

「野菜と生きる」物語

私が屋上菜園活動を続けていくことができた理由は、実はもう1つあります。それは屋上菜園での人々との出会いです。本当にいろいろな人たちと出会うことができました。その方たちとの会話、その時の様子などが今でも昨日のこのように思い出されます。1つ例をあげますと、屋上菜園で稲を刈った後、合掌式の支えをつくり、横棒を通して稲を振り分けで乾燥させていました。ある時、その前に立っている若い女性がいました。ずっと稲を見ていましたので、「どうかしましたか?」と声を掛

けたところ、「田舎の母を思い出しました」。それをきっかけにして少し話を交わすことができました。最近そのような出会いを「物語」の形にまとめてみたいと思うようになり、12話の物語を書くことにしました。野菜を食べるだけでなく、野菜から小さな勇気、感動をもらって、明日から元気な日々を送る、そんな12話にしたいと思います。12話全部を来年の春頃までに書き終えることが目標となりました。

代表理事 阿部義通

JVEC プロジェクト & 関連ニュース

1. デパート屋上果樹園カフェ

デパートからの問い合わせ状況

先日、大阪の心斎橋のデパートから屋上菜園の件でお話がありました。今後、デパートの屋上で「屋上菜園ガーデン化」の本格的動きが出てくるのではないかと期待しています。

(中島)

2. 子育て支援「遊心」

子育て応援としての野菜作りとその指導

この度、「一般社団法人遊心」と協力し、子育て中の親子を対象に屋上菜園での野菜作りを指導・サポートすることとなりました。「遊心」は児童の野外活動の指導者養成の活動団体です。「遊心」とJVECが共同で作成した、「子育て応援、屋上菜園での野菜作り教室」のプランが、この度「公益財団法人 東京都福祉保健財団」の助成対象事業として選出されました。今後3年間にわたり、屋上菜園等を利用し、野菜作りの指導・サポートを実施していく事となり、現在、具体的なプランを作成中です。今後、活動結果など報告していきます。

(伊藤)



新会員紹介

斎藤 香織 (さいとう かおり) さん

花屋経営



板橋区で花屋をしております。開店して3年ですが、花屋をはじめてお花やグリーンによる癒しの効果を実感しています。テーブルに1輪置くだけでその場が明るくなり、グリーンがあれば安らげる気持ちになる。JVECさんに入会して、もっとお花や緑で心豊かに生活ができるようお手伝いできればと思っております。

辻 光 (つじ ひかる) さん

主婦



新しく会員になり、経理のお仕事をするようになりました辻光(つじひかる)です。食べること、飲むこと(特にコーヒー)、人と接することが好きで、飲食店で働いていました。今は5歳、2歳、0歳3ヶ月の3姉妹の子育て中で、いかに手際よく美味しいご飯を作るかを日々研究中です!また、安全で、子供達にも楽しく、家計にも優しい食が毎日の課題で、今回JVECの活動に興味湧き、参加させて頂くことになりました。よろしく願い致します。

藤掛 伸 (ふじかけ しん) さん

ライター



今月、個人会員として新たに入会しました藤掛と申します。高校生の頃、学校の課題として自宅でバケツを使って稲を育てた経験から、植物や野菜の栽培に興味を持ち、この度JVEC入会させていただき運びとなりました。当面はライターとして、このマンスリーニュースや「屋上菜園栽培マニュアル」改定時の編集などにご協力させていただきます。JVECの情報発信のために、お力になればと思っています。

11月の活動報告

◇北千住ルミネ屋上菜園ガーデン部会◇

保育園園児のサツマイモ掘り

11月15日(水)午前10時より、屋上菜園ガーデンにて保育園の子供たち・保護者とサツマイモの収穫を行いました。当日は朝のうちこそ雲が多く肌寒い天候でしたが、子供たちが屋上に集まる頃には晴れ渡って気温も上がり、絶好の収穫日和となりました。

先日の試し掘りで確認できた通り、5月に植え付けたサツマイモはそれぞれ約半年の間に大きく育ち、中には子供たちの顔ほどの大きさに育ったものもありました。

サツマイモ掘りは、子供たちがサツマイモの区画を囲うように並んでツルをどかしながら土の中からサツマイモを探す流れで行われ、初めは不慣れな様子で恐る恐る土を掘り返していた子供たちも、次第にサツマイモを探すのに夢中になっていき、見つけたサツマイモの大きさに一喜一憂したり、大きさを友達同士で競い合ったり、土の中にいた虫に驚いたり、元気な声の絶えない楽しいひと時となりました。(藤掛)



芋掘りに夢中のこどもたち



袋いっぱいサツマイモ

◇三井住友海上火災(株)屋上菜園部会◇

ネズミ対策

ネズミ対策の第2弾として、屋外式のネズミ超音波駆除装置を設置することにしました。屋上菜園には電源が無いので、乾電池式を使います。11月下旬、12月初旬は秋冬野菜も収穫時期になってきますので、この駆除装置の効果を確認することができます。(阿部)

◇エゴマ部会◇

現地・川本町からの報告

エゴマ部会担当の柴原です。今月より、現地(島根県邑智郡川本町)からのご報告をさせていただきますので、皆様よろしくお願いたします。さて、えごまの近況ですが、今年は町全体として例年より収量が多いと聞いております。私は、肥料不足が原因で、収量が昨年より少ない見込みです。また、「人生の楽園」というテレビ番組で、私の研修先であった竹下ご夫妻が出演されかなりの反響があり、えごまの認知度がさらに高まりました。(柴原)

柴原さんは現在えごまを85アールで有機的栽培をしています。栽培から加工、販売まで一貫して行っています。将来は面積を拡大して、えごまを育てる仲間を増やし、法人化を目指しています。(阿部)

◇国産スーパーフード部会◇

緑のバナナのパワー!

皆さんご存知でしたか?世界のバナナ消費量の4分の1は黄色く熟す前の緑色のバナナなのです!デザートやスイーツとしてではなく野菜として調理されています。熟す前の緑のバナナのでんぷん質は難消化性澱粉。レジスタントスターチ(RS)といわれています。このRSが素晴らしい。消化されず大腸に届き腸内細菌のエネルギー源となり、腸壁細胞を活性化しきれいにします。その結果、免疫力が高まり、様々な病気から身を守り、美容、アンチエイジングに効果的。また脂肪の吸収を妨げる事も確認されています。更におなかもちつきり。腸内細菌が健康に深くかかわっていることがわかり、グリーンバナナのパウダーが注目されています。(伊藤)

コタキナバル(マレーシア)のバナナ農園にて



12月の予定

- 12月12日(火) 午後4時30分~7時30分 理事会
- 12月中旬~下旬 島根県川本町出張(エゴマ及び地域再生プロジェクトの件)