



# 食ベジリンクの 触育通信 8月号

隔月発行



こんにちは！  
みなさんの保育園に、作り手の顔の見えるお野菜をお届けしているベジリンクです！  
この触育通信は、「保育園で子どもたちが食べている野菜について、もっと知ってほしい！」と想いを込めて隔月で発行していきます。  
お子様と一緒に楽しみながら、野菜について学んでいただければ嬉しいです！  
第三回目は、農家さんのこだわりの土づくりについて学び、「たい肥」を作ってみましょう！

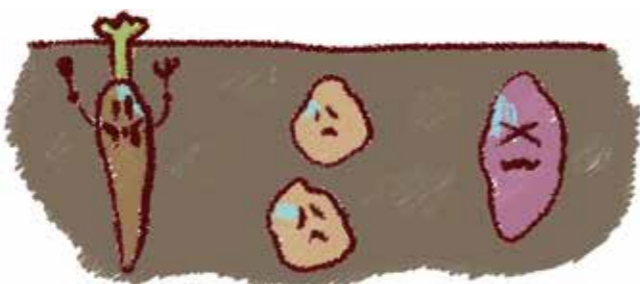
## おいしい元気な野菜は、良い土から作られるよ！

### ゆたかな土



栄養たっぷり 適度な水分 適度な空気

### まずしい土



栄養がない 水分不足・過多 土が固い

おいしい野菜作りに欠かせないものは、太陽と水、そしてゆたかな土壌。農家さんは、さまざまな工夫をして栄養たっぷりの土を作っています。そんな土づくりについて、調べてみましょう！

### 栄養たっぷりの土を作るには？



Q. 土からゆげが出るね！  
どうして、ゆげがでるの？



A. ぼくたち微生物が  
元気だからだよ！



有機物（動物のうんちや、植物）を土の中に入れると、微生物たちが食べます。この時、熱を出すのでゆげが出ます。他の微生物もやってきます



いろんな微生物が有機物をたべ、分解し、うんちをします。それが土をゆたかにします。



できあがったたい肥を、畑に入ると、野菜が元気に育ちます。

## 農家（齋藤完一）さんに、土づくりについて聞いてみよう！



「野菜を作る土に入れる材料は食べられるものしか使わない」ことがモットーです。季節ごとに、必要な栄養素が違うので、いろいろ試行錯誤しながら作っています。材料は、コーヒー豆、落花生のカラ、もみ殻、わらなどを主に入れます。ほかにも昆布、かつお節、おから、酒粕などを入れることで発酵を促し、微生物の活動をより活発にしています。できあがった堆肥を、野菜を収穫した後に、土に「おつかれさま」という気持ちで入れます。1年に2回くらい。



おいしい元気な野菜は、良い土から作られることがわかったよ！農家さんのこだわりの土づくりがあるから、僕たちはのびのびと栄養たっぷりに育つんだね！

## 家庭から出る生ごみからコンポスト（たい肥）を作ってみました！

### 体験談を紹介！



マンションのベランダでもできるコンポストセットを購入してみよう！



届いたキットの中には、必要なものが全部そろっていたよ。準備は10分くらいで完了！



生ごみを入れてみよう。野菜の皮やくず、魚や肉などを入れ、スコップでよく混ぜよう。



虫が入らないようにしっかりと閉じて、風通しの良いベランダに置くよ。

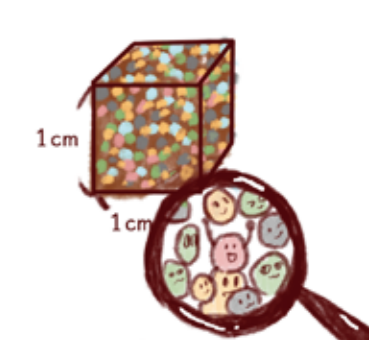
### 触育ポイント



生ごみをたくさん入れても、なかなかいっぱいにならないよ。土の中で水分が抜けて、生ごみが小さくなるんだ！



ほんのりあつたかくなるよ！さわってみよう。



この土の中に微生物が1~10億匹もいるんだよ！

### 編集部より



編集部員は、野菜について調べたり、実際に作ってみたりしながらこの「触育通信」を作っています。皆さんの意見、感想がなによりも励みになります！編集部にごコメントください。 e-mail: info@vege-link.com

### 10月号予告「米特集」

秋といえば、お米の収穫シーズンです。日本人にとって身近な食材で、日本では3,000年前（縄文後期）から食われてきました。どのように作られ、収穫し、加工され、私たちの食卓に上っているかを紹介いたします。



保育園に新鮮野菜を毎日お届け！  
**株式会社ベジリンク - 顔が見えるのその先へ**  
東京都豊島区西池袋 3-33-24

ベジリンクのサイト

