



## 秋空の下

こどもパトロール隊が、あちこちへくりだしています。

困っている人はいないかな？

泣いている小さな子はいないかな？

何かあったらすぐ出動します。

「えー、本日も異常なし！ どうぞー」

さて、パトロール隊の本日の任務完了！

これから、ボクたち畑に行きます。

秋の作付け開始です。

子どもだからって、甘くみないでね。

もう小さい時からやっているから、デッカイ大根もつくれるんだよー！

じゃあ、行って来ます！！



麦からつくるパン屋のお知らせ

Shokuko News



来年こそ!!



## 水害のご報告



皆さま、お変わりございませんか。  
時間が経つのは早いもの、今回もあっという間に3ヶ月が過ぎてしまいました。

さて、すでに多くの方がご存じの事と思いますが、8月3日から4日にかけて山形県及び会津地方を襲った集中豪雨により、大きな被害が発生しました。地域の重要な交通インフラである磐越西線の鉄橋が、洪水によって落橋した様子が全国放映されたのをご覧になった方も多いと思います。また、喜多方市と山形県米沢市を結ぶ国道121号線も、県境付近で数ヶ所にわたって道路が崩壊し、今なお通行止めが続いています。

そして、我が藤沢集落においては、集落内を流れる一ノ戸川と五枚沢川が、二つの川の合流点付近を中心に氾濫し、家屋への被害は辛うじて免れたものの、水田など農地への浸水、道路の崩壊など甚大な被害が発生しました。

食工房の麦畑については、麦の収穫が終わっていたのは本当に辛いでしたが、圃場には土砂や流木が流れ込み、一部は当面耕作不能の状態です。こういう時、地方の寒村はどうしても対応が後回しになります。

鉄道や国道の復旧に比べて優先度が低くなるのは仕方ありませんが、決壊した川の堤防が二ヶ月経った今でも、応急措置も施されないまま放置されている現状に、不安を感じないではられません。

この春、苦勞して設置した電気柵も、半分近くが流失し、未だに完全復旧は成っていません。今年中はもうあきらめて、来年度に希望をつなぐしかないと思っています。

それでも、耕作可能な圃場の復旧を急ぎ、今年分の種蒔きに何とか間に合わせることが出来そうです。今回の災害では、痛みもありましたが逆にいくつかの学びもあり、今後の営農に役立てられると思っています。どんな時でも、前を向いてがんばりたいと思います。

(みきお)



## かぼちゃあんぱん 中止のお知らせ

今回の水害により、かぼちゃの圃場は泥水を被り、厚さ40cm以上の土砂に埋まりました。かぼちゃは全て埋没し、消えてなくなりました。残念ですが、今年のかぼちゃあんぱんは中止です。さつまいもも同じく土砂の下ですが、こちらはしぶとく生き残って土砂の下から蔓を這い上らせています。実際に芋がどれくらい収穫出来るか分かりませんので、柚子さんとん丸の可否は、もう少し先になってから判断します。



## 漣乃あん丸 前倒し再開!

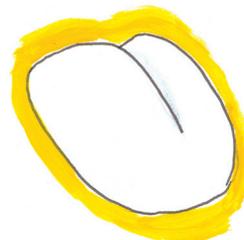
かぼちゃあんぱんの中止に伴い、漣乃あん丸(小豆あんぱん)を前倒し再開します。小豆は、昨年産の物を保存してありましたので、供給に問題はありません。10月より、再開となります。

漣乃あん丸  
1個 240円



## シュトレンのご予約受け付け開始

10月1日より、今年のシュトレンのご予約の受け付けを開始します。ご自宅用の他、ご依頼先へのギフトのご用命も承ります。いつものように、簡易包装仕様と白色化粧箱入りギフト仕様があります。ご用向きに応じてお選びください。



シュトレン 1個 <sup>1個約800gのビッグサイズ</sup>  
簡易包装 3,700円(税込)  
白色化粧箱入りギフト仕様  
3,850円(税込)  
ご依頼先への直送梱包代  
運賃+150円

なお、1/2カット品は、直接注文のみ受け付けます。オンラインストアからご注文することは出来ませんのでご了承ください。

簡易包装仕様 2,070円 ギフト仕様 2,220円

## 百姓5年生進級記念

### 収穫の恵みパンセット



水害に見舞われても、とにかく種だけは播かなくてはと、すべてに優先して取り組んだ結果、耕作不能な2つの圃場を除き、今年から新たに加わった圃場を含む8つの圃場に作付けが進んでいます。※10月2日現在

そこで、今年百姓5年生への進級と今年の収穫を祝い、

収穫の恵みパンセットを企画しました。

大変お得な内容になっています! ぜひご注目ください。

限定50セットの発売です。

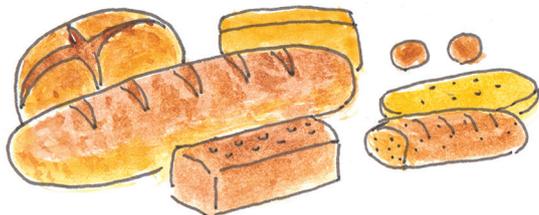
### セット内容

南部地粉食パン (ローフ型)	1斤	400円
堅焼き黒パン・大	1個	695円
スペルト小麦丸	1個	660円
みのりのパン・1/2カット	1個	520円
ブンパニックル	1個	550円
フォカッチャ	1枚	245円
漉乃あん丸	2個	480円
合計		3,550円

上記内容合計3,550円のところ、

**2,500円にて販売!**

★ご来店のお客さまも、その場でご用意することは出来ませんので、必ず前もってお問い合わせの上ご予約ください。



### イベントのご案内

## パンとコーヒーマルシェ

日時 10月16日 (日) 11:00 ~ 15:00

場所 社 Cafe&Bakery

〒241-0806 横浜市旭区下川井町 2149-6

TEL 080-1014-4455



横浜市内にて定期的にパンとコーヒーのイベントを開催している団体「パンとコーヒーマルシェ」さんから、前回3月に続いて2回目のお誘いをいただきました。

食工房からは、自家産の麦で造ったパンを中心に8品目のパンとスコーンなどを出品します。

お近くの方、また当日この方面にお出かけの方、是非お立ち寄りくださいますようご案内申し上げます。



## 日々の健康のために



私 (みきお) も古希 (70歳) を過ぎ、体力の衰えを感じると同時に、日々の健康の大切さに思いを致しています。

おかげさまで、今のところどこも痛い、かゆいは無く、薬一つ飲むことも無く過ごしています。

しかし、高齢に限らず日々の健康は何より大切な財産であることに違いはありません。

私が70年余りを生きて来て、なるほど分かったと思っていることは、日々の健康を保証するものは、一つは適切な食生活、そしてもう一つは適度の運動をすること、この二つ以外に無いということです。

そのうちの一つ、食生活上のお役に立つ提案をすること、然るべき製品を提供すること、それが食工房の使命であると自覚しています。



### 通販のご利用お待ちしております

いつも通販のご利用、ありがとうございます。

食欲の秋の到来!パンがおいしくなる季節です。

特に、今年の麦の出来が良かったおかげで、堅焼き黒パンとスペルト小麦丸が、これまでも増して感動的と言える風味になっています。

その他、古代小麦麺、ライ麦ごはんの素など、収穫の恵みを活用して、おいしいもの沢山ご用意しています。

ご利用は、食工房オンラインストア、ハンドメイドマーケットプレイス「クリーマ」でのご購入の他、食工房にお電話やFAX、e-メールなどによる直接ご注文にも対応いたします。



### 定期便のおすすめ

毎月一回、予め設定した日時に、定額分の商品をお届けする企画です。

まず金額をご指定の上お申し込みください。

月額4,000円以上 (送料込) にて承ります。

お支払いは毎月払いの他、一年分一括前納も可能です。一括前納の方には、年末にシュトレンのプレゼントを差し上げます。

詰め合わせる商品内容は、その都度ご指定いただくか、毎回決まった内容にさせていただく、あるいは一部をこちらにお任せいただいても結構です。

一括前納の方は、毎月定額でなくても構いません。

一年でご予算を消化するようにご利用ください。

その他ご不明の点は、お問い合わせください。

## ウクライナ戦争の行方



ロシアがウクライナに侵攻し戦争を始めてから、早くも7ヶ月が過ぎました。

早くも・・・と申し上げましたが、戦禍の下にあるウクライナの人々にとっては、長い長い時間だったに違いありません。

そしてこの7ヶ月の間に、ロシア軍が残して行った数え切れないほどの蛮行の証拠は、もはや世界の人々の知るどころとなりました。

このロシアの非道ぶりは、敵に対するはもちろんですが、友軍の兵士に対しても同様です。

徴兵に従って兵役についたばかりの若者を、訓練と偽って十分な装備も与えず十分な食糧も持たせずに前線に送り込んだり、退却して来る兵士を威嚇して前線に追い戻したり、投降に対しても懲役刑が待っているなど、一貫して恐怖による支配の構造が出来上がっています。ロシア軍には、否、ロシアの体制には信頼という言葉は存在しないようです。

そしてロシアは、いったいいつまでこんな戦争を続ける気なのでしょう。

侵攻当初に、首都キーウの攻略に失敗した後、今度はハルキウ方面で大敗北を期して撤退するに至っているのですが、それに対するロシアの答えは、予備役招集による大増員です。

ここでも、兵士の命は家畜以下です。

武器無し、士気無し、頭数だけの軍隊を差し向けて、今や最高の士気に燃えるウクライナ軍を相手にどんな戦いをしようというのでしょうか・・・。

プーチンの頭の中は、すでに半狂乱としか思えません。ロシアは勝てないだろうとか、ロシアは衰退するだろうとか言われますが、それでウクライナが受けた大きな痛みは、決して帳消しになんかなりません。

それに、まだまだ油断は出来ません。

核兵器が使われる危険は、ここに来てなおいっそう高くなっているのです。

こうしている間にも、何が起こるか分からないウクライナ戦争の行方・・・。

世界はこの現実から目を逸らすことなく、21世紀のこの世界に、プーチンというヒトラーやスターリンに並ぶ恐怖の独裁者の出現を許してしまったことを厳しく受け止め、何故そうなったかを深く考えてみる必要があるのではないのでしょうか。



## 編集後記



今回も、編集を始めてから長い時間がかかりました。当初描いてもらっていた表紙絵が季節に合わなくなって、新たに描いてもらいました。

それもまた季節が過ぎてしまっただけと、何とか編集を終わらせることが出来ました。

一方、前号から3ヶ月の間にも、世界は大きく動揺し続けています。

いうまでも無く、ウクライナで戦争が続いているからです。日々、このことが頭から離れることはありません。

何故なら、この戦争の行方は、その後の世界の様相をすっかり変えてしまうであろうと考えるからです。

当然我が日本にも、国の在り方の根幹に関わる重大な影響が及ぶことになるでしょう。

その時になって後悔することの無いよう、私たちは、今のうちにしっかりと独裁者プーチンとロシアという国家の正体を見極め、平和の意味を深く考え、然るべき態度と覚悟を決めておかななくてはならないと思っています。

そして今後の世界に、ウクライナの独立と主権と自由が守られ、平和がもたらされることを心から願うものです。

世界の国々にも、もちろんロシアにも。

その後も、ひばりのパン、焼いています。その売り上げを含め、毎月100ドルをウクライナ政府の募金サイトに送金しています。



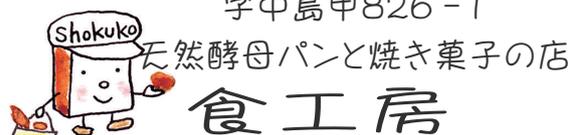
お問合せ、ご注文、あるいはお便りは・・・

TEL 0241-38-3102 FAX 0241-38-3104

e-mail mikke@shokuko.com

〒969-4107 福島県喜多方市山都町相川

字中島甲826-1



営業時間 11:00 ~ 18:00 定休日 火・水

ホームページ

<http://shokuko.com/>

ブログ「飯豊の空の下から・・・」

<http://shokuko.com/myblog/>

食工房オンラインストア

<https://shokuko.stores.jp/>

食工房 in Creema

<http://www.crema.jp/c/shokuko>

