



## 最近の出来事 1/5



3月13日

## 次大夫堀公園の今(3月13日 16時15分)

この花壇にある花たちは、盛り（開花の中心時期）があるとして3月13日では・・・

- ①すでに、終わっている
- ②ちょうど見ごろ
- ③継続的に数カ月さきつづける
- ④これから咲く

と分類したら、どういう関係になるのだろう。

- ①アリッサム ②ビオラ ③スノーボール、ハボタン
- ④球根のタイプ チューリップ

(鶴見、農とみどり)



12月24日



10月18日



3月10日

## 東山野公園階段脇（野菜側）3/16

冬の寒さの中ですが、

アレタ（ブロッコリーとケールの掛け合わせ。日本名：スティックブロッコリー）や、ロメインレタスを育てていましたが、小鳥たちも、食料に困ったのでしょうか、野菜の葉は、ついばまれてしまいました！

その後、順調に育つのかは、定かではないので、空いているスペースに、野菜を何も植えないのは勿体ない！と思いつきました。

成城3丁目の細長アキチで育てた大葉春菊の苗を植え替える時期を逃したので、処分を考えていた物を頂いて来て植えました。大葉春菊は、私も自宅で栽培中ですが、鳥についばまれることなく、順調に育っていますので、今後の生長を見守りたいと思います。！（笹）





## 細長アキチハーブ園 (3月17日)

春先から、秋まで、元気に育ち、楽しませてくれていた、青じそや、日本ハッカも、冬の時期に入り枯れ、一旦処分をしました。

現在は、冬の間、少しずつ芽を伸ばし始めたサフランと、わけぎが、しっかりと葉を伸ばしています。この他、イタリアンパセリを栽培。

そして、細長アキチの片付け作業と共に、ハーブ園を拡張しました。

もう少し暖かくなりましたら、アロエや、スイートバジル、ラベンダーを栽培予定。青じそや、日本ハッカも、こぼれ種からの発芽も期待しています。写真は 分葱、サフラン、イタリアンパセリ (笹)



## ほうれん草ポットの移植実験 (3/16)

ホウレン草、観察記録最終回です。最近の雨でモリモリしています。でもポットのままだが一等賞でした！

1/22 原田さんにいただいたほうれん草ポットをいただきました。3つの方法で育成します。 1) 区画2番で育成 2) フェルトプランター育成 3) ポットで育成 のまま 3/8 原田さんからいただいたポットのままだが一番成長しています。(涌井)



## ほうれん草ポット販売 (2/10)

ポット入りホウレン草をてづくり市場で販売した農家さんと購入者さん。管理法の説明をしています。実地に来てくれたと、大感激されました、良かったです。

その後も毎日説明をうけた通りコメのとぎ汁をかけてられました。

(農とみどり)





## チラシ掲示できる場所を募集

3/1には、てづくり市場のチラシ掲示担当グループ長の児玉さんから 協力者募集のよびかけがありました。

○みなさま、毎月第3日曜開催のてづくり市場です。

街の掲示板などでのチラシ掲示 のご相談・お願いです。  
掲示の場所（カ所）が増えると、集客効果があるようです。  
以前は狛江市の掲示板にもチラシを掲示いただくご支援が、  
ありました。 このところお客様が少ない傾向が気になります。  
チラシ掲載のご支援を希望します。  
掲示箇所のご提案や”自宅前に掲示できます”等のご支援で  
す。 申し出いただけるようなら、児玉LINEか田島LINEに  
お願いします。

## ※現在の掲示カ所

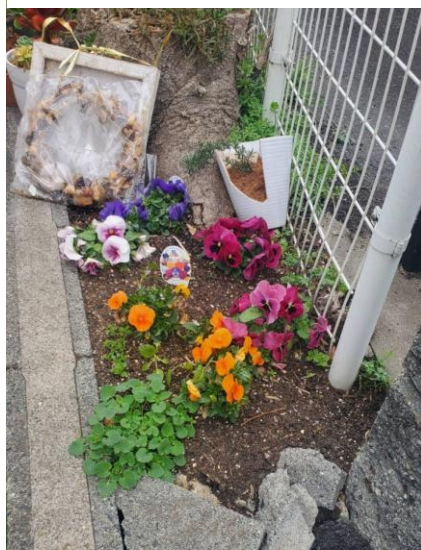
区の広報掲示板：15カ所 町会の掲示板：4カ所

自宅前 ： 2カ所 お店（喫茶店）：1カ所

居酒屋 ： 1カ所 老人施設 ： 1カ所

農家の直売場 ： 5カ所

・・・と案内がLINEグループに発信されました。（農とみどり）



## 細長アキチ 花栽培 (3/17)

10月から12月にかけて鉢に植えたムスカリ、ユリ、ヒアシンスの球根が、少しずつ芽を出し始めました。寒い冬をどう過ごしていたのか、気温の変化とともに成長していく姿を楽しみにしています。今年の目標としている、「これまでにない美しさ」のひとつとして、通りすぎる人々が思わず振り返るような素敵な場所にしたいです。そんな思いから、花壇の今後について育苗の委託を始めることにしました。まずはスイートピーとラベンダーの苗を作ってもらうトライアルを実施しています。この試みが成功すれば、空き地の花壇一面にいろいろな種類のヒマワリを育てるため、育苗を募集したいと考えています。（涌井）





## 【地域イベントで喜多見の野菜を紹介】（3/15）

「一般社団法人 イヴの木」主催の防災フォーラムで、手づくり市場の新鮮な野菜を展示、一部をスタッフの方に提供しました。同団体は女性起業家を育成し地域の課題解決に取り組んでおり、農作やレシピ考案で連携できればと考えています。（磯田）



昨年の6/11の 大平農園  
映画上映会・見学会の画像

## 【地域イベントで喜多見の野菜を紹介】（3/15）

テックリはたけの会のグループLINEに、昨年末ぐらいに大平農園のお手伝い募集が載っていました。覚えている方もいるかもしれません。ボラティア・リーダーの矢野さんからでした。早速1名さんが応募、園主の美和子さんと矢野さんの面接もパスし、2月から毎週1日のボラティア参加をされています。大平農園は、ドキュメンタリー映画でも紹介されている様に、有志のボラティアさんで運営されている農家さんです。都心での農の継続という視点でも、大平農園は貴重な事例です。有機農法という用語ができる以前に、先代が造り上げた無農薬・無化学肥料の農法で運営されています。日本の有機農法の歴史のなかの金字塔の位置づけと聞いております。あの大平農園の畑のためなら、手伝いたいという方は多いと思います。現在ボラティアは充足しているとのこと、御手つだい要員の追加が必要になったら、こちらにも案内があると思います。（農とみどり 協力：大平農園矢野氏）



## 【東京第二友の会さんのバザーで野菜協力】（2/15）

東京第二友の会さんのバザーが2月15日(土)に梅ヶ丘にある友の家で開催されました。農とみどりは農家（小沢農園、田中農園、服部農園）さんのお野菜を集めて協力しました。50年近く継続しているバザーだそうです。「手作りお菓子やパン、手芸品、雑貨、衣料品など販売しています。新鮮なお野菜目玉商品になり大好評で感謝です！！」とのこと。第二友の会さんには、てづくり市場でのお餅つきでの販売要員など、これまでずいぶん活動のご支援をいただいております。※東京第二友の会は雑誌「婦人之友」の愛読者の集まりです。（農とみどり）





## 【販路の開拓 / 野菜販売を実験中】

コジハウスさん（祖師谷）のご協力をいただいて販売実験をしています。城田さん（農家）のフルーツとNPO栽培の野菜（宮川農園）をコジハウスさんに運び、販売手順の実験・検証をしております。なかなか手間と難しさがあり、コジハウスさんのご協力とご理解に感謝しております。2月3月のNPO野菜（大根とブロッコリー）販売額は約7000円でした。

（コジハウスさんからのコメント）

- ①「ここを通るとなにかしら野菜が売られている」と認知されてきた気がする。つまらない住宅街に「今日は何があるかな？」と期待しながら立ち寄り、ちょっとしたトキメキを提供できている気がする。
- ②立ち止まった人と会話ができ、近所の声を拾える。
- ③看板を読んで買っている。
- ④人は値段を見て買っている。
- ⑤料金箱を不用心に置いておいても意外と大丈夫。続信用！
- ⑥柑橘系は何日も売りに出せるが、葉物は2日目にはもうやバくなってくる。
- ⑦野菜が見えるようにしながら日差しをどう防ぐかが課題。
- ⑧売れると嬉しい。しかし、たくさん売れたと思って数百円。農家さんは大変だなあ！と考えさせられる。

など。

（農とみどり担当からのコメント）

- ①農家さんからは販路の追加として、大きく期待されている。
- ②NPO栽培からの野菜は経常的に提供できない。地元農家から運ぶか？
- ③NPOとしても慶元寺の市場だけだと、できた野菜をさばけない。その対処になる販路の開拓はそもそもの目的。
- ④小銭集計や支払いは実はかなりの手間、コジハウスが対応してくれている。
- ⑤美しいパッケージは売れ行きに影響は承知、でもそんなに時間をかけられない。パッケージングや見せ方は農業に付きまとう制約です。

（農とみどり）



## 【てづくり市場3月23日開催】

予定していたいつもの第3日曜は雨で中止。延期開催でした。

- ・人気の焼き芋屋さんは、今回柳さんによる新規でスタートしました。
- ・ハンドメイド作家の笹さん提供のオボン2つ、くつろぎコーナーで活躍しました。
- ・「絵本読み聞かせ」もありました。





## 【「畑しごと」で心も体も整う暮らしへ】

ー 食とつながる、やさしい時間のすすめ ー

毎日の家事や育児、仕事に追われて、気がつけば自分のことは後回し…。そんな生活が続いていませんか？

もし「ちょっと疲れてるかも」と感じたら、畑に出てみるのもひとつのリフレッシュ法かもしれません。

畑作業というと「重労働」や「大変そう」と思うかもしれませんが、実は心と体を整えるのにぴったりな活動なんです。

たとえば、土を触っていると、余計なことを考えずに目の前の作業に集中できます。自然と「今、ここ」に意識が向いて、頭の中がスッキリしてくる感覚があります。

また、植物は生きています。水をあげ、太陽を浴びて、少しずつ育っていく姿は、私たちの心にもやさしく働きかけてくれます。「今日も元気そう」「もうすぐ実がなりそう」そんな小さな発見が、毎日の励みになるのです。

そして何より、自分で育てた野菜を収穫し、それを食卓に並べる瞬間は格別のよろこび。

採れたての野菜はみずみずしく、香りも味も豊か。新鮮な野菜は栄養価も高く、野菜本来の力をしっかり体に届けてくれます。

それだけでなく、自分の手で育てた野菜には自然と愛情がわき、「ここまで大きくなってくれてありがとう」と感謝の気持ちが生まれます。食べることが“作業”ではなく、“感謝とよろこび”に変わるのです。

また、畑で採れた季節の野菜は、腸内環境を整える強い味方です。食物繊維や植物性乳酸菌が豊富で、腸内の善玉菌を育ててくれる。腸と脳はつながっているといわれ、腸の調子が良くなると気持ちも安定しやすくなります。

さらに、私たちはつい「これを食べたら太るかも」「栄養バランスは大丈夫かな」と頭で考えすぎてしまいがちですが、実はそれが体にとってはストレスになることもあります。

反対に、「わあ、美味しそう！」「美味しい！」と五感をしっかり働かせて味わうことで、消化もよくなり、体も心も満たされます。吸収力が高まり、内側から元気に、そして若々しくいられる秘訣は、実は“食べ方”にもあるのです。

畑作業は、ただの作業ではなく、「食べる」「感じる」「整える」時間でもあります。

ほんの少しでも、自然とつながる時間が、きっとあなたの心と体をやさしく包み込んでくれますよ。

(寄稿 神田由佳 管理栄養士/防災士)





# 農とみどり 予定

次回のおてづくり市場は 4/20 です。

2025 4/20(日) 第3日曜日  
雨なら翌週の 4/27  
9:30 ~12:00@慶元寺駐車場

## てづくり市場

地元で採れたお野菜を販売します  
宇奈根・喜多見・狛江 辺りの仲間  
毎月第3日曜日  
地元の採れたてお野菜と  
地元民の個性あふれるお店が大集合！

<出店>  
採れたて野菜、てづくりプリン、小物、  
リサイクル品、10分間ほぐし など多数!!  
※出店内容は変わる可能性があります  
※雨天延期予定です。  
マイバックと一緒に！

お気軽にお立ちください

私たちは、この地の畑を大切に考え、農の継続を願い、保育園行事や慶元寺での野菜販売（市民の市場）/農に係る映画上映会/畑の手伝い などを行っています。

主催 NPO 農とみどり  
3/23(日) 事務局長(出竹・田島) : 090-6159-2693



3月30日  
区のみどりと花いっぱい協定の 花壇  
農とみどりは、次太夫堀公園駐車場入口の花壇も担当してます

2025 3/23(日) 3/1(日)は中止  
9:30 ~12:00@慶元寺駐車場

## てづくり市場

毎月第3日曜日  
地元の採れたてお野菜と  
地元民の個性あふれるお店が大集合！

出店情報  
・野菜（喜多見、狛江、川崎）・お餅つき  
・てづくりプリン  
・シフォンケーキ  
・てづくり小物、リサイクル品  
・10分間ほぐし  
・ジャンボシヤン玉  
・おせんべい  
・ハンドメイド雑貨  
その他出店多数！

※出店内容は変わる可能性があります。※会場は慶元寺駐車場隣の公園駐車場です。  
※雨天延期予定です。※駐車場は無料です。

私たちは、この地の畑を大切に考え、農の継続を願い、保育園行事や慶元寺での野菜販売（市民の市場）/農に係る映画上映会/畑の手伝い などを行っています。

主催 NPO 農とみどり  
お問合わせ：事務局 出竹・田島 (090-6159-2693) ちやう

<https://www.nou-midori.org/>

「農とみどり」のオフィシャルサイト  
スマホからは、QRコードから  
簡単にアクセスできます。



ご不明な点や、ご意見ご希望はなんなりと、このメールアドレスにお願いします。

Copyright © 2023 せたがや喜多見農とみどり, All rights reserved.

メールアドレス: : [info@nou-midori.org](mailto:info@nou-midori.org)

喜多見4-9-7 世田谷区, 東京都 157-0057