

宇都宮市の市民農園で 自家用野菜の栽培を楽しむO様

第3弾

Season2(2025年 令和7年)記録紹介

～はじめに～

『食』は『医』に通じ健康を維持するには、薬による治療と同じくらい日々の食事が大事だということを識り、自然薯しか作らなかった自分が『**医食同源**』という昔からの言葉で他の野菜もつくる大きな転機になりました。

現代において『**食は軽視されがち**』です。だからこそ『**健康な心と身体**の原点』である農業が大事だと認識。

このことは、多くの方がご存じの菌ちゃん先生こと、吉田俊道さんのYoutube動画でも公開されております。

医食同源の考えを野菜栽培に活かすためにどうすべきかを信頼できる方法で調べたところ、品質と収穫量に絞ったものですが最も基本的な要素は「土壌」「日当たり・水やり」「適切な管理」でした。

更に深く調べると「緻密な土壌管理と分析」「土壌微生物相の改善」などありましたが、優先は、やはり『土と微生物』であり、これまでの自分の取り組みが間違いではなかったと確信するに至り、『**野菜栽培と同じように、土も育てる**』という自分の考えを後押ししてくれました。そうした背景に基づき、Season1(2024年)では記載しなかった、『**どのように土を作り、成果はどうだったのか**』について、以下は、前回Season1の記録と比較した各事例の実践記録です。



今年の特徴

天候： 6～8月の間極端に雨が少なかった

虫害： ヨトウムシ、セスジスズメ、ハサミムシなど
蛾のチュウゴクアミガサハゴロモが目立ってきた。

雑草： 異常に多かった。

他： モグラが多い、すぐ近くにスズメバチの大きな巣ができた。

キクノール使用の主な理由

→基本的考え 自然で持続可能な農業の基本資材

- ・土壌改良材・植物活性
- ・肥料成分や有効成分が500種類近く含まれている
- ・濃度により消毒、良質な微生物増加、害虫忌避効果
土が団粒化し保水、排水性が向上。

カボチャ

Season1(2024年) しっかりカボチャの子だくさん



実は多く均一で数が多い。

1株のMAXは28個味も変わらず！！

形はきれいなハート型、味はホクホク。

重さ およそ2kg程度。

ちなみにネット反対側は坊っちゃんカボチャ、
ウリハムシ、ウドンコ病でキクノールを多用した。

Season2(2025年) 場所を変えたらこれは何？



実は少なかったが大きい！しかもハートじゃなく饅頭型だ。
大きさを測ってみると72cm。去年は3Kgの野菜ネットで間に合ったが今年は5kgでやっと使えた。
ツルの間に挟まったのはYさんにもらった玉ねぎ袋で助けられた。

2年間何も作らなかった土は保水性が失われていたので堆肥を追加し補水後解消した。

ウリハムシが多かった・・・やむなく消毒・・・しつこかった。
ウリハムシには飛行禁止区域を設定したいぐらいだが、ウドンコ病はウェルカム。

出来たのはエッ？と思うぐらいの饅頭型でしかも大きい！
約4kg以上と思われる。切りやすさと食感はず変わらず食べ応えのあるものでした。夏休みに自治会の子供達とPTAが来た時、小学生には重かったようで両手で胸に抱きフラフラしながらやっと持ち帰った程だった。

栽培品	カボチャ 品種: 恋のマロン 10株
面積 (㎡)	20 (L10x W2(m))
月 日	2025年の土づくり内容
3月18日	天地返し
3月20日	リセット、耕起
3月27日	鶏糞・牛糞堆肥・米ぬか・AG土カ・カルスで耕起
4月27日	元肥 All8 を入れて耕起
4月28日	マルチをセットしたが初めてで要領判らず疲れた