

🍓暖かくなる春に向けてベランダ菜園はどうですか？🥦

植物を育てることは、季節を身近に感じられる事にも繋がります。気軽に始められるベランダ菜園を通して、心を落ち着かせる緑を楽しむことができます。

また、野菜を育てる楽しさと共に自分で作ったものだからこその安全と安心で収穫したての新鮮な野菜を味わうことが出来ます。お子さんも自分の作った野菜を食べることで苦手な野菜が食べられるようになったりと食育にも繋がります。是非、お子さんと一緒に植物を育てる喜びを一緒に感じてはいかがでしょうか。

*育てるのにおすすめの野菜

初心者でもベランダで簡単に育てることが出来ますので、最初に育てる野菜はこちらから選ぶと良いですよ。それぞれ育てるにあたってのポイントもありますので注意しましょう。

- ・トマト（日光を好みますので日当たりの良い場所で育てましょう。）
- ・枝豆（鳥に食べられやすいのでネット等で覆いましょう。）
- ・キュウリ（つるがどんどん伸びていくので、支柱も必要になります。）
- ・ジャガイモ（プランターの深さがあるものの方が収穫量が増えます。）
- ・ホウレン草（虫にたべられやすいので防虫対策をして下さい。）
- ・イチゴ（苗を購入する際は、中心部分が太いものがおすすめです。）
- ・キャベツ（種を蒔いてから間引きして下さい。）
- ・ネギ（ネギの成長に合わせて2～3回ほど間引きをして下さい。）



*準備するもの

- ・プランター（育てるもので大きさを変えて下さい。プランターの底がネット状やスノコ状のものを選び、水はけを良くする工夫をしてください。）
- ・ジョウロ（先端部分を取り外せるものになると室内でも使えて便利です。）
- ・スコップ（主に土を耕したりする場合に使います。小さめものを準備しましょう。）
- ・霧吹き（比較的小さい植物に関してはこちらを使うのがおすすめです。）
- ・防虫ネット（ポリエチレン防虫ネットは目が細かいのでおすすめ。被せたまま水やりOK。）
- ・植木バサミ（収穫や芽切りなどの使用します。プラスチック製が使いやすくおすすめです。）

ベランダ菜園をするにあたって、準備する道具、育てる野菜、注意するポイントをご紹介しましたが、いかがでしたでしょうか。野菜によっては、植えから収穫までの期間がとても短い野菜もありますので、準備さえ完了してしまえば、簡単に行えると思います。

ベランダ菜園には、植物が育つ感動と、育てた野菜を食べる喜びを感じられるかと思います。

野菜が苦手なお子さんでも、一緒に栽培をする事で少しでも野菜の事を知り、好きになってくれたら嬉しいです。また、植物の大切さや、育てる大変さも、一緒に感じられたら素敵ですね。是非皆さんも、この春から家庭でのベランダ菜園にチャレンジして、緑ある暮らしを体験してもらえたらと思います。