

October 2026

福岡正信 自然農園

Masanobu Fukuoka
Natural Farm



持ち込まない、持ち出さない



稲穂の頭が垂れる、この季節。

田んぼでの作業は、心の躍動と忙しさが交差する。

田んぼや畑からは、何も

「持ち出さない、持ち込まない」。

循環を大切にしたいメソッドが、
いまま農園には息づいている。

ただ単純に、節約や省力化を
意味するものではない。

植物、虫、微生物。

そこで織りなされる、無数の生命の重なりこそが、
自然循環の営みなのである。

現代人は長い年月をかけ、
足りないものを補う知恵を養ってきた。

しかし、自然の営みを見つめると、
「足さない」という選択肢もまた、
ひとつの知恵なのだとに思えてくる。

何かを加えることだけが豊かさではない。

足さないこと、委ねること、循環させること。
そんな選択が、世界を少し穏やかにするために、
いま必要なのかもしれない。

今月のおすすめ

はだか麦味噌



当園で育った「はだか麦」と北海道産大豆を使用し、丁寧に仕込んだ旨味豊かな麦味噌です。温かい汁物や煮物が恋しくなる、10月の肌寒い朝晩の食卓におすすめです。

＼おすすめの食べ方／

〔根菜たっぷりの豚汁・お味噌汁に〕

麦味噌特有のやさしい甘みとコクが、秋の根菜やキノコの旨味を引き立てます。

〔ディップソース・焼き味噌に〕

炒りごまやみりんと合わせて味噌だれを作り、ふかしたサトイモや焼きナスに添えるほか、おにぎりに塗って焼きおにぎりにするのがおすすめです。



福岡正信 自然農園

Masanobu Fukuoka
Natural Farm

商品のご購入は、「公式オンラインショップ」で <https://f-masanobu.jp/product/>

商品に関するお問い合わせはこちらへ

株式会社日本総合園芸 福岡正信自然農園オンラインショップ
Tel：0744-34-7271（月曜日～金曜日 9:00～12:00/13:00～17:00）
奈良県磯城郡田原本町千代19-1
mail：info@f-masanobu.jp



instagram



オンラインショップ