

■野菜づくりを始めてから12年を振り返って

2020/3/8



- ・きっかけは13年前の練馬区報での練馬区民農園の募集告知（ただし、ただの土地だけの利用と道具も形ばかりのものの用意）
前から興味があったので申し込んだら当選、結構家の近くで2年契約で3m×5m=15㎡で年間4,800円の利用料
野菜づくりのド素人で参考本を見ながらやるもなかなかうまく育たず、害虫は病気の発生も頻発

園主の尾崎さん



- ・自己流苦戦しながら区民農園で野菜づくり下手ながら一年近く行っていたところ・・・
- ・そんな折更に自宅近くの農家の畑が区民体験農園になることに・・・しかも次男の同級生のおうちで知り合い
- ・3m×10m=30㎡ で8畝で耕作 大体の市場価格で9万円程度は収穫できそうとのこと・・・
- ・クラブハウス有、道具、種、苗、肥料、薬剤付きでさらに講習会+指導付き年間32,000円(練馬区民：現在38,000円)
- ・『あーばんあぐりぱーく 石神井台』での最初の畑の場所はわが家から直線距離で30m
- ・1年間は「あーばんあぐりぱーく」と区民農園のダブル耕作、あーばんの指導のおかげで区民農園の作物も上手く育つ様には・・・
- ・しかしながら「あーばん」の土地と区民農園の土地では土の豊かさが違うので同じようにやっても出来が違った。



- ・契約は5年間利用確保で完了したら他の希望者がいた場合抽選となる。現在2回の契約更新で12年目に入ったところ・・・(正に今日から)
- ・作付けの時は金曜午前、土曜午前・午後、日曜午前の3回講習がありどれかに参加して耕作を開始(ベテランは受けなくても良い)
- ・わからないことや病気のようなときは携帯電話で呼び出し可能で家庭教師付き農園の様。
- ・言われた通りに栽培耕作すれば、スーパーマーケットで売っているもの並みの品質の野菜が収穫可能。
- ・年に一度11月に『収穫祭』開催！各々収穫した野菜を使った一品料理を持ち寄って畑の恵みに感謝しながら楽しむお祭り
- ・「石の上にも3年」とはよく言ったもので、3年間やると色々分かってくるものがあり自分なりの工夫を加えることが可能に
- ・地方から来られたほんまもの元農家の人たちが何人かいてそのノウハウを持ち寄って農園のノウハウになる(料理法も)
- ・農業はまさにPDCA (Plan作付計画土づくり、Do種まき苗植え付け、Check剪定追肥防虫防病等、Action次に生かす・経験値)

◆ 1年間で栽培する野菜の種類と市場価格

約50種類の野菜を年間で耕作

市場価格は概算

*印は春作・秋作で重複

■春作（3月初旬頃～5月末頃）		市価
① ラディッシュ*	約200個	4,000
② 小松菜*	約30束	3,000
③ 縮み小松菜*	約30束	3,000
④ ほうれん草*	約30束	3,000
⑤ 赤茎ほうれん草	約30束	3,000
⑥ サニーレタス	4玉×3回	1,800
⑦ 結球レタス	3玉	450
⑧ キャベツ*	4玉	600
⑨ ルッコラ	30束	3,000
⑩ イチゴ	約30個	500
⑪ ブロッコリー*	6個	600
⑫ 青首大根*	4本	600
⑬ スナップエンドウ	30袋	4,500
⑭ ジャがいも	バケツ2杯=20袋	3,000
⑮ 青梗菜*	5袋	750
⑯ こかぶ*	20個	750

32,550

■夏作（5月末頃～9月中旬頃）		市価
⑰ とうもろこし	16本	1,600
ヤングコーン(脇芽)	30本	3,000
⑱ きゅうり	360本	12,000
⑲ トマト	60個	3,000
⑳ ミニトマト	1000個	10,000
㉑ ナス	120本	4,000
㉒ ピーマン	200個	4,000
㉓ 万願寺とうがらし	400本	8,000
㉔ しそ（大葉）	10枚×30回	1,500
㉕ バジル	10枚×30回	1,500
㉖ 枝豆（湯上り美人）	ざる一杯	1,000
㉗ 枝豆（夕涼み）	ざる一杯	1,000
㉘ ズッキーニ	50本	5,000
㉙ かぼちゃ	15個	1,000
㉚ いんげん豆	50袋	5,000
㉛ 落花生	ざる一杯	1,000
㉜ 生姜	5個	1,000
㉝ セロリ	10本	1,000

64,600

■秋作（9月初旬～翌1月頃）		市価
⑳ 春菊	20袋	3,000
㉑ 里芋/八ツ頭	バケツ一杯	2,000
㉒ 長ネギ	240本	8,000
青首大根*	5本	750
㉓ 三浦大根	5本	750
㉔ 赤大根	4本	800
㉕ 練馬大根	2本	400
㉖ 聖護院大根	2本	400
ブロッコリー*	6個	600
㉗ スティックセニョール	10パック	1,000
㉘ カリフラワー	2個	300
キャベツ*	4玉	600
㉙ 芽キャベツ	5パック分	500
㉚ ロマネスコ	6個	1,800
㉛ にんじん	30袋分	4,500
㉜ 白菜	7個	2,100
㉝ ミニ白菜	12個	1,800
㉞ 京水菜	12袋分	1,800
㉟ 紅水菜	8袋分	1,200
㊱ あやめかぶ	24個	1,200
青梗菜*	4袋分	600
小松菜*	約30束	3,000
縮み小松菜*	約30束	3,000
ほうれん草*	約50束	5,000
こかぶ*	20個	750
ラディッシュ*	約200個	4,000

49,850

総収穫市場価額 147,000

■中町純一の行動別年間消費時間

		8,760時間							
365日		7.5時間	2,737.5時間	睡眠	31.3%	平均7.5時間の睡眠時間	31.3%		
365日		16.5時間	6,022.5時間	活動時間	68.8%	睡眠時間以外の活動時間			
仕 事 関 係	230日	8.5時間	1,955.0時間	仕事	32.5%		22.3%		
	230日	1.0時間	230.0時間	支度・朝食	3.8%		2.6%		
	230日	2.0時間	460.0時間	通勤	7.6%		5.3%		
	230日	1.0時間	230.0時間	昼食	3.8%		2.6%		
	平均	4.0時間	50日	200.0時間	会食等	3.3%	51.1% 仕事関係合計	35.1% 2.3%	
仕事関連	平均	8.0時間	35回	280.0時間	ゴルフ	4.6%	53.4% 1/2仕事絡み	38.3% 3.2%	
余 暇 時 間 等	平均	6.5時間	46週	299.0時間	野菜づくり	5.0%	→ 活動時間のうち約5%を野菜作りに充てている見当	3.4%	
	平均	3.5時間	315日	1,102.5時間	家等での夕食団らん等	18.3%	週当たり	12.6%	
	平均	12.0時間	12日	144.0時間	スキー	2.4%	29週 (3月~9月)	7.5時間 218時間	1.6%
	平均	4時間	10回	40.0時間	スポーツ観戦	0.7%	17週 (10月~1月)	4.8時間 81時間	0.5%
	2日	16時間	6回	96.0時間	旅行など	1.6%		299時間	1.1%
合計				6,022.5時間	100.0%			11.3%	

■投資としての野菜づくり

	年間利用料	春作市場価格	夏作市場価格	秋作市場価格	年間収穫市場価格	IRR
C F	-38,000	32,550	64,600	49,850	147,000	804.5%
期日	Feb-21	Jun-21	Sep-21	Jan-22		

■まとめ

早寝早起きの習慣づくり
 食への興味の深まり
 畑の耕作仲間との交流【年一度の収穫祭など】
 趣味としての耕作+収穫としての実益
 育てる楽しさ、食べる楽しさの享受
 自然現象の実感（台風・大雨・雪・霜など）
 耕作の工夫や調理の工夫

朝から体を動かすことによる脳の活性化
 土いじりでストレス解消
 園主との交流【地元コミュニティへの参画】
 美味しい採れたて野菜を食す機会の創出
 （中でも枝豆の採れたては超美味・・・）
 季節の移り変わりをリアルに実感する体験
 （二十節気の実感）

野菜づくり =
IRR800%の投資 + PRICELESSな体験



