ささやかな自給の楽しみと効能

６月に入ると、右手の親指の爪が少し茶色っぽく変色する。この時期、いつも食事の後のデザートはビワとなり、都度皿一杯、10数個を食する。そのビワは当然のことながら皮を手で剥いていただくわけであるが、その渋が爪に沁み込んで変色するものだ▼ビワは自宅の庭あるビワの木からのもので、もう40年近く前に子どもたちがビワを食べて、口に残った種を庭に吐き出したものが、いつの間にか大きく育って、毎年たくさんの実りを与えてくれるものである。摘果はしないことから４～５センチほどの小ぶりであるが、甘味と酸味のバランスがよく、当然、鮮度がいいこともあって、とにかくうまい。ビワを処理しているという感覚ではまったくなく、テーブルにあれば、ついつい手が伸びてしまう▼大きくなったビワはちょうど２階の屋根で手摘みできるように枝を切って剪定している。５月の終わりごろから６月の半ばごろまでが熟期で、毎日のように収穫してはできるだけご近所等に配る。ご近所もこの時期、ビワのご相伴にあずかるのを楽しみにしているようだ▼このビワは実をいただくとともに、葉っぱは乾燥させたうえで炒り、ビワ茶として煎じて、いつもポットに入れて持ち歩いている。茶葉がなくなれば都度、葉っぱを摘んでビワ茶を作るが、なくなれば葉摘みをし、年に３、４回は自家製している。その効能はよくは分からないが、とにかく飲んでの後味がよく、血液をサラサラしてくれるような実感がある▼我が家の庭には梅、ミカン、キンカン等もあって、たくさん実をつけ、季節ごとの自給を楽しんでいる。お配りすると、ご近所からはジャム等になってのお返しも度々あり、隣近所のコミュニケーションにも大事な役割を発揮している。

（土着菌）