

## 日本豊受自然農の 作物の恵みを楽しむには…

東京都世田谷区と大阪府吹田市に、日本豊受自然農で作った野菜やハーブなどを直接見て、触って選べる店舗があります。

豊受オーガニクスショップでは、豊受自然農の豊受米や野菜、それらを原料としたオーガニックな無添加加工食品や調味料、お菓子やデザートも購入可能。さらに自然農の材料で作ったコスメやホメオパシー関連書籍、ハーブマザーチンクチャーまでがそろいます。豊受オーガニクスレストランでは、静岡県や北海道にある日本豊受自然農の農園で採れた自然農の豊受米や野菜を中心に、こだわりのオーガニックメニューを楽しむことができます。

### ◆豊受オーガニクスショップ東京店

[営業時間] 10:00~20:00 TEL03-5797-3252

### ◆豊受オーガニクスレストラン

東京都世田谷区玉川台2-2-3 矢藤第3ビル1階  
[営業時間] 昼の部 11:30~15:30 (L.O. 15:00)  
夜の部 17:00~21:00 (L.O. 20:00)  
[定休日] 日曜日、月曜日



### ◆豊受オーガニクスショップ大阪店

大阪府吹田市江坂町1-22-22 盟友ビル3階  
[営業時間] 9:30~17:30 TEL06-6368-5355  
[定休日] 日曜日、月曜日

★豊受オーガニクスカフェ併設



土と菌は大事、豊受御古菌

### ◆豊受オーガニクスショッピングモール

<https://mall.toyouke.com>  
★インターネットでも購入できます。

## Profile



由井寅子さん

ゆいとらこ 日本豊受自然農代表として、農業・化学肥料を使用せず、自然な種、土づくりにこだわった豊受式自然型農業を実践し、無添加商品の六次産業化に取り組んでいる。日本におけるホメオパシーの第一人者であり、体・心・魂を三位一体で治療に導くZENホメオパシーを確立。難病に苦しむ方を救っている。インナーチャイルドを癒し、健康で幸せに生きることができるよう、自然生活を取り戻すことに力を注いでいる。



小川料理長おすすめ豊受百姓御膳。豊受の玄米・玄麦・黒米ごはんとお野菜がたっぷり味わえる。

も感謝。そして、雨の日も風の日も夏の日照りの下でも、淡々と草取りをし、作物に愛情をもって接する百姓たちにも——万物と生命、すべてへの尊敬と感謝があるといえます。そんな由井さんのもとに、今各地から若い人たちが集っているとのこと。新世代の百姓たちが、日本の食を救おうと立ち上がっているということに胸が熱くなりました。

**自然型農業の六次産業化  
そしてさらなる普及を**

そんな由井さんに、今後の展望も聞いてみました。

「六次産業化を行い、大型農業を目指すし、多くの人に自然型農業の必要

性を理解してもらえればと思っております。また、家庭菜園やベランダでも気軽に自然型農業ができるよう、種も販売しています。初心者でも失敗なく作れるとしたら、小松菜などの葉物野菜でしょうか」

自然型の農業を行えば、その場所に鳥や虫も帰ってきます。環境が良くなります。何もかも犠牲にしない、どこからも搾取しない、地球と調和した農法なのです。

この農法を広めるべく、豊受式自然型農業を学ぶ学校を開くことも構想中なのだそうです。

「土の微生物も、作物も生きもの。だから当然、愛と感謝の気持ちや見る温かい心なども伝わります。ど

ういう想いで作るのか？」が、とても大事なことなのです。

安心・安全な食べ物は、身体を健康に戻していく、本来の食べる「ぐすり」だと思います。ですから、一番のお医者さんは、実は食べ物を作る農民、「農医」です。それを使って食事を用意する人が2番目のお医者さん、「食医」。そして、自己治療力のスイッチを入れる自然療法のセラピストが3番目になりますね。ホメオパスもこれに当てはまります。

多くの方に、この本来の食の大切さに気づいていただきたい。そして、まずは家族など身近な人たちから、健康で幸せにしてあげてほしいと思います」



黄金に輝く大麦、その栄養価の高さは葉草と粉うほどだという旬の野菜たち。ピーツからはたくさんの脇芽が出ていて、生命力の強さが分かる。

工品も、愛情の込められた霊性の高いものとなります。

私たちの身体は食べたものから作られ、食べるとは命をいただくこと。愛情と感謝とで作られた食べ物を「ありがたい」と感謝していただくことで、心と身体と魂が癒され、愛と幸せで満たされます。するとその周囲の人たちにも愛と幸せが広がっていきます。

太陽の光を浴びて育つ植物というのは、神の意識を宿した存在。そのような存在を食べることは、本来神人合一の尊い行為でした。現在、それがあまりにも蔑ろにされ、あるいは経済に取り込まれ、さらに化学物質に塗れ人の身体を害するようになるにすり替わりさえしている……。

本来の食を取り戻すことを、希求せずにはられません。

**大切なのは土壌  
食べられるほどの土づくり**

豊受自然農では、土づくりに大きなこだわりが。用いるのは600種以上の土壌菌を培養して作った「豊受御古菌」。これに落ち葉や雑草、作物の残渣、竹粉などを加えて発酵させ堆肥にしたり、ボカシを作ったり。自然の中にある不要なものを原料に、ふかふかで微生物も元気な

素晴らしい畑の土を作ることができるのです。化学肥料など、まったく必要ありません。

そして、このような肥沃な土壌で育った作物はまた、栄養価が高く、美味しく、気候の変化や害虫などに負けない、丈夫で強い種を遣します。

「良い土と種さえあれば、人は生きていけます。経済の仕組みの輪から抜け出すことすら可能です。

自然からはどんなものだって作れるのです。そして、それを忘れ、自然から離れてしまったがために、人は病むようになったのです」

そして、土壌菌と腸内細菌は、実は同じものなのだそうです。「体調を崩したときに、手のひらに少しの土を食べ、見る見るうちに回復した人を見たことがあります」と由井さん。健全な畑で採れた作物ならば、皮付きで食べる方がむしろ身体に良い。皮付きのまま食べることで腸内環境を整え、免疫力を高めることができます。そんな丸ごと食べられる安全で、驚くような力を持った野菜たちが、由井さんたちの畑で育っています。

**自然界のあらゆる出来事と  
すべての生命への尊敬と感謝**

「『自然に生かされている』ことを知り、土と自然に畏敬と感謝の念を

持つて、人々の幸せのために作物を育てる……こんな一番大切な日本人の心を取り戻すことで、日本の農業を復興したい、ひいては日本を復興したいと考えています。これは、私たち豊受の願いです」

そう語ってくれた由井さん。豊かな土壌菌によってふかふかになった土に触れる。自然な種をまいて育てる。収穫したものをおいしくいただく。それら一つひとつが、何ものにも代え難い嬉しいこと。そして、その作物やそこから作られた食品を食べた方が、健康に幸せになってくれる。太陽にも、雨にも、風にも、虫に



豊受自然農の秋の収穫祭で生姜を収穫する子どもたち。土に触れ、自然に触れることで人は健康になっていく。