

つながる心・広がる力  
JAあおぞらが贈る情報マガジン

# 喜楽

2014. June Vol. 8

# 野菜を作ろう！！

〜今回はプランター栽培をピックアップ〜



レポート

野菜づくりを  
通した食育



## たくさんさんの種類を、 少しずつ

「こんなのしか無くて恥ずかしいんですけど・・・」と言いながら紹介してくれたのがプランター栽培の野菜たち。ピーマン、ナス、トマト（小玉・中玉）、オクラ、ネギなどが植えられている。実は家庭菜園を始めたのは去年からだという。

「私の場合は、子供たちに食育をしたかったんです。自分たちが食べているものがどのようにして育ち、どんな苦労があるのか、それを実際に体験させてあげたいと思ったのがきっかけでした。」  
うくん、さすが保母さん。



ピーマンの手入れ(?)をする剛紀くんと美乃ちゃん



持田家の新しい家族、生まれたての子犬たち。生後一か月ほどだそうだが、名前はまだ無いらしい。

(注: 貰い手は決まっているそうです)



廃材利用プランターで順調に育っているナス



## 食育をやってみて、感じたこと

「実際にやってみると、やっぱり子供だから色々やってくれちゃうんですよ(笑)。葉っぱをちぎったりまだ青いトマトを収穫してくれたりとか。そういう時に自分も一緒になつて作業しながら教えるんです。例えばトマトだったら、色が赤色になったら収穫するんだよ、とか。あとは子供自身の体に例えて教えてあげると早く理解してくれそうですね。(ミニトマトが)2センチになったら収穫していいよ、2センチはこれくらいだよって。」では実際にどんな変化があったのだろうか? 「変化というか、野菜を気にするようになりましてね。誰に言われるでもなく、自分から水やりをしたり、実がついてきたよって教えてくれたり。あとは身のまわりのことも自分から進んでやってくれれば言うことなしなんですけどね。」



こちらも廃材利用プランターで育っているオクラ。木枠も健太さんの手作りだ。



## 失敗したって、 気にしない

「私たちは自分で食べる分を作っているだけなので、見た目には全くこだわりません。失敗もありますけど、それもまた勉強ですしね。わからないければ保育園には先輩方がたくさんいらつしやいますし、プランターもウチはホルスタインのエサ容器の再利用です。誰でも出来ますよ。まずはネギくらいから始めてみるのがいいかも知れませんね。」  
皆さんもチャレンジしてみてくださいいかがでしょうか?





野菜を通して未来を見つめる、

四人と五匹



町内で家庭菜園を楽しむ女性を紹介する野菜を作ろう。  
今回は野神鍋地区の持田郁美さんの登場です。



## 誰でもはじめられる、野菜づくり

「いやーすいません、中々時間が取れなくって」屈託のない笑顔でお気遣いの言葉をくれたのが、今回取材させて頂いた持田郁美さんだ。実は以前から取材のお願いをしていたのだが、中々日程が合わなかったのだ。でもそれもそのはず、郁美さんは二人の子供を育てながら、普段は蓬原保育園の保母さんをしているのだ。

元々は立本地区の出身だが、種子島出身で削蹄師をしている夫・健太さんと知り合い結婚。この野神鍋地区に家を借りて6年になるという。今では長男の剛紀（こうき）くん（5歳）と長女の美乃（よしの）ちゃん（1歳）に囲まれて忙しくも幸せな毎日を過ごしている。



妹の菜津美さんとは今でも実家の手伝いを一緒にしているという。

がんばれ!!



鹿児島ユニテッドFC

KAGOSHIMA UNITED FC

JAあおぞらは、鹿児島ユニテッドFCを応援しています。

コンバイン

バインダー

収穫機点検会

7月1日(火)~3日(木)

JAあおぞら燃料機械センター 099-475-1212



## 野菜

ナス科

原産地：南アメリカ

# ピーマン

暑さに強く病害虫も少ない

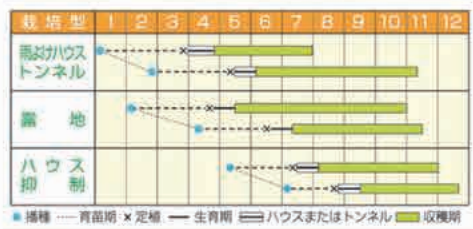
ピーマンはナス科の一年草。栽培品種としてはトウガラシに分類されます。日本では明治初頭にアメリカから伝わったイスパニア種を品種改良した緑色のピーマンが多く出回っています。近年ではカラーピーマンも出回るようになってきました。ピーマンはビタミンCが豊富なことで知られていますが、実は緑色の時よりも熟して赤色や黄色になった時の方がビタミンC

●栽培のポイント  
 が増加するそうです。ピーマンは高温性の野菜なので気温が十分に上がってから植える方が上手く育てる事が出来ます。1番花が咲いている苗を購入するのがコツです。日当たりのよい場所育て、株元の枝葉が込み合ってきたら摘葉して風通しと日当たりを良くしてあげましょう。ピーマンに発生しやすい病気はモザイク病と黄化

エソ病です。モザイク病の対策法ですが、モザイク病はアブラムシが菌を運ぶためアブラムシ類の飛来を防止する等の対策が必要です。定植時に薬剤を施したり、発生初期に薬剤を散布してアブラムシ類を駆除します。また、周囲の雑草を取り除いたりすることも大切です。薬剤を使う事に抵抗がある方はシルバーマルチやシルバートープなどを設置して飛来を防ぐのも有効です。ピーマンの栽培には石灰が重要です。敷き藁をするなど、乾燥防止が石灰の効果を高めます。

## おすすめの品種 『こどもピーマン』

『こどもピーマン』は、これまでのピーマンに比べて苦くなく、ピーマン臭がない品種で、さらにビタミンCやカロテンが豊富に含まれており、栄養価が高いことも特長です。一般的なピーマンやパプリカとは形状も味も異なり、肉厚でジューシーさを持つ、これまでにない新しいタイプのピーマンです。果実は長さ約10cm、重さ40gほどの使い切りのサイズで、果皮はスムーズでツヤのある濃緑色でキュートな果形をしています。



JAは協同組合だから組合員しか利用できない、JAだから農家しか利用できないと考えている人は意外に多いようです。実際のところ、農家以外の方にとってはまだまだなじみの薄いのかも知れません。

JAは、農家でなくても、組合員の方でなくても、サラリーマンの方、主婦の方、若い方まで、どなたでもお気軽にご利用頂けます。

これからもJAあおぞらでは、地域の皆さんとの結びつきを大切にしながら、地域の協同組合として、皆さんの夢や幸せ作りのお手伝いさせていただきます。

JAは組合員でなくても、農業を営んでいない方でも誰でも気軽に安心してご利用頂けます。

※業務の一部について、出資をして頂くことが条件となる場合があります。

### 発行元

あおぞら農業協同組合 企画管理課

〒899-7402

志布志市有明町野井倉1373-1

TEL 099-474-1211

FAX 099-474-1218

