



菜園活動記録

川崎市高次脳機能障害地域活動支援センター

2020年6月15日

2019年5月～2020年5月

川崎市高次脳機能障害地域活動支援センター（以下地活）では、毎週木曜日の午後に菜園活動を行っています。参加人数はその週によって異なりますが、利用者、職員合計3～9名ほどで、近くに借りているシェア畑に出かけます。

▼昨年から今年にかけて育てた野菜

春	スナップエンドウ、ソラマメ、ニンニク、小松菜など
夏	キュウリ、ナス、トマト、ピーマン、エダマメ、オクラ、スイカなど
秋	落花生、ニンジン、キャベツなど
冬	カラシナ、ダイコン、カブ、茎ブロッコリ、川崎菜など



土づくりから、畝づくり、苗植え、種蒔き、肥料やり、水撒き、雑草取り、収穫など、日々の世話は多岐にわたりますので、参加者の皆さんと協力しながら作業に取り組んでいます。

防虫防鳥対策も重要で、ネット張りや、トウガラシスプレー、時には手作業で虫を退治しながら大切に野菜を育てています。



春、秋は過ごしやすい気候ですので、作業も比較的楽にこなせますが、夏は暑さが厳しく、たくさん汗もかきますので、適宜休憩、水分補給をして、体調に気を配りながらの作業になります。

収穫した野菜は、お昼ご飯の時に調理をして皆で食べます。自分たちが手をかけて大切に育てた野菜の味は格別で、各シーズンの収穫を楽しみにしながら、日々作業に精を出しています。