

紫蘭会リハビリファームオープンイベント

Hiro先生の「畑のワークショップ①」のポイント

1. レイズドベッド農法の実践

使う人に合わせて、レイズドベッドを手作りしてみよう。



レイズドベッドとは、木材を使って、地面の上に枠を作り、土を高めに盛り上げた場所で、野菜や植物を育てる栽培方法です。リハビリファームの中に、今回は、2段と3段の高さのレイズドベッドを作ります。地面より高さがあるので、腰をあまりかがめず楽な姿勢で、植え付けなどの作業ができるので、車いすの方や杖を使っている方、膝や腰の痛い方など、様々な身体条件の方でも作業ができ、レイズドベッドの中の野菜やハーブの成長を楽しむことができます。リハビリテーションの活動にも利用しやすい構造です。

2. NO-DIG 農法の実践

ノーディグとは海外で行われ始めている環境再生型農業です。



畑にダンボールを敷き、万葉ユーク(木材樹皮、伐採木、刈草を破碎精選、植物性残渣、鶏糞を混合し微生物と酵素の化学により熟成した「高級活性堆肥」)をおいて、その上で野菜栽培を行います。畑を耕すのではなく植物性の有機物を畑に乗せていきます。微生物が増え、土壌が豊かになり、さらに雑草対策も出来ます。

3. トマトの袋栽培に挑戦

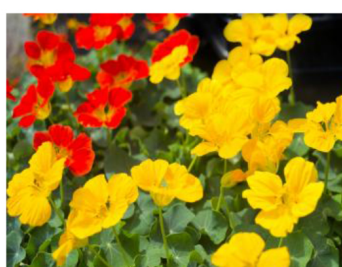
プランター栽培より失敗が少ないという袋栽培を体験。



夏野菜といえばトマトですが、畑がない、場所がない・・・などのお悩みをよく聞きます。そこで、プランターよりお手軽で簡単に出来るというトマト栽培を教わります。土選びから、植え方、支柱の立て方、目かきの仕方、摘果の仕方、水やりの仕方、置き場所など、野菜作り基本を学びます。初めての方も、また何となく見よう見まねでやっていたという経験者の方にもおすすめです。

4. コンパニオンプランツを使う

野菜や花と一緒に植えることでよい影響をあたえる植物。



コンパニオンプランツは、香りによって害虫を防ぐもの、害虫をおびき寄せるもの、土壌改良や連作を可能にするもの、病気を防ぐものなど効果は様々です。生育がよくなる、風味や味がよくなるといった作用があります。相性のよい植物を組み合わせることで、無農薬栽培が可能になります。育てたい野菜や花にあったコンパニオンプランツを知り、野菜作りを楽しみましょう。