

寄稿

4 広がる「半農半X」、 持続可能な生き方 に向けて



朝日新聞和歌山総局 総局長

西江 拓矢

「半農半X（エックス）」という言葉をご存じでしょうか。京都府綾部市の兼業農家出身で、1990年代半ば、当時通信販売会社に勤めていた塩見直紀さん（半農半X研究所代表、現在は山口県在住）が、生き方に悩む中で、自分自身を救うために、人生の羅針盤として生み出した言葉です。持続可能な農ある暮らしをベースに、天職の「X」を社会に生かしていくライフスタイル。「X」にはお金を稼ぐ仕事だけでなく、ボランティアを含む様々な活動も入るため、「兼業農家」という言葉より幅広い概念と言えます。

塩見さんは2003年に「半農半Xという生き方」を出版。様々なメディアでその生き方が紹介され、この言葉が世に広がっていました。著書は翻訳され、台湾、韓国、ベトナムなど、海外でも紹介されています。塩見さんが提唱してから、四半世紀余り。生き方が多様化し、また、コロナ禍で食や農への関心が高まるなか、半農半Xへの共感もじわじわと広がっているようです。昨年から、全国各地の実践例を取材してきました。そのうちの一部を紹介します。



半農半Xを提唱した塩見直紀さん

■「もうあかん」。追い詰められた医師を救ったのは農のチカラ

最初に紹介するのは、紀の川市の豊田孝行さん（47）。「半農半医」の二刀流です。基本的に農薬や肥料を使わず、雑草も極力刈らない「自然栽培」に取り組む一方で、医師として和歌山や大阪の病院で働いています。

実家は桃農家で、幼い頃から農業が身近にありました。一方で、母親が看護師だったことから、医療にあこがれもありました。周囲からの「農業はもうからない」という声もあり、医師を志します。和歌山県立医科大を出て、大学病院などで勤務しますが、現場で多くの患者を診たいという気持ちが強く、大阪府南部の泉佐野市で耳鼻咽喉科のクリニックを開業します。29歳でした。しかし、クリニックは激務。春先にかけては、花粉症などアレルギーの患者が押し寄せます。早朝に出勤し、診療の終わりが夜の10時、11時。医師は1人のため、最も多い日には、1日で190人近くを診察したそうです。家に帰る時間が惜しいときは、点滴用のベッドに寝袋で寝ていました。食事は手っ取り早くおなかを満たすために、インスタント食品やコンビニ弁当。お酒を飲む機会も多く、体重も増えました。まさに、医者の不養生です。

病気の人を減らしたいとの思いで診療にあたっても、一向に状況は改善せず、「こんな生活があと数十年も続くのか」と、絶望的な気分におちいります。開業して数年後、「もうあ

かん」と心身が悲鳴をあげ、うつ症状になります。

そんな生活を救ったのが、農業でした。診療時間を減らし、午前中は畑に出るようになります。黙々と農作業をすると、瞑想しているような気分で落ち着きました。食事も見直しました。心身は次第に回復してきます。そうするうちに、何とかクリニックを引き受けてくれる人が見つかり、約9年間で開業医をやめます。

その後は、農業だけで生きていくことも考えますが、自らの体験をもとに、食事や生活を見直して、病気の予防の大切さを伝える必要があるのではないかと考え、「半農半医」の生活を始めます。現実的に、農業だけで生活していく難しさもありました。

農園では、農薬や肥料に頼らず、土が持つ力を生かした農業にシフトしました。農薬をやめると、一時的に農園が毛虫やカメムシ、アブラムシだらけになり、耐えきれずに枯れた木もありました。手でつぶすなど根気よく対処を続けるうちに、数年たつと害虫が大量発生することはなくなり、落ち着いたそうです。豊田さんは「自然にはバランスを取る力がある」と感じています。人も自然の一部。病院でも、患者に対して、生活習慣や栄養の偏りなどを改善し、できるだけ薬に頼らず、自分の力で治せるように助言します。農業の面では、地域の仲間らと「自然栽培」を広げる活動にも取り組んでいます。病気の人を減らしたい。その思いを、農と医の両面から目指しています。

■移住して「半農半書店」

鳥取県中部、湯梨浜町にある東郷池。淡水と海水が混じり合う汽水で、周囲には温泉街があり、景色の美しい場所です。この東郷池のほとりにあるのが「汽水空港」。倉庫だった建物を改装した書店で、店内には、人文や思想、サブカルチャー、アート、そして農業の本などが並んでいます。店を営むのは、モリ



半農半医を実践する豊田孝行さん

テツヤさん（37）。縁もゆかりもなかった鳥取県に移住し、本屋の傍ら、「モーニングファーマー」と称して仲間と米を育てています。

モリさんは、北九州市で生まれ、親の仕事の関係でインドネシアでも生活。その後、大学卒業まで千葉県で過ごします。大学時代には、「ネットカフェ難民」「派遣切り」などが社会問題となっていました。もともと、カイシャに勤めて生きていくことへの不安と息苦しさを感じていました。そんな中で、本屋に入り浸り、カウンターカルチャーなどに影響を受けます。「自分らしく、気持ちの良い生き方」を模索する中で、自ら本屋を開くことを決意します。家賃が安いということで、地方への移住も考えていました。

しかし、いきなり本屋を始めても生活が成り立つとは思えません。どうすれば、最低限生きていけ、本屋ができるのか。そこで考えたのが、食べるものを自給することでした。そこで、大学卒業後、農業を学ぶため、埼玉

県内の有機農家に1年間、住み込んで働きます。さらに、その後、栃木県にある農村指導者養成施設で、1年間、ボランティアスタッフをします。スタッフの期間が終わり、まさに施設を出る時、東日本大震災が起きます。西へと避難し、京都を経て、たまたま安い物件があると聞いた鳥取へ。縁もゆかりもない場所で、紆余曲折がありましたが、2012年に湯梨浜町に移住。左官職人のもとでアルバイトをし、住居となる小さな家も建てました。そして、15年、汽水空港をオープンします。目の前に広がる東郷池のように、海水と淡水が混じり合う、混沌とした領域。読書を旅にたとえ、様々な出会いの場として、空港と名付けました。

しかし、開店してもお客は来ず、生活のためアルバイトに行きます。畑も借りていましたが、時間が無く、生活に追われる中で、ほとんど行けずじまいでした。なかなか思い通りに進まないなかで、追い打ちをかけるように、16年10月、県内を襲った大きな地震で建物が傾き、いったん店を閉じざるをえなくなります。うまくいかない現実には落ち込みますが、何とか気持ちを取り直して、18年に店をリニューアルオープンしました。妻も店番に出るようになったことで、畑に行く時間ができます。20年春には、新型コロナウイルスの感染拡大で一時休業しましたが、むしろ、農業に向き合う時間が増えました。

町へ移住してきた写真家、映画館経営者らと始めたのが、「モーニングファーマー」です。文字どおり、午前中だけ農作業に汗を流し、午後はそれぞれ本業に励む。それぞれの家族の米を賄える状況を目指します。

著者を呼んだイベントを開くなどして、本屋の存在も少しずつ知られるようになり、遠方からも人が訪ねてくるようになりました。売り上げも増えてきて、ようやく「半農半X」のスタートラインに立つことができたといいます。「片足は土に、片足は文化に」。その両方の実践を目指します。



汽水空港



「汽水空港」とモリテツヤさん

■SNSでつながる週末農家

京都府京田辺市の石川亮太さん（33）は、21年春から、平日は会社員、土日祝日に畑に出て野菜を作る「週末農家」になりました。

きっかけは、コロナ禍でした。石川さんは2人の息子の父親。感染拡大の中で、子どもと一緒に遊べる場が限られるなか、屋外で何かできることはないかと考え、祖母と父親が野菜を育てている畑のことを思い出します。すぐに使える畑があり、野菜が好きだったこともあり、見よう見まねで野菜作りを始めます。

野菜作りを始めた時から、畑の様子を写真に撮り、インスタグラムで発信しました。そこで、同じように週末に農業を楽しむ人たちがいることに気づきます。そのなかには、大阪や和歌山と近い人たちがいたことから、SNSだけでなく、リアルな交流が始まります。仲間と一緒に野菜を売るためのブランド「FUN! FARM!」も立ち上げました。さらに、仲間の一人と、音声メディアのポッドキャストで情報発信も始めました。同じようにインスタでつながった各地の様々な農家をゲストに招き、農業の楽しさや苦労などを語り合っています。

さらに、様々な縁が広がり、仲間と「マル

シェ」を開くまでになりました。農を通じて、仲間が増え、知らなかった世界が広がっていく。石川さんは、「大人になってこんなに意気投合できる仲間ができることはなかなかないんじゃないかな」と話します。

また、インスタでは、専業農家とも知り合い、農作物の選び方や、野菜の病気などについてプロのアドバイスももらえるようになりました。専業農家でなくても直売所で野菜を売れることを教えてもらい、地元の直売所に野菜を出すようになります。去年は、甘長トウガラシを主力にしてみました。作りやすさに加え、週1回の収穫でも販売できると考えたからです。金曜日に仕事を終えると、まっすぐに畑に向かって収穫。家に持ち帰り重さを量って袋詰めし、翌朝、直売所に並べます。出始めの時期と旬の時期では棚に並ぶ量が変わるため、相場を見ながら値段を調整します。いくらにするかは頭を悩ませますが、試行錯誤することも楽しく、自ら生産して、値付けをした野菜が売れるのは格別なうれしさがあるそうです。野菜だけでなく、イチジク栽培や焼き芋にも手を広げています。

農業の楽しさとは、結果が目に見えてわかりやすいこと。畑で作業をすることで気分転換ができ、また、黙々と作業すると、無心になれるといいます。夏は、平日も仕事終わりに畑に行き、暗くなるまで作業をすることがあります。沈む夕日を静かに眺めることもあるそうです。野菜の売り上げから、直売所の手数料やガソリン代などを引くと、残るのは「せいぜいお小遣い程度」。しかし、農を通じて得られる経験は、まさにプライスレスです。



週末農家を楽しむ石川亮太さん

■農地や地域を守るため、行政も注目

農への関心が高まるなかで、半農半Xを志す人を支援する自治体も出ています。神戸市では、規制を緩和し、市が認定した研修機関で年間100時間ほどの研修を受けることで、小規模な農地（1千平方メートル未満）を借りることを可能にしました。実際に、講座を終え、農地を借りて農業を始める人たちも出てきています。神戸市は、都市部と農地が近く、半農半Xがやりやすい面があります。市の担当者は、「農家の高齢化が進む中で、耕作放棄地の増加を防ぐため、半農半Xも支援したい」と話します。

大阪府と隣接するベッドタウン、奈良県生駒市は、農ある暮らしをしたい人を対象に野菜の作り方の講座を開いています。働きながらでも受講できるように、主に土日祝に開講。修了生が農地を借りられるようにサポートもします。秋田県は農作業とリモートワークを組み合わせた半農半X体験事業を始めました。農村に2、3週間程度滞在し、ネギやシイタケの収穫などの農作業を手伝う傍ら、本業をリモートでこなしてもらいます。県の担当者は「移住はハードルが高いが、まずは、農業に触れてもらい、交流人口を増やしたい」と狙いを話します。半農半X支援の先駆け、島根県は、移住者の受け入れのため、県内に移住して半農半Xを目指す人に農業の研修費用などを助成しています。

ほかにも全国各地で、自治体が支援策を打ち出したり、セミナーを開いたりしていますが、根付かせるのはなかなか難しい面があります。専門家は、半農半Xを進めるためには、農業技術や資金、農地にわたる総合的な支援が重要と指摘しています。

■半農半Xはアレンジ自由

提唱者の塩見さんも半農半Xの広がりを感じています。そして、「半農半Xは、アレンジ自由で、いろいろなものを組み入れていい」と話します。自分仕様に、カスタマイズもローカライズも自由というのが時代に合っている、と。その柔軟性、自由度の高さが半農半Xの特徴です。もともと「半農半漁」といった先人たちの言葉から生まれた言葉なので、それぞれが自由に使ってほしいといいます。

さらに、半農半Xを始めたい人に対し、塩見さんは、「今住んでいる場所でも新天地でも、周りを歩いて可能性を探してほしい」とアドバイスします。「無い物ねだり」から、「あるものの探し」へ。それは、自分のなかにある可能性を探すことでもあります。農業については、小さなサイズからでもいいといいます。市民農園でも、ベランダのプランターでも、まずはスタートしてみしてほしいと。そういう意味では、農作業を手伝う援農ボランティアなども暮らしの中に農をとりいれる「半農」と言えるかもしれません。

ここで紹介した事例以外にも、朝日新聞デジタルの連載「ときどき農家」では、東京都心から「ゆる田舎」に移住して米作りに挑戦した漫画編集者、都心のど真ん中の屋上菜園で農業を楽しむ俳優、東京から四国へ移住して米を作り、配達専門のカレー屋を始めた家族など、多様な半農半Xを取り上げていますので、よかったらご覧ください。