

応用編 (実践編、座学編)

【実践編・3月の作業】

1 今月の収穫

今月の収穫はありません。

2 今月の種まき

春の野菜 (小松菜、水菜、カブ)

関東地方の南 (千葉県など) では、3月から春野菜の種まきが始まります。まだ少し寒さが残りますが、寒さに強いアブラナ科の品種を育てます。アブラナ科の野菜はたくさんありますが、比較的育てやすい野菜として、小松菜、水菜、カブをお奨めします。動画、9月と同じ内容ですので、そちらをご確認ください。

アブラナ科の野菜の種は、とても小さいので、種を播くときにどこかに飛んでしまわないようご注意ください。播き方は大きく3つの方法があります。

1. 筋播き 一列に筋状に播く
2. 点播き 一か所に2~3粒ずつ、間を空けて播く
3. ばら播き 手にたくさん持って、まき散らすように播く

筋播きする場合は、一直線にたくさん発芽してきますので、ベビーリーフぐらいの大きさ (背丈が10cmぐらい) のときに、サラダ野菜として収穫するのに向いています。小松菜、水菜が向いています。

点播きは、ある程度大きくなってから間引きするなどして、1株を大きく育てます。カブが向いています。

ばら播きは、「とりあえず発芽してほしい」という場合に行いますので、ほとんど使いません。

アブラナ科の種は、5mm ぐらいの深さに播きます。筋播きのときは、指で直線状に1cmほど溝をつくり、その溝の中に直線状にばらばらと種を落とします。そのあと、土をかぶせて、手のひらで押して「鎮圧」します。

点播きのときは、指で1cmの深さの穴を明け、種を2~3粒落として土をかぶせて、手のひ

らで押して鎮圧します。あとは、ジョーロでたっぷり水を上げて発芽を待ちます。

ベビーリーフなら1か月から1か月半で収穫できます。大きな株なら2か月から3か月で収穫できるでしょう。

3 大事な種まき（アルファルファ）

温かくなったら、マメ科牧草のアルファルファを播いてみましょう。アルファルファは、野菜の共生微生物を呼び込むとても重要な植物です。

種はとても小さいく、発芽当初もかわいらしい植物ですが、成長してしまうと、とても強い植物で、草刈りしてもどんどん再生してきます。

播く場所は、どこでも良いのですが、野菜を作るのに邪魔にならないところが良いでしょう。面積は、区画の20%ぐらいの広さを目安にします。たとえば、Halu農園では、野菜を育てる畝の間に、アルファルファ専用の畝を設定しています。

種の播き方は、筋播き、点播き、ばら播き、どれでも良いです。あまり広くない場所であれば、点播きがお勧めです。

4 虫よけ（防虫ネット）

春、夏と虫が増える時期です。生態系が安定していない畑では、野菜が虫に食われてしまうことがあります。そんな時には、防虫ネットを懸けるのが効果的です。種まきして水やりをした後、すぐにネットをかけます。

防風した時のように、アーチ支柱を使いますが、不織布ではなく、専用の防虫ネットを使います。仕立て方は防風、防寒の時と同じです。冬支度の動画をご覧ください。

【座学編】

「虫食いや病気」

農作物を育て始めると、ほぼ必ずと言ってよいほど、虫食いに悩まされます。どんな植物にも、それを食べる虫がいるものです。とくにアブラナ科の野菜は、葉っぱが柔らかいためか、狙ってくる虫の種類も多いのが特徴です。とくにモンシロチョウやモンキチョウ、カブラハバチの幼虫が有名ですし、バッタ（オンブバッタなど）もアブラナ科の野菜を食べます。

Halu 農法は、「なにひとつ排除しない」が大原則ですから、虫を排除したり、殺したりすることはありません。ただ、狭い区画で野菜を作り始めた場合、虫食いでなにも収穫できないとつまらないので、最初は防虫ネットをかけて育てるのはお勧めします。

土の中に野菜の共生微生物が増えて、野菜自体が元気に育つようになると、虫食い被害も少なくなる傾向があります。また、多少広い畑で野菜作りをすると、生態系が豊かになり、いわゆる天敵もたくさん現れてきます。そのため、特定の虫が大発生することもなく、防虫ネットがなくても、虫食いは少なくなってきました。

同様に、肥料栽培の野菜には病気がつきものなので、殺菌剤などの農薬が使われるわけですが、**Halu** 農園では、微生物の生態系も整ってきますから、野菜は病気をしなくなります。つまり、虫食いや病気というのは、生態系が整っていないために発生するものなのです。

虫食いや病気を防ぐには、まず土の中の微生物を増やす意識を持ちましょう。微生物が多様化して、数も増えてくれば、野菜自身が強くなりますし、また微生物を食べる虫が増え、その虫を食べる天敵も増えてきて、その意味でも虫食いはみるみる減ってくるはずですよ。その変化をぜひお楽しみください。

以上

講師・監修横内猛 農業技術研究所（農業生産法人）株式会社歩屋代表取締役。食と農ジャーナリスト。慶應義塾大学経済学部卒業後、全国紙記者を経て、「すべての人が幸せに暮らせるコミュニティのあり方」を求め、主に福祉や教育の現場にかかわる。（1986～2006年）さまざまな社会問題がいつそう深刻化していくなか、問題の根本に「食と農の歪み」があるという考えに至り、自ら画期的な農業技術である「自然農法」に注目し、新しい農場技術の研究を始める。（2007年～現在）独学で試行錯誤を重ね、自然農法の仕組みを考察し、2013年8月には、大玉スイカやマスキメロンの栽培に成功。2015年7月特許取得（方法特許第5770897号）この技術をさらに深め、新しい自然観、新しい社会の構築を提案しています。

農業技術研究所歩屋 http://ayumiya.co.jp/?page_id=52