

はじめに

私の名前は佐々木真二（ささやんとも呼ばれる）と申します。

2003年、44歳のときに脱サラし、今年（2025年）で自給農的暮らし生活23年目に入ります。

この本では農業とはまったく縁のなかつた会社員が、脱サラして自給百姓生活を始めた経緯やその後のさまざまな経験・思いなどを、私の名刺代わりの意味も込めて書かせていただきました。

“脱サラ農業”と聞けば会社勤めされている方には何か憧れのように聞こえるかもしれませんが。

でも私の場合は、会社勤めが嫌いだったわけでもなく、むしろ仕事が好きでやりがいも感じており、どちらかといえば日々充実した会社員（技術者）生活を送っていました。

にもかかわらず、脱サラ農業生活（正確には自給百姓生活）に転換しちゃいました。

きっかけはいろいろありますが、まずは私自身と家族の健康問題に向き合うなかで、社会の仕組み自体に大きな疑問を感じたことです。

こう言うと、私自身が人生に対してとてもストイックに生きてきた感じがしますが、今振り返ると40

歳前後で人生に向き合う意識が急変した気がします。

40歳頃までの人生を振り返ってみて今感じることは、「社会常識」といわれるものを意識しながらも型にはまるのが嫌いで、かといって大胆な行動もしない・できない人間でした。

無駄な行動が嫌いで、いかに効率よく、楽しんで楽しむことができるのかというタイプで、世の中の時流にうまく乗っていくことができればいいという考え方で生きてきました。

しかし、40歳頃に出会ったある1冊の本により、私自身の意識や価値観が変わったのです。

その本には、環境問題の深刻さやその原因となる現代社会の問題が書かれてありました。

それからというもの、会社の仕事より環境問題などの活動に力を入れるようになり、その延長として脱サラ農業（自給百姓）で生きていこうと覚悟を決めたのでした。

この時点では農地の用途はなかったのですが、不思議な出来事が続けて起こりました。

そして、このタイミングで家の近くで畑を借りることができ、さらに有機栽培農家の方からお米作りのお誘いがあり、脱サラ農業への道が開かれていったのでした（↑神様はいます！）。

当時、私は44歳で妻と小学生と中学生の子ども3人を養う身で、家のローンも抱えていました。一見

無謀な挑戦にも見えますが、私なりに考えてそれなりの準備をしたうえで行動しました。

しかし……妻は大反対！（年収6割以上激減、今思えば当然ですよね）

しばらくは（結構長い間）口も聞いてもらえず、離婚・家庭崩壊の危機でした。

でも、私としては最低限の生活費の用途を立てたうえで、子どもたちが安心・安全な食生活を送れるようになるため、家族にとつてもいい選択だという確信がありました。

年収激減は確かに厳しかったですが、それ以上に「自由な暮らし」が何よりも魅力的でした。

そのため、そこはなんとか耐え忍び、覚悟をもって自給百姓生活を続けているうちに、家庭崩壊の危機も次第に回復していき、気づけば今年で24年目を迎えていました。

農的自給百姓生活に関しては、当初、経験も知識もなく苦勞の連続でしたが、今ではお米や季節の野菜・保存食品などほとんど自給できるようになり、多少ですが販売もできるようになりました。

食の安全を求めて始めた作物栽培なので、オーガニック栽培は当然ですが、その中でも肥料と種にはこだわりをもってやっています（理由は本編で）。

現代社会では、お金さえあれば食べ物に困ることはないですが、食材の内側まで丁寧に見つめたとき、安全性に疑問を感じるもので溢れかえっているように感じます。

「健康の基本は食にあり」とはよく言われることですが、我が家の食をオーガニック食材に切り替えた結果、私自身や家族の健康が劇的に改善し、家族関係もよくなっていきました。

本書では、これから小さな農業（自給的、農的暮らしなど）、特にオーガニックでやっていこうと考えている方にとって、少しでも参考になればとの思いで書かせていただきました。