

中野の野菜・きず菜ちゃん



水と緑と環境
特定非営利活動法人（NPO 法人）
グリーンサイエンス 2 1

きず菜ちゃんの記録

目次

1	はじめに	2
2	未来への一步と区立第十中学校へ (平成 21 年 1 月～)	3
3	中野区区役所 3 階の屋上緑化見本園の横で (平成 22 年 9 月～)	8
4	アオコ対策に (平成 23 年 7 月～)	1 1
5	織田栄養専門学校の屋上へ (平成 24 年 4 月～)	1 5
6	地域と歩む区立第七中学校へ (平成 24 年 4 月～)	1 6
7	試食会、食材としてのきず菜ちゃん (平成 23 年 8 月～)	1 7
8	ご案内	1 8

.....

「グリーンサイエンス 21 の活動の種類」

- (1) 社会教育の推進を図る活動 (2) 環境の保全を図る活動
- (3) 科学技術の振興を図る活動 (4) 消費者の保護を図る活動
- (5) 子供の健全育成を図る活動 (6) 国際協力の活動
- (7) 前各号に掲げる活動を行う団体の運営又は活動に関する
連絡、助言又は援助の活動

(平成 19 年 4 月東京都認証)

1 はじめに



溜まった水を見つけ大きく育った屋上のサツマイモ、
これが植物の生きる姿、DNAに知恵が。



でも都会は廃熱がいっぱい、
地上も屋上も冷房の後ろから大量の熱を出している。



ここでしか成長できないイヌホオズキ、猛暑の日の水やり前後の
姿。水の重要性を教えるベルリンの水に関する国際展示会、スポンジを入れた箱に人の姿をつけ65%圧縮。

もっと水の重要性を考えよう！

2 未来への一步と区立第十中学校へ



環境についての出前授業

都会のヒートアイランドや水辺のアオコは大きな問題



自然が少なく理科教材も不足に

環境問題は「地球規模で考え、地域で活動」が重要

緑も土もなくなった都会の中学校

都会の真ん中で屋上水耕栽培ができないかを検討



はじめの一歩

各地で水耕栽培による屋上緑化テスト、

富栄養化した湖沼では植物による浄化テストが行われていた。



学校、PTA、町会に説明 4階の図書館の上に水耕栽培を計画



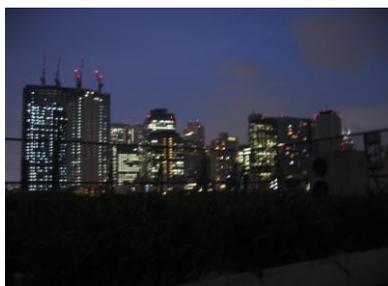
地上から屋上へ装置の運び上げ



発泡スチロールの装置組み立て



苗の植え付けは雨天でも決行



続く猛暑日！



水やり・手入れは朝から夕方まで



はじめての収穫



無農薬、青菜が成長すれば自然の復元、虫も鳥も飛んでくる。



みんなで刈り入れ



手前を残し配布用に袋詰め



中学校屋上で新鮮な夏野菜が生産できることを宣伝
町内へ新鮮野菜を配布し地域活動の有効性を説明



収穫物は給食にも



一部は冷蔵保存に

3 中野区区役所 3階の屋上緑化見本園の横で

(警察学校跡地の開発が進む)



中野区区報にも紹介

「花と緑の祭典」の見学者にも説明



改良型で順調に生育 新鮮夏野菜を特別養護老人ホームに寄付

都会の屋上はハウスも農薬も不要、

暑くて害虫が付きにくい、二酸化炭素は豊富。



ボランティアによる水やり・収穫・配布活動



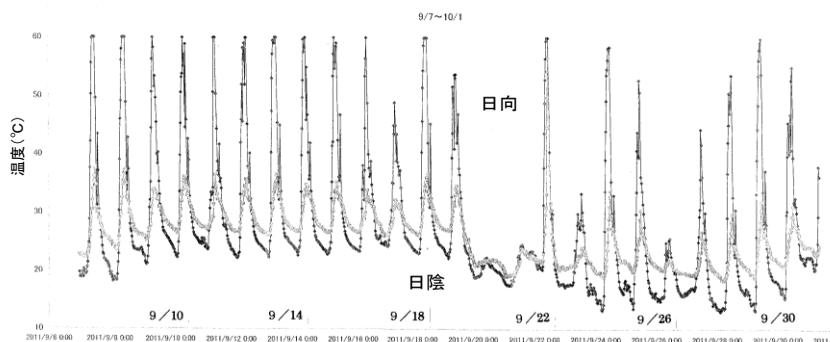
活動は屋上水耕栽培の環境保全から健康推進の食育へ発展



人と人をつなぐ「きず菜ちゃん」の愛称をいただき盆栽から
中野食育キャラクター「うさごはん」と並び大きく成長



環境教育の説明から中野区リフレッシュ広場のイベントでは、若手劇団が『中野のきず菜ちゃん』の劇を自作自演し、子供達に名前が伝わった。



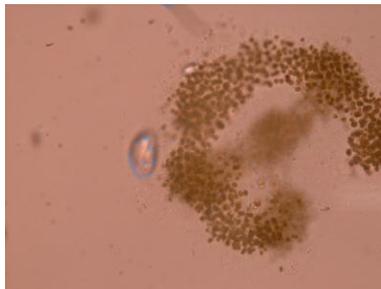
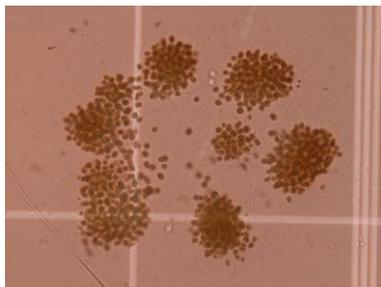
屋上での温度変化を連続測定し日陰の床温度低下も記録



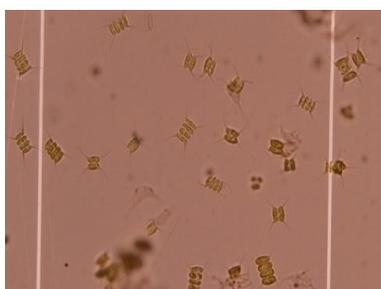
根っこの部分は鍋洗いに利用し廃棄物ゼロの方向へ

4 アオコ対策に

水耕栽培容器の中へアオコの水を入れると浄化される



暗いところで集合するマイクロキスティスを原生動物が食べる



アナベナとイカダモなどアオコの濠水に見られる他の微生物
環境教育に最適な教材に



飯田橋の外堀で実施、アオコの水を栄養源として成長、
蓋の上には各種のトンボやてんとう虫なども集まる。



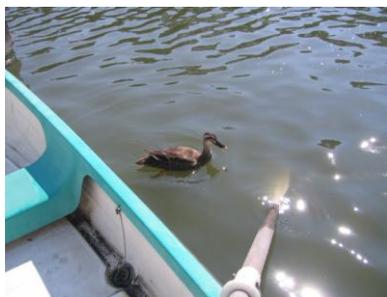
次にきず菜ちゃんをお堀の水面に移動



根の部分にはプランクトン・白エビ・鯉・亀などが集まる



大きな鯉が



鴨も餌探し



ボート内の浮き草が食料



亀の甲羅干しに利用され



ブルーギルの出現か根が奪われる



「都会での水耕栽培による環境保全活動」として GreenTV 賞を受賞、皆さんのサイン入り色紙（はじめの一步）を持って参列。



アオコ、ミジンコ、公園管理に関する3名の専門家を講師に、第14回市民環境学校を東京ボランティア・市民活動センターにて開催、どのように池の管理を行うべきかと約40名の参加者、終了時間まで多くの質問が出されました。

5 織田栄養専門学校の屋上へ



生徒の教材用として利用



都会の熱と二酸化炭素で収穫



ドイツの水道システムから学びさらなる改良を



区役所正面玄関で開催の地方特産展に参加

区民に配布し好評を得る

6 地域と歩む区立第七中学校へ



ボランティアの協力を得て組み立て



真夏の高級中華食材として

コロコロのお店へ出品

中野区は平成16年に健康福祉都市宣言を行っている。
昔々、中野の名物はゴボウ、柿、そばで、これからは環境にやさしい水耕栽培によるきず菜ちゃん、緑の癒し効果、都会の野

菜づくりで健康管理を。

7 試食会、食材としてのきず菜ちゃん



上高田区民活動センター



キッチンそら



お茶の水女子大学、生活科学部、大瀧研究室



(次なる不思議な食品)

ほうれん草との単純比較で、カルシウム4倍、ビタミンA 5倍、ビタミンB群2倍、ビタミンC 2倍、その他カリウム、 β カロチン、食物繊維、鉄分、ポリフェノール類も豊富、独特の匂いや香りもなく、あく抜き不要のエコ野菜、シャキシャキ感あり、中華料理、タイ料理、ベトナム料理、炒め物として重要、和風でも、天ぷら、味噌汁の具、吸い物、おひたし、和え物、卵と

じ、オムレツ、サラダ、鍋物などに。

8 ご案内



特定非営利活動法人（NPO 法人）グリーンサイエンス 21 は、「水と緑と地球環境」の重要性を次世代につなぐグループです。

入会案内

	入会金	年会費
正会員個人	¥5,000	¥5,000
正会員団体	¥10,000	¥30,000
賛助会員個人		¥3,000（1口以上）
賛助会員団体		¥30,000（1口以上）

中野の野菜・きず菜ちゃん

2013年3月22日発行

編集・発行

〒165-0023 東京都中野区江原町2-24-7

NPO 法人グリーンサイエンス 21

電話・FAX 03-3952-1121（窓口、海賀信好、桂一郎）

HP：<http://www.npo-gs21.org>

印刷・製本 サカエプリント社

本記載記事および写真等の無断転載・使用はお断りいたします。



環境にやさしい水耕栽培

キャラクター募集、中野の逸品への食材加工など、
参加者および協力者を募集中。

これらの活動は、国土緑化推進機構の「緑と水の森林基金」、中野区区民
公益活動推進基金、西武信用金庫「西武環境保全活動助成金」、オラクル有
志の会ボランティア基金の助成を受け、地域のみなさまの協力を得て実施
いたしました。 (平成 25 年 3 月)