

## 高齢化社会と農作業

日本は高齢化社会という問題に直面している。高齢者は山登りに例えてみれば下り道を、しかもそれもかなり下ったところを歩いている。人生の前半戦では頂上目指して急ぎ足で上り道を歩いていたが、下り道ももうここまで来たら別に急ぐことはない。ゆっくり景色を見ながら降りていく。

会社人間だった時代は組織の中で一定の役割を持っていた。その役割を果たし、ステップアップしていくことがモチベーションになっていた。しかし仕事を離れ高齢者になると、役割から解放される。ホッとした気持ちと同時に寂しさ、不安を感じる。素の自分に戻って「これからどう生きていくか」の自問自答が

始まる。これは大きなメンタルストレスに発展していく一つの儀式、と言えるかもしれない。この自問自答を爽やかなものにするために、視野を狭くしたり、考えが一面的になったりしないように、気晴らし行動が役に立つ。その気晴らしの一つとして農作業をお勧めしたい。ゴルフ、パチンコ、競馬などと違い、殆どおカネがかからず、努力した分の見返り、自然の恵みがある。また農作業は心を穏やかにしてくれる効果がある。農作業は自分という人間の全体性と健康を回復する一つの機会にもなりそう。そう考えると下り道も悪くはない。

代表理事 阿部 義通



## 4月の活動報告

### ◇北千住ルミネ屋上菜園 ジャガイモの様子◇

4月下旬になり、屋上菜園のジャガイモが草丈15cm以上になりましたので、芽欠き作業をしました。今年はジャガイモの種イモを植えつける際に新しい試みをしました。通常は5cm前後の溝に種イモを植え付け、覆土していきますが、今年の北千住ルミネでは土の深さが20cmあるので、15cmぐらいのところに種イモを置き、5cm程度覆土しました。見た目は10cm程度の深さの溝の底にジャガイモが植わっているというイメージ。

屋上菜園では露地栽培と同じような作業ができないことがあります。土寄せもその一つ。薄い土(10cm~20cm)で栽培しているので、土寄せできる土が限られています。ただ、深いところにある種イモの上に溝状の部分があると、水はけが悪い場合種イモが腐るといふリスクがあります。今年はすべての種イモが順調に発芽しましたが、農作業では何か新しい試みをする時はやはり部分的に試して、そのやり方で2、3年やってうまくいったら全面的に採用する、という慎重さが求められると思われました。

只今、屋上菜園ではスナップエンドウが花盛り。さやも増えてきています。収穫開始も間近です。



### ◇ エゴマ部会 ◇ ◇ エゴマ料理・健康教室(第1回)開催 ◇

4月1日(土)午後3時~5時 千代田区一番町のオーガニックカフェ「TIMI」で、島根県川本町でエゴマの有機栽培・加工をされている竹下さんご夫妻をお招きして、JVEC主催のエゴマ料理・健康教室を開催致しました。当日は会場が一杯になる12名のエゴマファンが参加されました。以下はプログラムです。熱気に包まれた和やかな楽しい2時間の集まりでした。

1. 川本町エゴマ栽培物語(お話) 竹下 禎彦 様
2. エゴマ農家として目指していること 柴原 伸行さん
3. エゴマの健康面での効果 阿部 義通
4. エゴマの食品の魅力・価値 竹下 美智子 様
5. 今日のエゴマ料理について説明 竹下 美智子 様
6. 調理 竹下 美智子 様&主婦の皆さん  
【メニュー】1. パン 2. サラダ 3. とりささみの南蛮漬  
4. キウイ寒天 5. スムージー(冬バージョン)
7. 試食会 参加者全員
8. エゴマ料理・健康教室の事務局(柴原さん、阿部)からのご案内



エゴマ

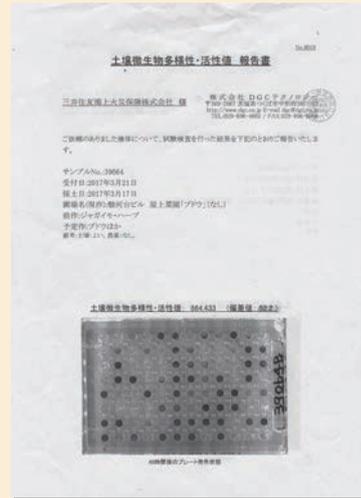
## 4月の活動報告つづき

### ◇三井住友海上火災保険 個人相談開始と土壌分析◇

新年度が始まる4月から菜園利用者の全員を対象に個別相談を始めました。これは昨年度の活動の改善事項の一つです。私たちJVECの相談スタッフは毎週土曜日午後2時～4時、駿河台菜園に出動していましたが、菜園でお会いできる利用者の皆さんは多くても全22区画の内の約半数でした。利用者の皆さんのご都合と合わないケースもあったのではないかと思います。ということで4月からは、ネットを利用して全区画の利用者の皆さんとコミュニケーションをとることにしました。使うネットはfreemlです。freemlを活用して、今後利用者の皆さん全員ときめ細かい栽培相談ができることを期待しています。答える私達はちょっと大変ですが良い勉強の機会になります。

また、3月に屋上菜園の土壌分析を行いました。住友林業様様が専門会社に依頼して上がってきた土壌分析報告書に基づき関係者で協議し、その結果リン酸の肥料(バッドグアノ)とバガス堆肥(実際はボカシ肥料)、竹炭をポイント的に使うことになりました。これから毎年、

冬の時期に土をサンプリングして土壌分析を行い、生物性、化学性、物理性の現状と改善ポイントを関係者で共有し、PDCAサイクルを回していくことになりました。また住友林業の渡辺様から「堆肥・有機質肥料の基礎知識」西尾道德著を紹介して頂きました。JVECとして屋上菜園での施肥設計方針を基準化していく段階に来ました。



## グリーンエッセイ

### その② 屋上菜園ガーデンの恵み

平塚 美恵子 (法人会員)

そして現在屋上は、菜園と天然芝とハーブやオリーブ、ブドウ等がある庭園になりました。6年程の歳月でビルの屋上の景色がびっくりするほど変わり、素敵な屋上になりました。

私たちはビルの1階でカフェを開業しております。もちろん地産地消の野菜でお客様をおもてなしすることを目標としておりますが、すべての物が揃うことは非常に難しいです。

それでも色々な野菜にチャレンジしながら、スタッフ皆で野菜作りを楽しんでおります。

今年の目標はミントで美味しいモヒート。もう一つは菜園BBQです。自分で収穫して、すぐその場で食べましょう。こぼれる笑顔が目に見えます。今年から菜園を応援して下さるスタッフも増え、心強くなりました。ますます野菜づくりが楽しくなりそうです。



屋上ガーデンでBBQ



ビル屋上の菜園

## JVEC 関連ニュース

### ■社員集会の報告

4月13日(木)、上期のJVECの活動を振り返り下期の活動課題を共有するための社員集会を、ハゴロモビル5階で開催しました。上期活動報告・上期決算報告・予算案執行状況について説明の後、下期の取り組み課題(特に会員増加)について意見交換を行いました。なお社員集会の前に理事会を開催致しました。

### ■日本オーガニックフラワー協会主催の説明会

4月14日(金)、オーガニックフラワーの説明会が開催されました。理事の阿部と伊藤が説明会に参加しました。今後屋上菜園ガーデンでもオーガニックフラワーを栽培するケースが出てきそうです。

## 5月の予定

### □神田ハゴロモビル屋上菜園ガーデン整備進行中

現在ハゴロモビルの屋上をリニューアル中です。ブドウが葉を伸ばし、花房をつけ始めています。菜園のイチゴも赤い実をつけ始めています。エゴマとモリンガを栽培するための木製プランターを2つ、組み立てました。神田地区屋上菜園ガーデンのミニタイプのモデルにしていきます。5月末迄にはリニューアルが完成する予定です。