける。沸騰したらあくをとり、チキンスープの素と②のブロッコリー以外を入れて中火で10分ほど煮る。
- ④ 野菜が柔らかくなったらブロッコリーを入れ、火が通ったら塩とこしょうで味を整える。

材料（3〜4人分）

ウインナー（ハーブ入り）…8本
かぶ…4個
じゃがいも…2個
にんじん…1本
ブロッコリー…1/2個
水…3リットル
ローリエ…1枚
チキンスープの素…1個
塩…適量
こしょう…適量



おかわりしたくなるやさしい味 かぶのポトフ家庭風



作り方

- ① かぶは葉を2cmほど残して皮をむき4等分にする。しいたけは軸をとって薄切りにする。
- ② 鍋にだし汁、しいたけ、鶏ひき肉を入れてよくほぐす。中火で煮て、煮立ったら弱火にしてあくをとって5分ほど煮る。
- ③ ②に調味料とかぶを加え、中弱火で10分ほど煮る。かぶが柔らかくなったら、水溶き片栗粉でとろみをつける。

豆知識

かぶの選び方

表面にハリとつやがあるものを、葉がついている場合は青々とした葉のものを選びます。

材料（3〜4人分）

かぶ…5個
しいたけ…4個
だし汁…1+1/2カップ
鶏ひき肉…200g
片栗粉…大さじ1
（大さじ1の水で溶く）

★調味料

みりん…大さじ2
うすくちしょうゆ…大さじ2
酒…大さじ1
塩…少々



味の染みたかぶに食欲もアップ かぶと鶏ひき肉の簡単煮



（レシピ監修／石川真理）



教室参加者募集!

教室の詳細・各種お申し込みは右記QRのWeb予約サイト又はお電話で承ります!

LINEからWeb予約できます!



※当選者の発表は当選案内の発送をもってかえさせていただきます(先着の教室を除く)。
 ※進捗状況により終了時間が前後する場合がございます。
 ※グループ参加は2名まで可能です(特記のない場合)。
 ※対象年齢18歳以上(特記のない場合)、お子さま連れや参加されない方の入場はご遠慮ください。

春休み親子企画♪

親子ちょこっとクッキング 先着

会場①②共通

参加費：700円/ひと家族

対象：4歳～小学6年生とその保護者さま

※保護者1名につき、お子さま3名まで参加可能

講師：武州ガススタッフ

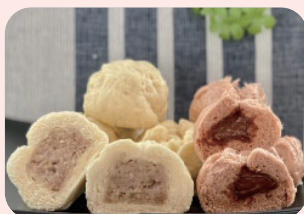
会場① b kitchen

3月27日(木)、28日(金)
 4月1日(火)、2日(水)、3日(木)
 各8組 10:00～11:30
 メニュー: スコーン



会場② ガスプラザ

3月25日(火)、26日(水)、
 27日(木)
 4月1日(火)、2日(水)、
 3日(木)、4日(金)
 各2組 10:30～12:00
 メニュー: 肉まん・ちょこまん



パン教室～チーズ&胡桃クッペ～



大人気のハード系パン、CHEDDARチーズとくるみのクッペを4つ作りお持ち帰り。

4月30日(水)、5月2日(金) 各16名

時間 10:00～14:00 参加費 3,000円

講師 ゆみたちさと先生

申込締切 3月26日(水) 13時

当選案内 4月4日(金)まで



お申し込み・お問い合わせ

プロモーションチーム(平日9:00～17:00)

☎ 049-241-2261

武州でんき

武州ガスで電気を新規に申し込むと

電気代基本料金1ヶ月無料!

※低圧電力メニューが対象です。※一部適用対象外となる場合がございます。

しかも今なら期間限定で!

2025 冬キャンペーン

2025年2月3日月～4月25日金までのお申し込みで

2000円分のクオカードをプレゼント!

お申し込み・お問い合わせ 小売電気チーム

0120-255-900(平日9:00～17:00)

家族みんながうれしいね!

QUO クオカード



所沢駅 西所沢駅

西武池袋線・狭山線 エキチカ大型分譲地 全区画敷地

「西所沢」駅 徒歩 10分～ 36坪超

武州ガスの太陽光発電システム「bソーラー」を全邸で標準設備

住協 新所沢支店 ☎ **0120-28-7311** 所沢市向陽町2087-92

●今回販売/5区画●所在地/所沢市上新井5丁目●交通/西武池袋線「西所沢」駅徒歩10分～12分●土地権利/所有権●土地面積/約122㎡～約131㎡●都市計画/市街化区域/用途地域/第1種住居 第1種低層●地目/畑、雑種地●建ぺい率/60%・50%●容積率/200%・80%●開発許可番号/第29R060050号●接道/開発道路約6m●土地価格/2,950万円●設備/公営水道、公共下水、都市ガス●取引有効期限/2025年3月末日(売主)【建築条件付】この土地は、土地売買契約締結後三ヶ月以内に売主指定の業者と建築請負契約を締結することを条件に販売します。この期間内に建築請負契約が成立しなかった場合、土地売買契約は白紙となり受領した金銭は全額無利息で返金いたします。



川越市新河岸川 (川越氷川神社裏)

参考文献

『桜の話題事典』(東京堂出版)

『古木の桜はなにを見てきたか』(河出書房新書)

『目で遊び、心で愛でる 日本の色』(学習研究社)

『ニッポンの浮世絵 浮世絵に描かれた「日本のイメージ」』(小学館)

『桜でいやされるための図鑑』(誠文堂新光社)

まだまだある

周辺のおすすめ桜スポット

狭山市 智光山公園



所沢航空記念公園



KININARU
 気になる埼玉の桜
 SPOT

春爛漫、桜のこと

満開も散り際も美しい
 春の華やかな景色

川越市・所沢市・狭山市

春の象徴ともいえる桜。その栽培は奈良時代から始まりました。日本で最初の勅撰和歌集『古今和歌集』では、紀有朋が「桜色に衣は深く染めて着む花の散りなむ後の形見に」(衣は桜色に染めて着よう。桜が散ってしまった後の形見としよう)と詠んでいます。このように桜は、我が国で長く愛されてきました。江戸時代の歌川広重や葛飾北斎、歌川豊国らの浮世絵にも桜はときに大胆に、ときに儚げに描かれています。当時の江戸っ子たちは上野や御殿山、飛鳥山などの名所へと揃って足を運び、春の娯楽として美しく咲く桜を愛でました。全世界にある野生の桜は50種。このほかに人の手による交配で作られた園芸品種が約300種あるといわれています。私たちに馴染み深いソメイヨシノも人工交配から生ま

れたもので、明治以降に全国各地に植えられ、生活に彩りを添える存在となりました。大ぶりの花が密集して咲くことから、満開を迎えるとても華やかで、見る人の心を奪います。現在、国・県指定天然記念物となっている桜の木が全国各地にあります。埼玉県では唯一、北本市の石戸蒲ザクラが大正11年にその指定を受けています。この木は樹齢約800年といわれている古木の桜です。埼玉県指定の天然記念物では、秩父市の清雲寺、金仙寺のシダレザクラが知られています。ほかに川越市周辺に多くの人が集う桜の名所があります。川越市では新河岸川周辺や喜多院、中院などが散策と合わせて楽しめます。ぜひ、満開になる頃に訪れてみませんか。

武州ガス子どもエコクラブ参加者募集

小学生5,6年生を対象に、武州ガスで環境学習などを行うエコクラブのメンバーを募集します。春休み、夏休み、休日を利用し、年3回程度のイベントを行います。

日時：第1回 2025年4月4日(金) 9:30~13:00 (於 武州ガス本社bキッチン)

内容：天然ガスと環境についての学習/エコ・クッキング(そばろ弁当)

※第2回目以降は、エネルギーや環境に関する施設見学、火おこし体験などを予定しています。

日程は未定です。

対象：新小学5年生、6年生

募集人数：合計10名 ※応募者多数の際は抽選となります。

応募締切：2025年3月6日(木)

申し込み：下記QRより、氏名、フリガナ、住所、電話番号、学校名、学年等を入力してください。



第1回エコ・クッキングのイメージです。

お問い合わせ

企画チーム (平日8:30~17:15)

049-241-9590



2025年度武州ガス
子どもエコクラブ
参加申し込みフォーム



「武州うなぎ」期間限定でセール中！

決算SALE 武州うなぎ



武州ガスが養殖をしている「武州うなぎ」は、楽天市場、Yahoo!ショッピングでお買い求めいただけます。2月15日(土)~3月31日(月)までの期間限定で決算セールを実施中です。

お手軽サイズ蒲焼と刻みうなぎがクーポンご利用で
30% OFF になります。

Yahoo!ショッピング
クーポン



楽天市場
クーポン



つけて安心！都市ガス警報器

ガス漏れ、不完全燃焼、火災を検知する
1台3役のタイプがおすすめです。



リチウム電池式タイプ壁掛型



100V電気式タイプ壁掛型

ランプとともに、音声でお知らせします

ガス漏れ

ガスが漏れていませんか？

不完全燃焼COガス

空気が汚れて危険です。
窓を開けて換気してください。

火災

火災警報器が作動しました。
確認してください。

お問い合わせ 保安推進チーム

049-241-9057 (平日9:00~17:00)

今号の
読者
プレゼント

御朱印帳にもなる
和綴ノート(1冊)

10名

※表紙の柄は選ばません



応募締切 2025年 3月25日(火) 当日消印有効

応募方法 ハガキ、またはホームページから、必要事項をご記入の上ご応募ください。

アンケート ①今号のどの記事に興味を持ちましたか？その感想をお聞かせください。

②地元で頑張る人やおすすめスポットを教えてください。



武州ガス プレゼント

検索

携帯電話の方は、左記QRを読み込むと応募ページにアクセスできます。

〒350-1188
企画
武州
チーム
ガス
株式
会
社
行

●ご住所
●お名前
●年齢 ●性別
●電話番号
●アンケートの
回答

●応募によって知り得た個人情報は、プレゼントの発送のほか、弊社のマーケティング、サービスのお知らせ等に利用させていただく場合があります。なお、当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。

●状況により、本誌が応募締め切り後のお届けになる場合があります。あらかじめご了承ください。