



「楽・楽 田沢菜園 in 所沢」



所沢市生ごみリサイクル推進委員
所沢市環境推進委員・エコリサ会員
田沢 真佐子

新鮮で安全な野菜を食べたいという思いから家庭菜園を始めて約 20 年、無農薬、有機肥料にこだわって野菜作りをしています。いろいろな経験をつみながらやっと美味しい野菜を食卓に並べることができるようになりました。

我が家の菜園の様子と力を入れている堆肥作りを紹介して、皆さんの野菜作りの何かの参考になればと思います。

【わが家の菜園】

わが家の菜園は所沢市の東部地区にあり、近くに日大芸術学部のキャンパスがある静かな住宅地に隣接しています。面積は 60 坪ほどです。

このあたりは江戸時代に開発された農業地区です。所沢市の「下富」「中富」そして三芳町の「上富」の三地区を合わせた地域で三富新田と呼ばれています。今でも江戸時代に開拓された農地の面影を見ることができ、貴重な自然が残されています。そんな大自然の真っ只中にわが家の菜園があります。

わが家の菜園では 3 種類の堆肥を使っています。コンポスターで作る堆肥、ダンボールコンポストで作る堆肥、これらは台所から出る生ごみが原料になります。そして堆肥の中心となる落ち葉堆肥の 3 種類です。

ダンボールコンポストは後ほど詳しく紹介しますが、ここではコンポスターで作る堆肥作りと落ち葉堆肥の様子を紹介いたします。

コンポスターは知人から頂いたものも含め 3 基あります。野菜くずなど新鮮な生ごみの一部はダンボールコンポストで処理しますが、このコンポスターには様々な生ごみを投入します。

一つのコンポスターで約 4 ヶ月程の生ごみを処理することができ、一年ほど熟成させてから堆肥として使用します。



＜コンポスター＞

次は落ち葉堆肥です。毎年 11 月頃、近くの公園と聖地霊園から落ち葉を集めてきます。

集めてきた落ち葉に米ぬかを混ぜ適当な水分を補給して菜園の隅に積み上げます。発酵が進むと落ち葉の内部は 60℃を越えることもあり、10 ヶ月ほどで落ち葉堆肥が完成します。



＜落ち葉堆肥＞

落ち葉堆肥の発酵で出る熱を利用して 3 月頃春野菜の芽だしを行います。落ち葉の上に置いたビニールを張ったボックスの中に芽だしをするポットを入れます。これは「踏み込み温床」の簡易版で古くから使われてきた手法のようです。



＜春野菜の芽だし＞

菜園では、トマト、ナス、きゅうり、ジャガイモ、小松菜、チンゲン菜、ニンニクなどの定番野菜の他にのらぼう菜、ミーシー、なた豆など珍しい野菜も作っています。

なた豆は「ジャックと豆の木」のモデルになった豆の事と聞きおよんだ事がありますが、花はかわいらしいのですが、本当に名前通りにナタの様な豆がぶら下がります。福神漬の中にひょうたんを



＜ナタ豆の花＞

縦に切った様な形をしたものを食べたことがあると思います、これが若い未成熟のナタ豆です。大きく成熟したナタ豆をどのように利用するのかといろいろ調べたところ、口内炎、歯槽膿漏、皮膚病、咳などの様々な疾患に効用があると書かれていました。とりあえずわが家では、毎日愛飲している薬草茶の材料として使用しています。



<ナタ豆>

わが家の野草畑には白花ゲンノショウコ（下痢がすぐ治るという「現の証拠」から名づけられた）、カキドウシ（胆石、腎臓結石、糖尿病等に効用あり）、藪甘草、ツワブキ、ビワ等もあります。それぞれを生活の中のちょっとした打ち身や疲れ、吹き出物等に利用しています。



<ゲンノショウコ>



<藪甘草>

藪甘草は新芽を酢みそで食べると美味しいと聞いていますが 6 月頃に咲く花がとてもきれいでなかなか食べることが出来ません。

自然からの贈り物はまだまだあります。毎年ラズベリー、ブルーベリー、ブラックベリーからは美味しいジャムができています。食べきれないジャムは煮沸消毒し瓶詰めとします。よく脱気した瓶詰めのジャムは常温で3、4年間保存することが出来ます。

毎年作るジャムの味も微妙に違っていて食卓の話題になります。自分が作るケーキやパンにちょっと添えて楽しんでいます。

菜園を始めてからはお天気の話が開口一番の話題です。環境、食、健康それぞれが全く別物ではなく循環の輪が出来ているなあと強く感じます。



<ブラックベリー>



<ブルーベリー>



<ラズベリー>



<ジャム類>



＜玄米麴のパンとジャム＞

【ダンボールコンポスト】

ここ数年は何か地球に優しいことが出来たらと、これまで続けてきたわが家のコンポスターによる堆肥作りに加え、ダンボールでの堆肥作りも始めました。コンポスター、ダンボールコンポストのおかげで、わが家の燃えるごみから生ごみがなくなり、ごみ出しが本当に楽になりました。わが家の菜園の堆肥は、コンポスターと落ち葉で作る堆肥がほとんどを占めますが、玄関先においてあるダンボールで作る堆肥も微弱ではありますが菜園に貢献しています。

ここ所沢では5年前から市が生ごみ堆肥推進事業を行っています。業者が各家庭から生ごみを収集し、豚ふんと混ぜ堆肥を作ります。出来た堆肥は農家や市民に販売しています。農家の方はその堆肥で出来た野菜を市民へ提供します。循環の輪が出来て来ています。また、さらに広く市民に生ごみの水切りの大切さや個人で出来る生ごみの資源化の方法等を生ごみリサイクル推進委員と市の職員とで公民館等へ出前講座に出かけます。私の担当はダンボールコンポストを使った堆肥作りです。

市の出前講座やイベントでダンボールコンポストを展示し説明をすると、以前より皆さんの関心度が増した感じがします。昨年から今年にかけてテレビで取り上げられたことが大きいのかなと思っています。また、自分が出す生ごみを手軽なダンボールとちょっとした材料で堆肥にかえておいしい野菜や植物を育てられる、そんな一挙両得なエコをしてみたいという人が増えたからかもしれません。一年前のお祭りでダンボールコンポストの説明をし、次の年のお祭りの展示で再び会った時に「ダンボールコンポストを続けているわよ」という言葉を頂くとうれしくなります。

今、わが家の玄関先には二つのダンボールが並んでいます。一つは腐葉土、



2種類のダンボールコンポスト

くん炭、米ぬかが材料のダンボールコンポスト、もう一つはピートモスとくん炭が材料のダンボールコンポストです。前者は内部温度が 40℃以上にもなり分解が進んでいるなあ実感できます。後者は外気温とあまり変わらない温度で、分解はゆっくり進んでいるといった感じです。



腐葉土、くん炭、米ぬかベースの
ダンボールコンポスト

ダンボールコンポストによる堆肥づくりを調べてみると何種類かの作り方が報告されています。いずれも微生物にうまく働いてもらうために水分は6

0%位(ぎゅうっと握った時わずかに湿り気を感じおにぎりができ離すと崩れる位)にし、生ごみは虫が卵を産み付けないうちに小さく切って入れ、均一になる様良くかき混ぜます。

右の表はわが家のダンボールコンポストの材料比率です。

腐葉土ベース		ピートモスベース	
・ダンボール箱		・ダンボール箱	
・腐葉土	5.5 k g	・ピートモス	
・米ぬか	1.0 k g	・もみ殻くん炭	
・もみ殻くん炭	0.5 k g	(比率は6 : 4)	

当初、忙しさのあまりウッカリして何日かそのままの状態にしてしまった事もありました。恐る恐る開けてみると表面に白いカビが出て

いました。後でそれは微生物がうまく働いている証拠だと聞いてホット胸をなでおろした事もありました。湿度の高い季節には虫の発生にも気をつけなければなりません。特に肥料成分に富む米ぬかにつく虫には要注意です。ダンボールコンポストによる堆肥、コンポストによる堆肥、どれも堆肥を作る原理は同じです。私のまわりにはコンポスターやダンボールコンポストで堆肥作りを経験した知り合いが最もシンプルなやり方で、例えば、腐葉土や落ち葉と生ごみを混ぜ合わせるだけで堆肥作りを試みている人もいます。

[あとかき]

今年のがが家のトマトは甘味も強く本当に美味しいものでした。これもミネラル一杯の生ごみや落ち葉による堆肥、そして自然の力のおかげかなと思っています。あなたもぜひダンボールコンポスト、落ち葉堆肥にトライし、微生物の力を感じてください。きっと美味しい野菜と元気な植物に出会うことができると思います。

そして、時々わが家の菜園へお立ち寄り下さい。

ホームページアドレス：

<http://www.santome.opal.ne.jp/saien/index.shtml>

《平成 20 年 12 月作成》

* くわしくは、埼玉エコ・リサイクル連絡会 資源循環委員会にお問い合わせください。