

助成事業実施報告書

団体名 資源循環環境研究所

代表者・役職名 氏名 木村 正男



▼報告書の扱い、および記入にあたっての注意点

この報告書(精算報告書以外)は、ホームページなどで公開する予定ですので、広く読まれることを想定してご記入ください。また、編集段階で、表記・表現等を事務局で編集する場合がありますので、あらかじめご了承ください。語尾の表現は「です・ます」調をお願いします。報告書に掲載するため活動の内容がよくわかる写真(2枚程度。写真の肖像権問題がないものの提出をお願い致します)を添付して下さい。

1. 助成プロジェクト名

環境にやさしい都市八王子を目指して

2. 実施団体の概要(創設の経緯、創設時期=法人で、法人化前に任意団体での活動がある場合、その段階からご記入ください。会員数など。180文字程度まで)

誰もが一生元気で病気にならない健康で楽しい毎日が過ごせる環境を提案し提供することで多くの人に参加できる環境の活動を広げて地域社会の発展に「貢献することを目指します。 会員12名

3. プロジェクトの目的とその背景(※応募申請書に記載のものでも可) 250文字程度まで

去年から八王子の桑の実幼稚園の畑(約500坪)で1~5歳の園児約270人に食育活動を行っています。「食」を大切に作る心、日本の食文化を幼稚園児が体験して学ぶ事とで人間として生きる力を育てる事を目的に食育活動を発展させていきます。幼稚園の理事長、先生、園児の父兄も食育の活動には熱心に協力的なので今後もこの活動が継続していく事が期待されます。

4. プロジェクトの内容(※当初予定と変更がない場合は、応募申請書に記載のものでも可) 300文字程度まで

- (1)八王子の地域の活動を盛り上げる魅力的な活動を、他の市民団体などとの交流を行う。
- (2)多くの市民が参加できるやりがいと目標のある活動をめざします。料理研究会や菊芋、ヘビウリの料理レシピ
- (3)他人のまねごとではなく、他の所で行っていない斬新なアイデアで多くの人に興味をもたれる活動を行います

5. プロジェクトの実施で得られた「結果」(OUTPUT。実施回数や参加者数など)、「成果」(OUTCOME。事業によって生まれた直接的な変化)、「社会的な変化」(IMPACT。事業が社会に与えた影響)などの『効果』 300文字程度まで

過去の真如苑」の助成金で耕運機を購入して(オプションの草刈刃で)雑草の管理が軽減され大きな成果がありました。今までは草刈機で20~30センチの丈に伸びた頃の草刈では表面の草を刈り取っていましたが、根が残るため夏場は一ヶ月位で元の状態に戻ってしまいますが耕運機での草刈は根元から掘り起こすため草が枯れてしまいます。又助成金で購入した坊獣フェンスで現在畑の野菜の被害は有りません、今年度は桑の実幼稚園の食育や去年から実施している給食の残采のダンボールコンポストのなどで八王子市の生ゴミ減量で地域の活性化に貢献したいと考えています。

6. プロジェクト実施にあたっての課題、今後の展望など 300文字まで

今後過去3回の真如苑の助成金の成果を再確認して多くの人々の評価と意見を聞いて今後の活動を広げて行きたいと思えます。毎年新園児の入園、卒園でこの活動は継続され、卒園児が大人になっても楽しい思い出となることが期待されます。これからは桑の実ファームの季節の旬の野菜を給食のとして提供する活動広げて行きます。

7. 参考資料

支援対象プロジェクトで作成したチラシ、パンフレットやマスコミで紹介された記事等は現物またはコピー、活動状況の写真などを参考資料として提供してください。

参考資料あり・特になし

元気新聞 冬一番号

平成31年 1月

(2号)

皆さんは寒い冬をどうお過ごしですか？センター元気の木村です。平成最後の夏は連日の猛暑でメッチャ暑かったです、木枯らし一号も吹くことが無く今後異常気象のことが気になります。

私の健康で医者にかからないための活動

- ① 農作業は大自然の環境で日光浴と土いじりで体全体の運動になる。
- ② 生活習慣病を予防する為に体に毒となる食材、トランス脂肪や危険な白砂糖、マーガリンは避けて自分で無農薬の季節の旬の野菜で自給自足を心がける。
- ③ 酵素とは？ 酵素の働き、もっとも優れた酵素の食品とは？について常に意識しています。

*努力目標

健康に有害な食物を極力避け畑で無農薬の野菜作り、雑草むしり土作りで有機肥料を施し野菜の種蒔きなど目標を持って前向きの行動で収穫時の感動で心と人生が豊かになります。

幼稚園の給食の食材としての野菜作りと食材費の節減に貢献できることを目指す。

去年桑の実ファームでさつま芋を収穫した、ビタミンCと食物繊維質の含有に関してさつま芋が一番の優等生だ！黄色い芋はカロチンを豊富に含む。

東京で生活して約50年今まで一度たりともさつま芋ご飯のことを思い出した事が無かったが、なぜか子供の頃母がよく作ってくれた記憶が目覚めた不思議だ、早速作って見た、さつま芋を洗って皮ごとスライスして少々塩味で炊き込んで出来上がったご飯を食べると母が作ってくれた懐かしい味がした。旬の食材で作った料理、ん！！これはうまい◎白米とさつま芋は最強の食べ合わせだ！健康食材として自然の甘みでおかず無しでも食が進む⇒ぜひお試しあれ！！

昔の人のシンプルで理にかなった食事には見成うべきことが多くある。

*桑の実幼稚園の給食にはさつま芋ご飯は既に提供されている。

私の生まれは、宮津市の丹後由良で育ちは京都府舞鶴市です。母の実家の丹後由良は安寿と厨子王の汐汲み浜で有名な所で実家は農家でお米とみかん畑がありました。冬は日本海の北風でメッチャ寒く掘りコタツで毎日安寿みかんを食べたことが懐かしく思い出されます。

⇒舞鶴市は二葉百合子の岸壁の母で有名になった戦後の満州からの引き上げ船の港と記念館がある所です。(世界遺産に認定)
又日本三景の天の橋立も近くにあり観光の名所です。



←少し小さい目のさつま芋
が炊飯器にお米と一緒に



炊き上がったさつま芋ご飯

元気新聞 冬二番号

平成31年 2月

◎ ちょっと気になるいい話 !!

(3号)

平成最後の去年は異常気象の年で農作業は今年も地球温暖化の影響が気になります。

皆さんは八王子市の資源環境部ごみ減量対策課があるのをご存知ですか？人が生活する中で最も環境に関することは家庭から出る可燃ごみの生ゴミです。

八王子市の平成28年度の可燃ごみの内訳で生ゴミは52.7%になっています、生ゴミは宝の山をスローガンにダンボールコンポストの普及活動を行っているエコひろばって知っていますか？ 家庭から出る生ゴミを八王子市で回収するのは有料ですが、ダンボールコンポストで生ゴミを処理して堆肥化して有効利用すれば、経費節減と環境にやさしい取り組みに貢献できて一石二丁です。☀

話は戻りますが教育の一環として、去年から5～6歳の幼稚園児が参加して給食の残飯などをダンボールコンポストで堆肥を作って桑の実ファームで大自然の土との触れ合いと農業体験で季節の野菜作りで一生の思い出となる旬の野菜の収穫体験を行うこと目指して活動を行っています。この取り組みは、八王子市の小学校では既に行っている所はありますが、幼稚園では最初でこの活動にはエコひろばの職員の方の協力により幼稚園での活動記録の実績を報告して指導してもらい他の幼稚園にも広がるのが期待されます！！

これから春に向けて寒い外の冬場の畑で大切な土作りに努力していきます。幼稚園では3月末頃から園児（5～6才）がポットに(カボチャ、スイカ、キャベツ、トマト)などのタネを育て観察してその後畑に移植して、収穫体験と給食の食材にすること目指しています。現在スーパー等ではキュウリ、トマト、なす、キャベツ等の野菜は一年中売られているため季節の旬の野菜を知らない若い世代の人が多くいます。今の活動に多くの人から期待と関心が寄せられています。

畑の寒おこしは土を30cm位掘りお越し、厳しい寒気にさらし病原菌、害虫の駆除、雑草の種の死滅などを目的に行います。凍結と解凍が繰り返され土のリフレッシュになります。

その後石灰、肥料などで春の種まきやポットで育てた苗の移植の準備を行います。☀



幼稚園の園児が給食の残飯でダンボールコンポストに給食の残飯を投入して残飯が分解される過程の温度とその変化のを教職員と記録して畑の堆肥作りを行っています。今後出来た堆肥を桑の実ファームで使用するのが楽しみです。このような活動を見ていると元気がわいてきます。



元気新聞 春一番号

令和元年 4月

雪がとけて川になりますつくしの子がはずかしげに顔をだしますもうすぐ春ですね～さよと気取ってみませんか

キャンデーズの春一番、昭和51年頃まだパソコン、携帯、スマホ等が無い時代で我々が20代前半の頃テレビの歌番組で子供からお年寄りまで日本中が元気になったことが思い出されます。ピンクレディーのUFO、ペッパー警部、サウスポー、、、

現在畑畑に植えられている野菜、大根、玉ねぎ、九条ねぎ、ソラマメ、キャベツ、ミニ白菜、カリフラワー、人参、ほうれん草、ジャガイモ、なす、ピーマン、トマト、キュウリなど
今後 へびうり、トウモロコシ、スイカ、カボチャ、、、、、、、、

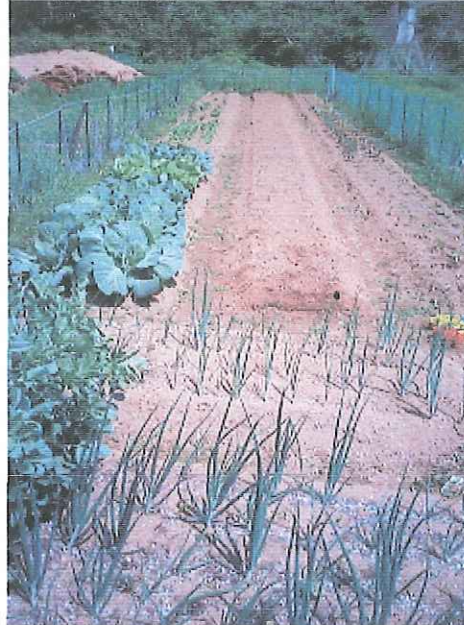
桑の実ファームの現在の状態

ソラマメの実が付いてきました



ミニ白菜とカリフラワー

中央の畝約28畝が園児用



ピーマン、トマト、キュウリ等

大きくなったキャベツ



スイカ、カボチャ等用の畑



春の活動報告

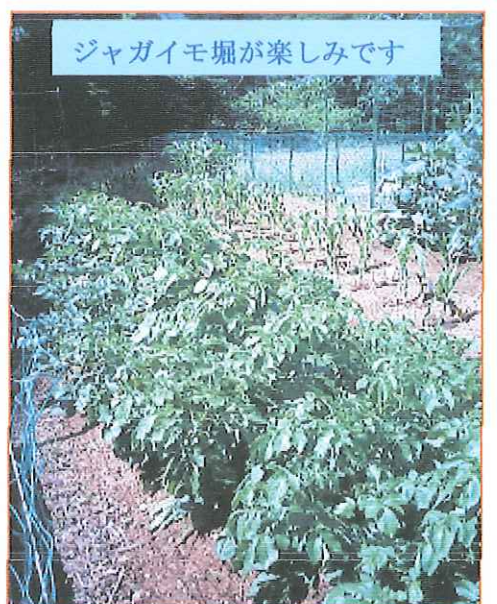
元気新聞、平成30年の10月の創刊号発行から冬一、二番、春一、二番。。とこれからも夏、秋と関係者の協力が期待される活動の報告が継続できるように努力していきます。

ところで一年の人の体調、春は、イライラ、夏は、ルンルン、秋は、メソメソ、冬は、ビクビクと成るらしい、現在活動している畑の農作業の一年の四季の体調は当てはまる気がする。

春の外での農作業はタネをまいた野菜の芽がナカナカでて来なくてまた雑草がスクスクと伸びて害虫の活動が活発になり野菜の苗の被害や梅雨のじめじめした天気などで予定していた幼稚園のジャガイモ堀等の農作業が延期になったりしてイライラする。

桑の実幼稚園では、園児約70人がポリポットに夏野菜の種をまいて芽が出た野菜の苗（スイカ、メロン、カボチャ、冬瓜、トウモロコシ）などを園児が楽しく桑の実ファームに植つけた。夏はこれまでの苦労に花が咲きグングン元気に成長した夏野菜の収穫（玉ねぎ、ピーマン、トマト、キュウリ、ナス、ジャガイモ、サツマ芋、トウモロコシ、メロン、スイカ、カボチャ、ヘビウリ、。。。。）など美味しい無農薬で季節の旬の野菜の収穫体験で夏野菜が沢山収穫できて幼稚園の給食の食材に使って園児が美味しいねと言ってニコニコ、ルンルン気分になり夏の暑さに負けない体になることが期待できる。夏野菜はビタミンCが豊富で体を冷やす働きが有り体調を整えてくれる効果があり元気になる。トウモロコシには体を冷やす性質がないのでお勧めです。

秋になると収穫した夏野菜の後片付けと冬野菜の畑の苗作りや種まきでメソメソした気分になる。冬の畑作業は冷たい北風で体が冷えてビクビクとなるが体を動かして体力作りになる。



旬の夏野菜を食べよう ☀️

長引く梅雨で7月の日照時間は平年の30%以下で夏野菜が高騰している。畑の自然栽培の野菜の生育には太陽、水、土（特に土は、土粒、水分、空気）が必要だ！今年の梅雨明けは7月29日でその後は一転して連日30度以上の猛暑が日本列島を襲い熱中症による死者や救急搬送者が急増している。又平成最後の夏はメッチャ暑かった。八王子祭りの民謡流しが猛暑のため中止と成ったことが思い出される。これから夏野菜の最盛期になるが、今度は雨が降らないため畑の土が乾燥して野菜の元気が無い、自然の天気、気になります。

私の知人の農家では、日照不足の影響でトマト、キュウリ、などが売り物に成らず全滅状態で、又トウモロコシなどは野獣の被害でほぼ全滅状態と聞いている。桑の実ファームでもトマトが、日照不足の影響で赤く実らずほぼ全滅でした。トウモロコシが野鳥の被害で収穫量が大幅に減少した。その後もカボチャの畑が猪に荒されたため、大急ぎで坊獣ネットで囲いをした。その後更にスイカもカラスの被害にあったため、その対策に今度は防鳥ネットを張った。

全国的に野獣による農作物の被害は深刻でその被害額も何億ともいわれている。野菜にはビタミン、ミネラル、植物繊維や体の調子を整え機能を正常に維持する大切な栄養素が多く含まれている。免疫力の向上、抗酸化作用も有るので摂取量を増やすことが大切です。特に夏野菜は暑い夏は毎日朝食、夕食に沢山食べることをお勧めします。

旬の野菜はその時期に最も美味しく栄養価が高くなります。特に旬の時期の夏野菜（トマト、ナス、キュウリ、ピーマン）等は時期外れの野菜に比べるとその栄養価は2倍以上になります。毎日の食事に四季の旬の食材を取り入れて季節の香りを感じながら病気にならない健康な身体を作りましょう。夏野菜で特に（トマト、キュウリ、ナス、ピーマン、スイカ）は体を冷やす成分が含まれているので毎日夏野菜を沢山食べて夏の暑さに負けない体力作りをしよう。

桑の実ファームでは園児に食育体験活動を推進しています。園児が幼稚園でポリポットに野菜のタネを蒔いて発芽までの観察をして、その後畑に移植して野菜の生長から収穫までの基礎知識と季節の新鮮野菜を使った給食の食材として使用して野菜好きの子供に成ることが期待されます

畑の野菜の生長状態を観察



じゃがいもの収穫体験



トウモロコシの収穫体験



トウモロコシの生長状態を観察



園児が植えたひまわりぐんぐん大きくなーれ



元気新聞 夏二番号

令和元年 8月

書中お見舞い申しあげます。***

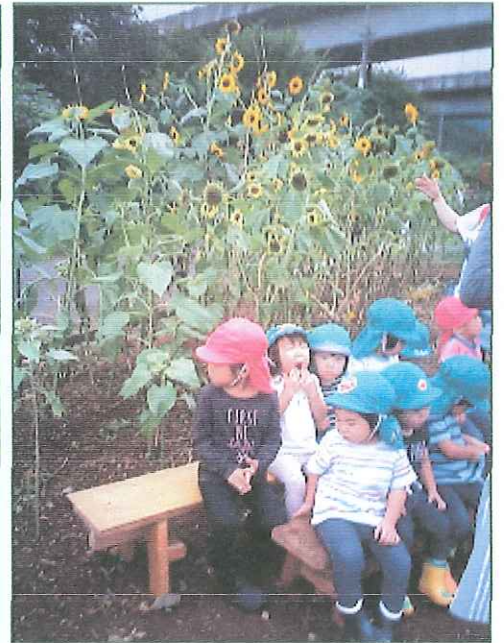
今年の夏桑の実ファームでは珍しい野菜 西洋瓜（へびウリ。グリーンナイル）が沢山実をつけました。へびウリはインド原産の野生の植物でインドではカレーの具財等に使われています。

又幼稚園児が植えた夏野菜、ひょうたんカボチャ、冬瓜、などが収穫時期になりました。ひょうたんカボチャは先端の丸い部分に種があり筒状の部分にはタネが無く輪切りにしてフライパンで加熱すると甘みが強くホクホクの焼き芋のような味でカボチャとは思えない美味しさです。子供のおやつに最適です。冬瓜は夏野菜ですが他の野菜に比べて冬まで保存が可能です。ただしカットするとタネの部分からの傷みと劣化が早く5～7日でダメになります。

園児が植えたひまわりの観察

冬瓜、ひょうたんカボチャを観察

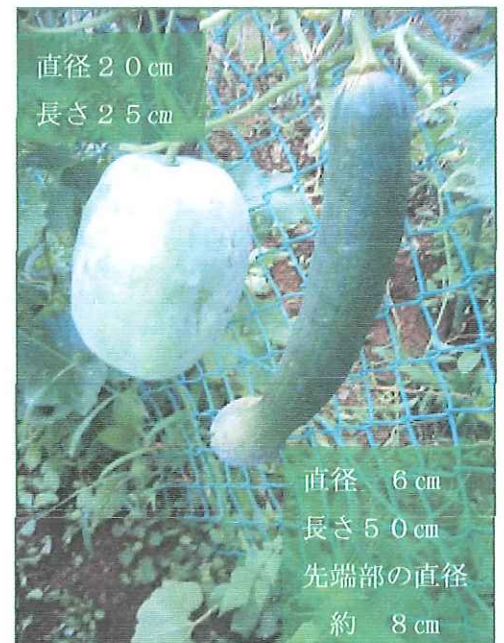
満開のひまわりを背景に休憩



綺麗に咲いた赤紫色のひまわり

へびうり幼稚園の給食のカレーに

大きくなった冬瓜とひょうたんカボチャ



元気新聞 秋一番号

令和元年 10月

秋の節句の七五三

今年は梅雨明けが遅く日照不足で夏野菜の(トマト、キュウリ)等が不作でした。例年になく遅くなった梅雨明けその後はいきなりの暑さ農作業の大変さを身にしみて体験しました。

畑の雑草は2週間もするとアツと言う間に生い茂り雑草の管理に毎日暑さに負けない体調の管理を行っています。

今年は台風の影響で畑のへびウリと冬瓜の棚が倒れて大きな被害が出ましたがその他の野菜は、畑の畝が20cm位の高畝にしてあったので水没すること無く無事でした。

桑の実幼稚園の園児はスーパー等の店頭では売られていない、へびウリ、ひょうたんカボチャ、冬瓜、などの野菜の名前を全員が答えることが出来ます。食育の一環の成果を感じています

幼稚園の園児がポリポットにタネを蒔いて、その後畑に移植して大きな冬瓜が沢山収穫できました。幼稚園の給食の食材に使用してもらい幼稚園児が美味しいと言ってお代わりするほど人気があったようです。

完成した畑の物置小屋

幼稚園児が畑で育てた大きな冬瓜



きれいに咲いた色取り取りのコスモスの花 7月頃から11月頃まで楽しめました。

