

／まめなかな運動／

じきゅうりつ ひく だいず さいばい
自給率の低い「大豆」の栽培・
収穫・加工体験を通じて、
食や農の大切さを伝える
運動です。安心して暮らせる
地域づくりをめざし「まめ
なかな(お元気ですか?)」
をあい言葉におこなってい
ます!

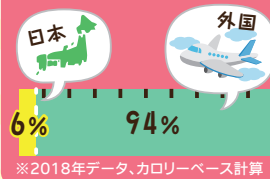
／おうちで「まめなかな運動」／

大豆 まめなかな ブック+プラス+

てつく えだまめ だいず そだ
手作りポットで枝豆(大豆)を育ててみよう!

／大豆の自給率／

だいず こくない じきゅうりつ ひく
大豆は国内自給率の低い
作物。みんなで作って食べて
応援しよう!



ぎふけん とく うんどう こんかい みぢか ざいりょう
岐阜県JAグループが取り組む「まめなかな運動」。今回は、身近な材料「ペット
ボトル」を活用した手作りポットのDIYレシピや、それを使っておうちのベランダや
お庭で枝豆(大豆)を育てる方法を紹介するよ! おうちの人と作ってみてね♪

1. ペットボトルで手作りポットを作ろう!

① 道具、材料を準備する

【道具】

- ハサミまたはカッター ・ホチキス
- 透明のテープ(太めのもの)

【材料(1セット分)】

- 2ℓのペットボトル3本
- ポット用:中央がくびれたもの(2本)
- ケース用:丈夫なもの(1本)
- フェルト1枚(15×10cmあればOK)
- 不織布袋4枚(台所の三角コーナー用)
- うち2枚は栽培時の鳥よけ用に保管

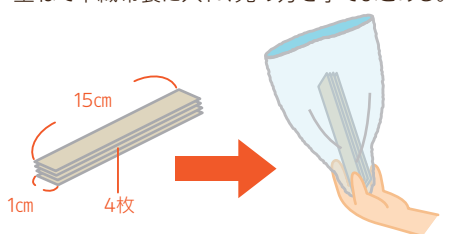
② ペットボトルに穴をあけ、切る

ペットボトル(ポット用)はキャップをはずす。図の
とおり、側面に穴をあけてから(向かいの面も)、
3か所で切りはなす。油性ペンで線を引いて切ってもOK



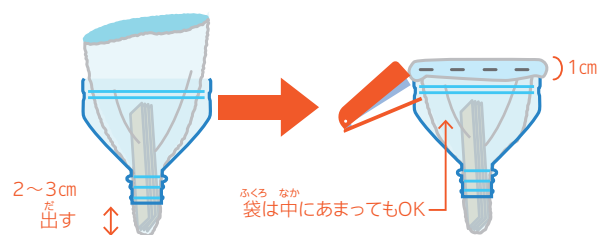
③ フェルトを切り、 不織布袋に入れる

フェルトを1×15cmの帯状に4枚切る。これを
重ねて不織布袋に入れ、先の方を手でまとめる。



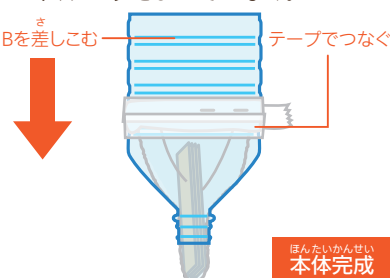
④ ③をAと合体させる

②のAをさかさまにし、口に向かって③を詰める。不織布袋
を広げて1cm折り返し、Aのふちにぐるっと一周、ホチキス
でとめていく。



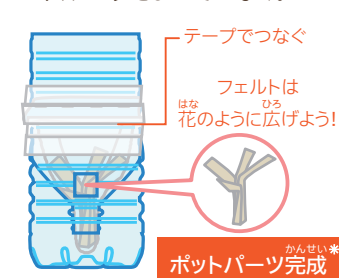
⑤ ④をBと合体させる

②のBのくびれ側の切り口を④に差し
こみ、テープをまいてつなぐ。



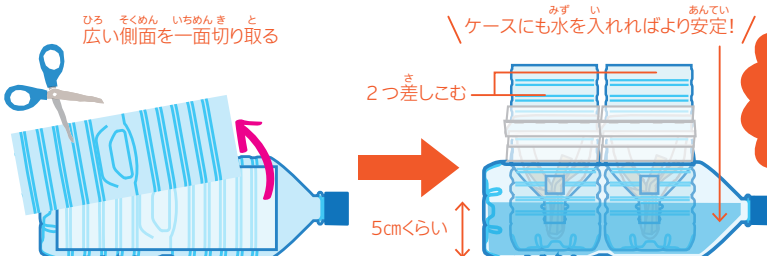
⑥ 水受けと本体をつなぐ

②のCの水受けに⑤の本体を差し
こみ、テープをまいてつなぐ。



⑦ 手作りポットの安定力を高める

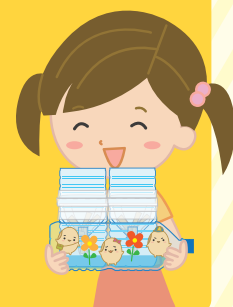
⑥のポットパーツをもう1つ作る。ペットボトル(ケース用)にキャップをし、側面を
図のように切り取ってケースに。これにポットパーツを2つ差しこめば、安定力UP!



あめかせ つよ
雨風に強い
手作りポットの
完成!!

ワンポイントアドバイス!

ポットパーツやケースを
飾りつけると楽しいよ!
ぬの布やリボンをまいたり、
油性ペンで絵をかいたり、
シールをはったり、アレ
ンジしてみてね!



*屋内で背丈の低い小さめの作物を育てる場合は、ポットパーツ1つでも栽培できる。

2. 手作りポットで枝豆(大豆)を育ててみよう!



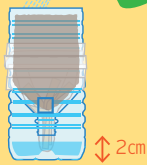
栽培のポイント!!

1. 土は肥料の混ざっている野菜栽培用の培養土を使おう。



2. 水は受け皿に2cm

たまる量を、ゆっくり土にかけてやる。受け皿が乾きはじめたら同じように水をやろう。

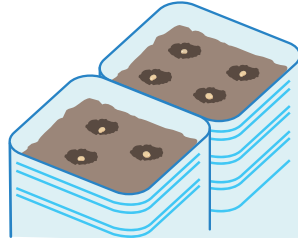


3. 葉が黄色っぽくなってきたら栄養が足りない合図。成分が薄めの液肥を土にまこう。



1 種をまく (5月～7月上旬くらいまでOK)

培養土を詰めたポットに、深さ3cmほどの穴を3～4か所あけ、種を1つずつ入れて、やさしく土をかける。日が当たり、雨にぬれない軒下やベランダで育ててね!



経過: 0日

2 芽が出る／芽を守る

芽は鳥たちの大好物! ポットに不織布袋をかぶせ、鳥よけをする。不織布袋は風で飛ばされないように、ひもでしっかり固定する。芽が出て1週間もすれば、はずしてOK!

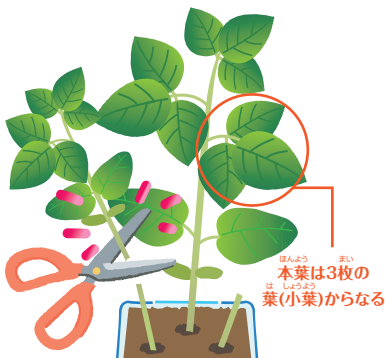


*ポットの材料を準備する時、取り置いておいた鳥よけ用。

経過: 4～6日

3 葉が増える／苗をまびく

苗から本葉が3～4枚出てきたら、育ちのよい苗を1本選んで、残りは根元から切り取る。



経過: 2～3週間

4 茎がのびる／新芽をつむ

枝豆(大豆)は上にのびる植物。本葉が5枚ほど出たら新芽を切り落とす。すると枝葉が横へ広がる。

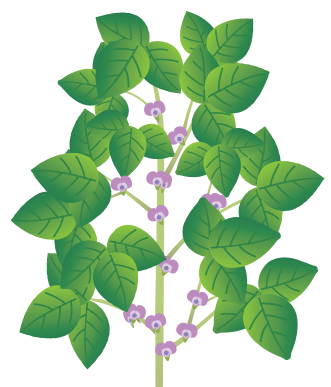


茎の先っぽの新芽を手でつまみ、芽のつけ根からハサミで切り落とす。

経過: 1か月

5 花が咲く

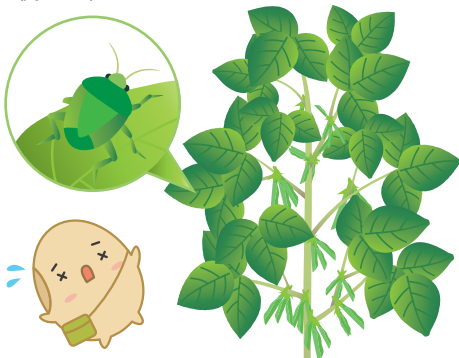
花が咲き受粉がおこなわれる。受粉するとサヤがふくらみはじめる。



経過: 2か月

6 サヤがふくらむ／虫から守る

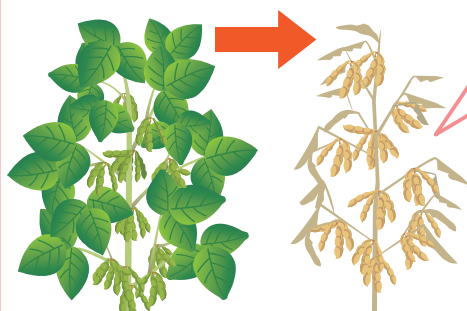
サヤがふくらんだら、カメムシなどの害虫が集まりやすいので注意! 見つけたら割りばしを使って取りのぞこう。



経過: 2か月半

7 枝豆を収穫する

サヤの外側から見て中の豆がふくらんでいれば枝豆の収穫時。ここからもう1か月ほど育て続けると熟した大豆になる。



経過: 3か月半～4か月

8 大豆を収穫する

葉が落ちて茎が枯れてきたら引きぬぎ、根を切って雨にぬれない場所で2週間乾燥させる。揺らしてサヤの中で豆が動く音が聞こえたら、取り出せる合図だよ!



おいしく食べよう!!

経過: 4か月半～5か月半

岐阜県 JA グループ

発行/岐阜県農業協同組合中央会 後援/岐阜県教育委員会 監修・協力/竹村久生(日本農業教育学会 栽培・飼育教材開発コンクール審査委員会 審査委員)、国分牧衛(東北大学名誉教授) デザイン・絵/株式会社 藤代範雄デザイン事務所 校正/西進社 企画制作/一般社団法人 家の光協会