



野菜を育てて元気になろう

前回のニュースでは「野菜を育てて笑顔」について書きましたが、今回は元気です。笑顔と元気はどこかでつながっていると思いますが、今回は元気に焦点を合わせて、なぜ野菜を育てていると元気になるのか、考えてみたいと思います。

まず第1に挙げたいのは、生命の力です。種を畑にまいて2、3日後発芽したのを見る時、特にその働きを感じます。「今、ここ」を懸命に生きています。第2は、野菜は時間の経過と共に成長します。花を咲かせ、実をつけ、日々大きくなっていきます。第3は私の個人的体験ですが、夕方、畑で農作業を終えて夕焼けを見る時です。今日も一日を生きて、パノラマのような美しい夕焼けをご褒美のように見ることができる。身体は農作業で疲れていてもストレスを解消し、気持ちが一気になっているのを感じます。

代表理事 阿部 義通

[illegible]

1. JVEC 年次社員総会のお知らせ

10月18日(金)午後5時から JVEC の年次社員総会を開催します。とても重要な総会ですので、会員の皆さんは是非ご出席ください。

◎場所：ハゴロモビル5階 会議室

◎時間：午後5時～6時

◎議題：第4期事業報告

第5期事業計画案

※総会の後、同じ場所で約1時間の懇親会を予定しています。(阿部)

2. えごま日記「エゴマの台風対策」

9月22日の台風で、枝が折れたり倒れたりしないか心配でしたが、多少影響を受けた程度で済み、安心しました。しかし、また発生したようで、予想経路が島根を通るので、また来たかといった感じ
です。毎年台風が来るのはわかっているので、倒れないようなるだけ低めに育て、土寄せをしっかりして根を張らせることが大切です。（柴原）



無事に成長するエゴマ

3. 「第二の故郷づくり」プロジェクト

JVECは都市部の屋上菜園の普及と都市と地方(農村)の交流を2大目的としています。いよいよ2番目の交流プロジェクトに本格的・総合的に取り組む機会がきました。現在プロジェクト案をまとめる段階に入っています。このプロジェクトの特長を一言で表現すれば「都市住民と地方・農村の人々が交流し、お互いに実りある成果を出す」というところにあります。(阿部)

4.「神田の森」プロジェクト 神田のビル・屋上の畑と果樹園

屋上でモリンガが成長しています。野菜を育てる屋上の畑と一緒に植えられました。深さ15cmの土ですが、写真のようにしっかり根がはり堂々とした木になってきました。「ミラクルツリー」と呼ばれ、スーパーフードとして、食品、サプリメント、ハーブ茶、化粧品として利用されているモリンガ。葉をちぎり、そのまま食べるのも屋上ならではです。(伊藤)



モリンガの木

5. 屋上菜園総合マニュアル

お待たせしていますが、10月下旬に「屋上菜園総合マニュアル」が製本化されます。マニュアルは以下のような構成になります。

- ①屋上菜園栽培マニュアル
- ②本業貢献マニュアル
- ③設計マニュアル
- ④施工マニュアル
- ⑤イベント企画・運営マニュアル
- ⑥野菜セミナーテーマ集

私たちが今までに培った10年以上の屋上菜園活動の集大成的意味合いを持ったマニュアルとなります。JVEC会員の皆さんに活用していただくため、このマニュアルを使った講習会も開催する予定です。

(阿部)

□ JVEC 年次社員総会 10月18日(金) 午後5時～6時 場所／神田ハゴロモビル 5F (千代田区内神田 1-10-8)

□ 三井住友海上火災 栽培指導(24区画) 毎週土曜日
5日・12日・19日・26日指導 午前10時～12時
阿部・庭野
場所／三井住友海上火災ビル屋上(千代田区神田駿河台 3-9)

□ 台東区老人ホーム 栽培管理作業(2区画)
および講習/ワークショップ
10日・24日 午後2時～4時 隔週水曜日
阿部・庭野・丸原 場所／フレスコ浅草(台東区浅草)

□ 北千住ルミネ屋上菜園作業(13区画) 毎週水曜日
2日・9日・16日・23日・30日作業 午前9時～11時
阿部・阿部(延)・丹羽・庭野・藤掛・丸原・森川
場所／北千住ルミネ(足立区千住旭町)

□ 墨田区老人ホーム 栽培管理作業(6区画)および懇談会
9日・23日 午前9時30分～11時30分 隔週水曜日
阿部・丹羽・庭野・古庄 場所／こまち墨田館(墨田区押上)

9月の活動報告

◇ 台東区老人ホーム部会 フレスコ浅草 ◇ 11月30日の収穫祭に向けて 野菜は順調に成長

9月3日に種まきしたダイコン(三太郎)、ミズナ、カブ、ニンジンが台風にもめげず順調に成長しています。9月26日には入居者の皆さんと一緒にダイコン、カブの間引きをしました。その後はハクサイとレタスの苗の定植も一緒に。この調子なら11月30日の地域の人たちとの収穫祭はきっと盛り上がりそうです。報道関係の取材も予定されています。(阿部・庭野)



カブの間引き

◇ 墨田区老人ホーム部会 こまち墨田館 ◇ カイワレダイコン栽培と花の植付け

9月11日は丹羽さんが入居者の皆さんにカイワレダイコンの作り方を説明・指導。それから10日間、大きくなったカイワレダイコンを収穫し、味噌汁にサラダに使い、大変喜ばれたとのこと。また25日には古庄さんの指導の下、木枠セット2つに秋の花を皆さんと一緒に植え付け花畑ができました。詳しい様子は「千歳会」のブログにアップされています。(庭野・阿部)



植え付けられた花々

◇ 北千住ルミネ屋上菜園部会 ◇ ブドウ収穫、秋冬野菜の種まき・植え付け

まだまだ暑さが残る9月ですが、菜園では秋冬に向けた準備が始まっています。そんな今月はまず、ブドウの収穫を行いました。収穫直前に台風15号が関東に上陸し、一部木枠に修理が必要になったものの、果実は被害を受けることはなく甘いブドウ(糖度17)を20房ほど収穫することができました。来シーズンのブドウ栽培は規模の拡大も計画中です。そして、施肥し、耕耘して何も無かった区画で一斉に新たな栽培が始まりました。まずダイコンは、土の深さ20cmの区画に畝を作り、2条30cm間隔で種を播きました。播いた種は一週間ほどで早くも芽を出し、今後が楽しみです。ハクサイ、ブロッコリー、カリフラワーの苗を定植しました。ミズナ、シュンギクなどの種播きが始まります。それにしても今年は台風が多い年です。安全対策には十分注意しながら栽培作業をしていきます。(藤掛)



ぶどうの収穫

◇ 三井住友海上火災(株)駿河台菜園部会 ◇ テレビ取材・BS 東京

全部で24区画ありますが、殆どの区画で秋冬野菜の栽培が始まっています。幸いなことに台風15号の被害もあまりありませんでした。JVECの区画のモリंगा、エゴマが収穫期に入っています。利用者の皆さんにはご自分の区画での作業の後、JVECの区画に寄ってモリinga、エゴマの葉を収穫して頂いています。9月24日(火)午前7時50分から屋上菜園の様子がテレビのBS東京で放映されました。(阿部・庭野)

\\ JVECホームページは毎月更新されています。会員の皆様は是非ご覧ください。→<https://www.jvec.jp/>