

「屋上菜園で植物栽培」のおすすめ



ミニトマト



大玉スイカ



ブドウ

野菜の種を蒔くと、芽が出て葉を開き、やがて花をつけそして収穫の時をむかえます。

屋上は太陽が輝き、爽やかな風がそよぎます。そして野菜、果樹のみずみずしい緑の葉や色とりどりの花の色、軟らかい手触り、香り、味わい。

私たちは四季に気づき、また五感で植物を感じることで、神経を和ませ、心を癒します。

野菜や花などの成長を見守る時、日々の生活に変化が生まれ、またその成長が私たちの心に活力を与えてくれます。

植物に触れ、五感で感じることは神経を和ませ、心を癒します(アグリヒーリング効果)

植物の成長・変化は日常生活に変化を生み出し、日々の楽しみとなります

植物の成長を見守ることは、今を生きる心の活力となります

屋上菜園の植物は光合成のため都市部の空気中の炭酸ガス(CO₂)を吸収します(CO₂削減)

老人ホーム・屋上菜園のおすすめ



職員の皆さんと一緒にダイコン収穫



長さ25cmのダイコン



サツマイモも収穫できました

植物の成長を見守ることは、入居者の気持ちを癒し、変わりゆく植物の姿が日常に変化を作ります。また手入れをすることで、植物と心を通じ合い、成長を願い、応援する気持ちは、自らの心にも活力を生み出します。さらに関わる人や見守る人同士で共通の話題ができ共感が生まれることで、入居者同士の笑顔のコミュニケーションも活発となります。

同時に共感は入居者と職員との心も繋ぎ、良好な関係を作ることができます。

植物に癒され、受動的な日常に変化を作り、心に活力を生み出します

入居者同士、共感しあえるコミュニケーションが生まれます

職員とも心が繋がり、良好な人間関係ができます

屋上菜園

都会においては、菜園のスペース確保が難しく、鉢植えやプランターをベランダや室内で楽しむ程度しかできませんでしたが、昨今の都市の高温化や省エネルギー対策として屋上の利用が考えられるようになってきました。日当たりが良く、雨も降り風もよく通る屋上は、ある面、野菜作りにも適しています。しかし、人が密集する都会のスペースでは農薬などの使用はできませんし使用する土の量も制約（限界）があるなど様々な課題があります。

（課題）

建築基準による重量制限のため土の深さは15cm程度

農薬や化学肥料の不使用

高温 乾燥 強風などの特殊な環境

屋上から人やモノが誤って落ちないための安全対策

J V E Cの活動内容

J V E Cでは過去14年以上かけて、上記の課題を解決し、商業施設や、オフィスビル、マンション等の屋上やテラスで菜園の運営を手掛けきました。現在は18cmの土（有機土壌）の深さで葉物野菜、実物野菜、さらにはサツマイモ、山芋、ジャガイモなどの根物野菜の有機的栽培を行っております。その中で屋上での野菜栽培、「屋上菜園」の技術を開発し、栽培運営のみならず、屋上菜園を利用した、「野菜のセミナー」及び「親子栽培」、「収穫イベント」などのワークショップ活動も積極的に行ってまいりました。

2018年からは「老人ホーム」や「養老施設」の菜園の企画や運営、栽培指導を受託しています。

< J V E Cの実績 >

屋上菜園の企画 施工

野菜や果樹、お花の有機的栽培

栽培指導、セミナーやワークショップの企画

収穫祭、食事会、草木染などのイベントの企画運営

1. 北千住・ルミネの写真（栽培受託、イベント開催） 2007年～ 全部で13区画（90cm×600cm）



2. お茶の水・三井住友海上火災の写真（栽培指導）



3. 押上・老人ホームの写真（栽培受託、栽培指導、セミナー、イベント） 2018年～



ジャガイモ収穫



ミニトマト、キュウリ、シシトウ



1株から小玉スイカ3個

4. 浅草・特養老人ホームの写真（栽培受託、栽培指導、セミナー、イベント） 2018年～



野菜の葉を使ったコラージュづくり・ワークショップ

5. 新大阪 オフィス・マンション（栽培指導、イベント） 2010年～

屋上菜園で収穫した野菜を料理して、芝生の屋上でビルの入居者の皆さんでパーティ



オリーブの木が実をつけています。
冬に収穫し、オリーブオイルを絞ります。