

リサイクルデザイン

RECYCLE DESIGN

2013
No.226

7

横浜型地域貢献企業
最上位認定取得

特集 * 簡単でお手軽! ベランダ菜園に挑戦しよう!



簡単でお手軽！ ベランダ菜園に挑戦しよう！



マンションや庭の少ない住宅では、自由に植物の栽培をすることが難しい場合が少なくありません。
プランターや植木鉢を並べて、植物を育てている方も多いと思います。
そこで今回は、手軽にできるベランダ菜園についてご紹介します。

失敗しても惜しくない 手間いらずの野菜栽培

庭がなくても、横浜市や農家の方が農地を区画で貸し出してくれる、いわゆる市民農園を利用して、野菜づくりを楽しむことができます。しかし、そこまで本格的に野菜づくりに取り組む知識も時間もないという方も多いと思います。そんな方にぴったりののが、手軽に室内やベランダでちよつとだけ野菜を栽培するベランダ菜園です。

ベランダ菜園は、プランターや植木鉢で各種の野菜を育てるミニ菜園のこと。もちろん、収穫して料理にも活用できます。ベランダ菜園の方法や適した植物などは、たくさんのガイドブックやインターネットに情報がありますので、そちらをご覧ください。ここでは、『リサイクルデザイン』らしく、普段なら生ごみにしてしまう部分を育てて再生する「野菜のリサイクル栽培」やペットボトルを加工して水耕栽培に活用する「ペットボトル栽培」についてご紹介いたします。

不要な茎や軸、根元を育てて 野菜をリサイクル栽培

買ってきた野菜を調理に使う時に、普段なら取り除いてしまう部分を、捨てずに植えて、それを大きく育てるのが「リサイクル栽培」です。例えば、ネギの根元は食べられませんが、調理の時に切り捨ててしまします。この根元を植えて栽培し、ネギとして育ったら、もう一度食用に利用するのです。

リサイクル野菜の利点は、もともと生ごみとなる部分なので、購入費が無料ということ。そのため、たとえ栽培に失敗しても惜しくはありません。

せん。次に野菜を購入した時にすぐ再挑戦ができます。うまく栽培できれば、育てる楽しさも感じられますし、無事に収穫できれば、野菜の購入費がちよつぱり助かります。

コップや身近な器で水耕栽培することもできますし、根が出てきたらプランターや植木鉢に植え替えて、さらに大きく育てることもできます。陽当たりや水遣りで失敗しても、それを経験に、再挑戦していけば、すぐにコツもわかると思います。

野菜のリサイクル栽培は、生ごみの減量にもつながりますし、家計の節約にもなる環境とお財布にやさしいミニ菜園なのです。

リサイクル栽培のポイント

- ヒゲ根のあるものを優先して選ぶ
- 根元から茎を少し多めに残す
- 倒れないように工夫する
- 腐るので茎は水につけない
- 水は清潔に保ち毎日替える
- ヒゲ根にぬめりが出たら洗う

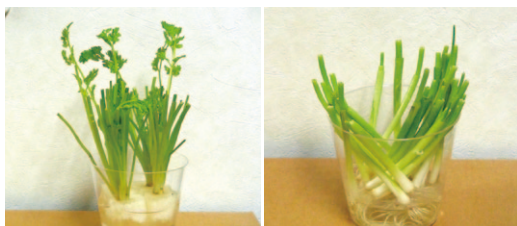
リサイクル栽培できる野菜

- | | |
|--------|----------|
| ●ネギ | ●ルッコラ |
| ●小松菜 | ●クレソン |
| ●ほうれん草 | ●豆苗 |
| ●レタス | ●セロリ |
| ●わけぎ | ●三ツ葉 |
| ●にら | ●しそ |
| ●春菊 | ●大根 |
| ●水菜 | ●人参 |
| ●芥子菜 | ●ハーブ類 など |

リサイクル栽培の実践例

株式会社クラスAネットワークが運営するインターネットサイト「ゲンキ&キレイ」(<http://www.genkitokirei.com/>)に、実際に野菜のリサイクル栽培に挑戦した記事が「実践!再生野菜栽培」として題して掲載されていたのでご紹介します。

大根、人参、小松菜、三ツ葉、万能ネギ、豆苗、パクチーの7種類の野菜を一挙にリサイクル栽培しています。記事では、わずか7日間の栽培で最初の収穫をしています。収穫後もさらに野菜は育っていきますので、さらに次の収穫も期待できます。また、万能ネギ、小松菜、パクチー、三ツ葉などの根があるものは、ヒゲ根が伸びてきたら、土に植え替えることで、さらに大きく育てられます。



3日目

栽培3日目のパクチーと万能ネギ。すでに新しい葉が伸びています。日中は陽当たりのよい窓際に置いていたそうです。



7日目

栽培7日目。この日に収穫したものは、左から万能ネギ、パクチー、小松菜、大根、豆苗。人参ももう少し芽が伸びてくれば、葉の部分が収穫できるでしょう。



このサイトでは、収穫した全部の材料を使って、エスニック風のおかゆを作りました。ほかにも、料理の彩りや薬味、サラダなどに使うこともできそうです。



大根や人参はへたの部分を残し、根のある野菜も、根の部分を多くに残しています。中央のお皿に人参、左回りに万能ネギ、大根、豆苗、小松菜、パクチー、三ツ葉。茎が細くて安定の悪いパクチーや三ツ葉は、根元をスポンジを通して固定。茎が水に浸からないように水量に注意します。



5日目

栽培5日目の人参。成長の遅い人参に、小さな芽が出ています。



栽培5日目。すでにかんりの葉が伸びています。大根と人参はへたの裏側にぬめりが出たので水洗い。また、豆苗は水が濁りやすいので水替えを忘れないように注意しましょう。残念ながら、三ツ葉は栽培に失敗したようです。



室内で水耕栽培できる ペットボトル栽培

ペットボトル栽培は、不用になったペットボトルを再利用して植物を水耕栽培する方法です。水耕栽培研究会(<http://suikouincoming.jp/>)が1999年に発表したもので、テレビや雑誌で紹介されたこともあるので、ご存知の方もいるかもしれません。このペットボトル栽培の方法と注意点などを水耕栽培研究会の矢野信夫さんに教えていただきました。

水耕栽培の利点は、土を用意したり入れ替えたりする必要がなく、水やりも不要なこと。土が原因の病気や害虫も防げますし、室内で栽培すれば、風などに乗って飛んでくる害虫も防げます。

太陽光が当たる窓際などの室内で栽培することを想定していますが、ベランダなどの屋外でも利用が可能です。ただし、養液が薄まってしまつて雨がかからないようにし、風などで倒れないように数本を集めて設置。害虫を防ぐために防虫ネットで覆つなどの工夫も必要です。

ペットボトル栽培の作り方

材料

- ペットボトル ●川砂(バーライト、パーミキュライトでも可) ●エアキャップ(梱包用)
- 吸水性のヒモ(不燃布) ●水耕栽培用肥料(ハイポネックス微粉末タイプや液体タイプも可)



ボトルの砂に苗を植え込み、養液の入ったもう1つのボトルに入れ込む。写真の植物はミント。



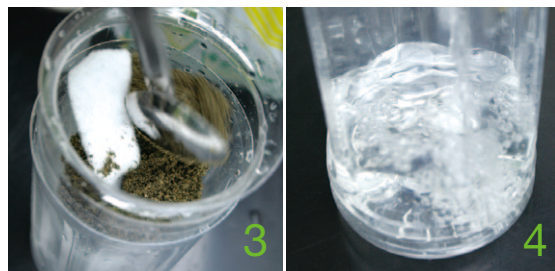
ボトルのほぼ中央をカッターなどで切って2つにする。



口の部分に水を湿らせた不燃布のヒモを通し、ペットボトルの底にヒモが届く長さにして、飲み口のところでヒモにエアキャップを巻いて内側から固定する。



完成。養液の量は、水面が逆さになった飲み口よりも下になるように注意する。



川砂を入れる。ヒモの端が砂の表面から2、3センチ出るようにする。ボトルの底に水を入れ、1000倍に薄まる割合で肥料を加える。



簡単で手軽! ベランダ菜園に挑戦しよう!

簡単防虫液の作り方

牛乳を使う方法

作り方 牛乳をそのままか、
または2倍程度に薄めて散布

効果 アブラムシ

酢を使う方法

作り方 家庭用の酢を50倍に薄めて散布

効果 うどんこ病、黒班病

にんにくを使う方法

作り方 みじん切りのニンニクに熱湯を注ぎ、
冷まして漉した液を散布

効果 カビやアリの予防(効果は1週間)

参考サイト: Gardener Life & Slow life
<http://plaza.rakuten.co.jp/gardener1life/>

手づくり防虫液

どんな街中でも野菜を育てていると虫がやってきます。アブラムシなどは、室内で栽培していても、風に乘って窓から入ってくるため、いつの間にか葉の裏に繁殖していることがあります。効果の高い市販防虫剤はたくさんありますが、料理に使う野菜には、できるだけ安全を考えたいもの。そこで、口に入れても安全なものを利用して、簡単に作れる防虫液をご紹介します。

手づくり肥料

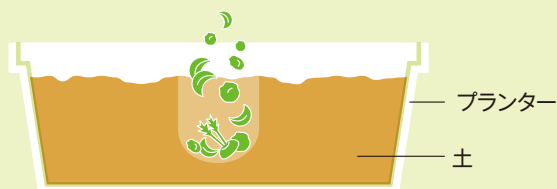
野菜リサイクル栽培やペットボトル栽培では、あまり肥料のことを考える必要はありませんが、大きく育てたり、しっかり栄養があり、味のよい野菜を育てるには、やはり肥料が必要になります。

この肥料も自宅で簡単に作る方法があります。原料は生ごみです。野菜のリサイクル栽培に、生ごみ肥料を使えば、より一層のごみの減量に貢献することになります。

簡単に作れて安全な手づくりの防虫液と肥料

プランターで作る方法

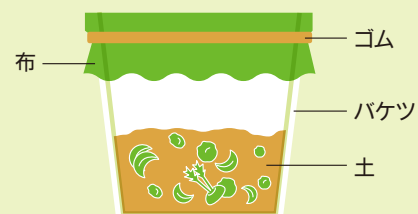
土の入ったプランターに穴を掘り、生ごみを入れて、上から土をかけて埋める。生ごみはそのまま固まりで埋めるよりも、土を混ぜ込んだほうが早く堆肥になる。途中で混ぜることはしない。雨が当たらないようにする。1週間後、埋めた部分に変色してきたら、プランター全体を掘り起こして混ぜ込む。



参考: 生ゴミ堆肥の花咲おじさん
<http://homepage2.nifty.com/hanasaka/index.htm>

バケツで作る方法

バケツに虫や雑菌がいない新しい土、または腐葉土を半分入れる。野菜くずや卵の殻を細かくして、土に混ぜ込む。塩分のある残飯などは避ける。虫が入らないように、通気性のある布で覆う。未分解の生ごみがなくなれば肥料として使用可能。肥料が植物の根に直接触れないように注意する。



参考サイト: 車窓が好き。
<http://porin.blog.so-net.ne.jp/>



始めよう! 3R夢なくらし

第2回

食べ残しを減らそう!『食べきり協力店』 ～みんなで広げよう! 食べきりの輪～

募集中!

みなさんは、レストランなどで食事をされたとき、食べきれずに残してしまったという経験はありませんか。

せっかく出された料理を残してしまうことは、とても「もったいない」ことです。

国の統計(平成21年度実績)では、まだ食べられるのに捨てられているもの、いわゆる、「食品ロス」が年間500万トンから800万トンあると言われています。我が国の食料自給率は40%と先進国の中でも最低水準にあり、こうした点からも「食品ロス」を減らすことが重要となっています。

そこで、横浜市では、「ヨコハマ3R夢プラン」の中心的取組であるリデュース(発生抑制)に取り組むべきと考え、飲食店等と連携して食

品廃棄物を減らす取組として、「食べきり協力店」事業を始めました。

事業の内容は、「小盛りメニュー等の導入」や「持ち帰り希望者への対応」、「食べ残しを減らすための呼びかけ実践」など、食品残さの削減に向けて、その店に合った取組を実践していただくというものです。

平成24年度は、モデル事業として関内地区を中心に実施し、事業の効果や課題などを検証するため、登録店舗に対してアンケート調査を実施したところ、ある程度の生ごみの削減効果を感じていただいたことや、環境に配慮したエコなお店としてPRができたなど、好意的なご意見をいただいています。また、回答をいただいた全ての店舗が、今後も「食べきり協力店」としての登録を希望

しています。

この取組は、単に生ごみを削減するだけでなく、食べ物の大切さや、「もったいない」という意識の浸透という観点からも重要であり、積極的かつ継続的に進めていきたいと考えています。

市内にこの「食べきり協力店」の輪が広がっていけば、飲食店だけでなく、家庭での食べ残しを減らそうという意識にもつながっていくのではないのでしょうか。

「食べきり協力店」は、市民の皆さまにとっても分かりやすく親しみやすい取組なので、市民運動的な広がりを目指して、今年度から横浜市全域で展開しています。

是非、飲食店の皆さまの積極的な参加をお待ちしています。

以下の取組項目のうち、
1項目以上の取組を実践していただける店舗を
「食べきり協力店」として登録します。

- 小盛りメニュー等の導入 ●持ち帰り希望者への対応
- 食べ残しを減らすための呼びかけ実践
- ポスター等の掲示による、食べ残し削減に向けた啓発活動の実施
- 上記以外の食べ残しを減らすための工夫

※食べきり協力店登録状況(平成25年度5月末現在)

248店舗	飲食店	宿泊施設
	244	4



食べきり協力店ステッカー



RD NEWS

今年も「環境絵日記」を募集します！

「環境絵日記」は、環境問題や環境保全について、子どもたちが家庭で話し合ったことや自分で考えた内容を絵(視覚的表現)と文章の組み合わせで自由に表現する絵日記です。

小学生の頃から環境問題を家族で考えることで、子どもたちが正しい環境知識を持ち、「新しい環境意識」を育んでいくことを願って、毎年、夏休みに横浜市内の子どもたちから絵日記を募集し、昨年は過去最高の1万9019作品もの応募がありました。

今年で14回目となる「環境絵日記」のテーマは、「みんな環境未来都市を考えよう」です。「こんな未来」になつたらいいな、「こんな未来」にしていきたいな」など、あなたが思う「環境未来都市」について描いてください。



募集要項

作品テーマ：『みんなで環境未来都市を考えよう』

応募資格：横浜市内の小学校に通う1～6年生(自筆・未発表の作品)

応募用紙：在学の小学校で環境絵日記専用の応募用紙を入手しご使用ください。(※入手できない場合はお問い合わせください)

作品の描き方：絵の具、色鉛筆、クレヨンなどを使って絵を描いてください。(絵と文は応募用紙からはみ出さないように描いてください)

応募方法：在学の小学校へ提出してください。締め切りは9月5日(木)まで

審査結果の発表：10月27日(日)横浜港大さん橋ホールにて開催される『環境未来都市・環境絵日記展2013』会場内で優秀特別賞の発表及び表彰をします。また、リサイクルデザイン賞(入賞作品)を会場内に展示します。さらに、当日会場にて「環境絵日記」応募者全員に来場記念品を贈呈します。

◆個人の部

環境絵日記大賞(1作品) 及び **優秀特別賞**(約20作品)

リサイクルデザイン賞(入賞作品)：全作品の中から500作品程度

◆団体の部

学校賞：(入賞数の多い上位5校を表彰)

問合せ先：横浜市資源リサイクル事業協同組合『環境絵日記』係

TEL：045-444-2531 FAX：045-444-2532 HP：<http://www.recycledesign.or.jp/>

●次号予告

8月号は
「環境絵日記」の特集だよ！



月刊リサイクルデザイン

2013年7月号 通巻226号 2013年6月25日発行

発行所：横浜市資源リサイクル事業協同組合
〒221-0054 横浜市神奈川区山内町13番地
TEL：045(444)2531 / FAX：045(444)2532
<http://www.recycledesign.or.jp>

発行人：高田哲二 編集人：藤本達也 印刷：大日本印刷株式会社
発行部数：91,100部

本誌は古紙70%の再生紙と環境にやさしいNonVOCインキ、油性インキ「SOYA-eシリーズ」を使用しています。

VOC
FREE

お中元に最適！ダブルセット

ダブルセットは、新製品のさわやかダブル24ロール、おなじみのりくみのティッシュ12箱、小結くんお試し巻き(30m)1巻の詰め合わせ。お中元に熨斗紙をお付けしてお届けいたします。

1セット 2,500円

(5セット以上のご注文には割引引きあり)

●お問い合わせ・ご注文

横浜市資源リサイクル事業協同組合 事務局 山中

TEL：045-444-2531 E-mail：mail@recycledesign.or.jp



高齢化社会に対応した地域密着企業として
リサイクル事業にとどまらない
さまざまなサービス提供に努めたい



Recycle Designer Profile

YUU SHIOGAI 16

株式会社山陽紙業専務取締役。古紙の他に一般廃棄物、産業廃棄物を扱う。父が創業した事業を見て18歳で業界に入り、今年で26年目。弟と二人で会社を引継ぎ、二人三脚で事業に取り組む。

横浜市資源リサイクル事業協同組合 金属委員会