

梅雨入りの宣言もまだ聞かれない6月の中旬、そして今年も猛暑の夏になるだろうと感じさせられる気温の上昇・・・

そのような中、小淀農園の野菜苗たちは、たくましく元気に育っています♪子供の成長に置き換えてしまうのは私だけでしょうか・・・(笑)



これは小淀ホームの園芸活動をお知らせする広報誌です♪

小淀農園からこんにちは

笑顔が苗を元気にする！

小淀農園が「癒やし」スポットに。

どんな時も息抜きは重要！

小淀農園は、野菜や花を育てるだけではありません。私たちの心を休ませてくれます♪
少し気持ちに余裕がなくなった時に、足を運び、深呼吸をするだけで「ホッ」と一息つけるのです♪



6月の木漏れ日あふれるとある日。農園では、「伸びろよ、伸びろ～」の大合唱♪

私たちが楽しむ園芸活動を野菜苗たちも感じ取って元気に育ってくれているようです♪



園芸活動は、一般的に森林浴やアロマテラピーなどと同じく、植物や花の「癒やし」の効果によってストレスの緩和を図り、心身の健康回復も図れるものと言われています。また、五感をリフレッシュさせることのほか、生きがいや楽しみとなるだけでなく、コミュニケーション機会が増えることで社会性を維持することができる効果なども期待されています。



育てる苗を摘芯する後ろめたさ・・・

トマトやキュウリなどの野菜苗では、育てる過程で伸びていく苗の成長を止める「摘芯」を行います。これは一般的に摘芯する前に付いた実にしっかり栄養を回すことができると言われています。ですが、この摘む作業をする度になんだか後ろめたい気分になってしまうのです(悲)。元気に育とうとする植物に、あえて成長を妨げる施しをしているような気がして・・・

それでも 美味しく食す!

いろいろな想いで育てる野菜苗は、実った野菜の収穫や美味しく頂くことが醍醐味です。そして、どのように食すかを皆で話し合うことも楽しみの一つ♪
最後に「美味しく食す」までが園芸活動なのかもしれませんね♪



気軽に立ち寄れる農園でありたい。



「こんな気持ちの良い
ところはないね!」

90歳のご利用者が満面の笑みで仰りました。一人でも多くの人たちに言ってもらえるような居場所づくりをこれからもしていきたいと思っております♪



以前は、保育園の園児が来訪し、賑やかに芋掘りを行いました♪昨年は収穫に至りませんでした。再び園児の笑顔を見ることができるよう今年もチャレンジです!



小淀農園は、いずれは地域の中で誰もが立ち寄ることができる農園にしていきたいと考えています。子供からお年寄りまで、**笑顔があふれる場所**にしていくことが私たちの目標です!