

# あぐり通信③

2024.8.23

本日（R6 第10回 R6/8/23）の活動予定

本日は

第1回 **畑で介護予防教室**です。

内容

① JA 仙台 高橋 稔先生の講話  
「秋冬野菜づくりについて」

② 畑で実習

大根の畝づくりと種まき

畝幅 60cm 1条

30cm 間隔 深さ1センチの穴に5粒

害虫対策として穴にオルトラン粒剤を散布

※堆肥 30/m<sup>2</sup>、化成肥料 100 グラム/m<sup>2</sup>施肥済み

白菜の畝づくりと種まき（早生と晩成2品種）

畝幅 100m 2条

40cm 間隔 深さ1センチの穴に5粒 5mm覆土

※堆肥 30/m<sup>2</sup>、化成肥料 150 グラム/m<sup>2</sup>施肥済み

## 介護予防教室とは

自宅のできる介護予防の取り組みを学ぶ教室です。

**第11回** 9月5日(木) 9:30～  
夏野菜の片づけ作業・除草  
白菜の補植作業  
ネットかけ

**臨時作業** 8月29日(木) 9:00～9:30  
管理作業



郡山地域包括支援センター

1日

【あぐり郡山～シニア男性の畑づくり講座】

令和6年8月1日(木) あぐり郡山第9回開催しました。今日は収穫祭！枝豆、じゃがいも、とうもろこし、なす、オクラ、きゅうり、いんげん、ミニトマトを収穫。その場でとうもろこしや枝豆を茹でたほか、「畑で簡単おつまみづくり」と題してミニトマトときゅうりのピリ辛炒めやガーリック枝豆の調理に挑戦！「お酒に合いそう～」「収穫できて嬉しい。がんばって畑づくりをやってきてよかった」等の感想が聞かれました。自宅に帰って、早速自分でも調理してくれた参加者もあり、「家族に喜んでもらえた！」との嬉しい声も。

また、7月保育園児とのじゃがいも掘り体験が雨で中止になったため、飯田保育所へじゃがいもをお届け、秋のさつまいも掘りはぜひ一緒にやりましょうと話しました。子ども食堂ぷらっとキッチンさんにも野菜をお届けしています。



4

いいね! コメントする 送信 シェア



仙台市郡山老人福祉センター・郡山地域包括支援センター