

3代目は若手女性。亡き父の農園を守る。

秋田県仙北市
齋藤 瑠璃子さん



「大きな栗」の木の下で、おばあちゃん達と汗を流す

秋田県仙北市西木町は清らかな水に恵まれた、美しい自然が広がる町です。野生のカタクリの群生地としても知られ、厳しい冬が終わる頃、辺り一面紫色の花畑が見られます。この雄大な自然の中で育つのが「日本一大きい栗」西明寺栗です。ここでしか育たないブランド栗で、大きいものはソフトボールほどのサイズに育ちます。西明寺栗を生産する齋藤瑠璃子さんの周りは、明るい笑い声が絶えません。女性ばかりの農園で汗を流す、齋藤さんとおばあちゃん達の暮らしをご紹介します。

農園主はおばあちゃんのアイドル

「瑠璃子ちゃん帰ってきてから、このへん明るくなった。気さくで、こんなおもしろい人いねえべ！」農園を手伝うおばあちゃん達は口を揃えて笑います。齋藤瑠璃子さんは、齋藤農園の若き3代目。農園では山のふもとにある豊かな土地を活かし、「日本一大きい栗」の西明寺栗をはじめ様々な野菜を生産、販売しています。農園で共に汗を流す”ばっちゃん”（おばあちゃん）達は時に農業の師匠として、仕事仲間として、茶飲み友達として父の後を継いだ齋藤さんを力強く支えます。

都会で知った、ふるさとの価値

幼い頃から絵が好きだった齋藤さんは、地元の高校を卒業し美大進学のため上京。都会で絵を学ぶ中、気づけばふるさとの風景ばかりを描くようになりました。ある時の学園祭で、実家の西明寺栗を売ってみたら大盛況！「こんなに大きい栗！」と珍しがられ、あっという間に売り切れてしまいました。秋田弁丸出しで販売をしていると、同郷のお客さんから暖かい声をかけられ、中には「何かあったら相談に来なさい」とまで言ってくれる人も。齋藤さんは遠く離れた故郷のありがたさを身にしみて感じました。



私、農園を継ぎます！

卒業後、東京で就職した齋藤さんは会社員をしながら絵の制作を続けていました。しかし、齋藤さんの父が突然病に倒れ、余命半年を宣告されてしまいます。すぐに会社を辞めてふるさとに戻った齋藤さんは、闘病中の父から畑仕事を学び始めました。農業の名人で知られる父から多くを学ぼうとしていた矢先、突然の不幸が齋藤家を襲います。湯治に向かった父が雪崩事故に巻き込まれ、帰らぬ人となってしまったのです。亡き父の仕事は全て娘の齋藤さんが受け継ぎ、今ではトラクターやユンボの運転、壊れた機械の修理までこなすようになりました。



ばっちゃんと雑談に花が咲く

ばっちゃん達と共に生きる

「みんなそれぞれ、畑仕事や暮らしの素晴らしい知恵を持っている。仕事も丁寧で、自分はどうだ！というものがちゃんとある」とばっちゃん達から多くを学ぶ齋藤さん。そして「あの人がいたら元気をもらえる、80歳を過ぎてても頼りにされるのは嬉しい」と顔をほころばせるばっちゃん達は、農園が忙しくなると助っ人として次々に応援に駆けつけます。高齢化社会に立ち向かうのではなく、高齢者の知恵を学び、共に歩むこと。齋藤さんの姿勢は、高齢化社会の中の新しい生き方を私たちに教えてくれるようです。

栗の健康情報

栗といえば秋の味覚の代表格。料理、スイーツに幅広く使われる栗はナッツ類の中では脂質が群を抜いて少なく、ミネラルをバランスよく含んだ健康食材です。

豊富なビタミンCで美肌効果

栗はコラーゲンの生成に必要なビタミンCを多く含み、その量は木の実の中ではトップクラス。栗のビタミンCは加熱されても壊れず、効果的に体に吸収されます。

強い抗酸化作用で老化防止

栗の渋皮に含まれるタンニンポリフェノールは強い抗酸化作用があり老化防止、ガンの抑制に効果があるとされています。渋皮煮など渋皮ごと調理するのがおすすめです。



「食」つうしん。

いつも弊社の商品をご利用いただき、誠にありがとうございます。

「食」つうしんは、東北で活躍している漁師さんや農家さんを集め、東北復興を応援しております。また、あなた様の健康を「食」からもサポートしたく、東北の漁師さんや農家さんと協力して旬の健康食材を集めます。ぜひ、健康な毎日をお過ごしいただくためにお役立ていただければ幸いです。 「食」つうしん。編集部一同