

こんな事をしました！ こんな事がありました

赤目の里山を育てる会  
2005年度

## 里山保全総合講座報告⑤

12月18日(第7回)天然酵母パンを手作りして皆で美味しく食べました＝レディース講座

今回のレディース講座は「手作りパン」と里山にある蔓を使った「ツル編み籠づくり」の2本立て。先生は手作りパンがリーダー講座受講生の坂上さん、ツル籠作りがレディース講座受講生の平原さん。パン作りの先生役・坂上さんは、日頃、自宅で食べるすべてを自分で作っている、との事だった。

坂上さんは、この日のために自宅でりんご、人参、長芋、ごはんと塩、砂糖、小麦粉、酵母などを混ぜ合わせ1次発酵させたパン生地を大きなボールに入れて持参。講座生はこのパン生地を自分の好きな大きさに切り分け、アンパンマンや熊さんなどに形を整え二次発酵させるため2時間ほどお湯を張った容器に入れた。二次発酵をさせる間の時間を使ってパンの生地作りとツル編みカゴ作り。

パン生地作りはりんご、人参、塩、砂糖などと小麦粉、天然酵母を混ぜ合わせ何度もコネた固まりを参加者全員に分け、本格的な練り込みを開始。生地の素を引っ張って丸めネバリが出るまで何度もストレス発散とばかりに「ソレッ」「ヤーッ」などかけ声入りで思いっきり台に叩き付けていた。「ワーッ」

「キヤーッ」と賑やかな声がいっぱい。およそ1時間ほど頑張っ

て作りあげ、出来たものは一次発酵させるためビニールなどで包んで静かに寝かしつけた。パン生地作りが終わるとすぐにツルカゴ作り。先月の講座の時に赤目の里山で採取して来たツルを水に浸し、柔らかくしたものを形を整え、自分の思い通りのカゴに編んだが、それぞれ個性があって同じものは二つとない出来上がりだった。

この頃になると最初に作ったパン生地の2次発酵も進んだので、ツルカゴ作りと並行して蒸し器で蒸し、オーブンで焼いた。パンの焼ける香ばしい「食べたい」かおりが室内にただよった。

夕方からの「忘年会」は出来上がったパンの試食会。見た目の形は個性的でパン屋さんの店先に並ぶイメージではないが、食べると「これぞ本物のパン!」、「このパンは誰の作品」と作った人との会話も楽しいひとときだった。



みんなで作った天然酵母パン。編み上げたツルカゴにも入れ今日の成果を確認し会った後、ワイワイ言いながら美味しく食べました



平原さんの指導でツルカゴを編み。商品として売れるほどの出来映えだった

### 枯れ松を切り倒し里道を整備しました＝リーダー講座



枯れ松を切り倒し玉切りしたが、材を一カ所に集める方が大変だった。

無く安全に終了した。

リーダー講座は10月に手入れしたフレンドシップハウスへ通じる里道周辺の枯れ松の切り倒し作業。長い間、立ち枯れ状態で放置された枯れ松は強い風で倒れる危険な状態になっている。このままでは里道を歩く人の頭上に落ちる事もあるので、安全確保のため里道に沿って順次、切り倒した。直径50㎝程度の大きなものも含めて10数本を切り倒したが、切り倒した材の処理の方に大きな労力が必要だった。

この日は数日前に降った雪が残ったままで気温0度～1度だったが作業をしていると汗ばむほど。目の前の枯れ松を切ると視界が開けた分、他の枯れ松が目につく…の繰り返し。講師の湯川さんが講座生のチェーンソウの扱いにアドバイスをしながらの作業。枯れ松が多すぎて、終わりの無い作業を思わせたが、手元が薄暗くなった午後4時すぎに事故も

【文責＝里山保全リーダー受講生・芝田 香象】