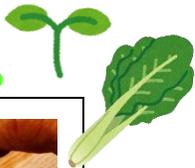




ペットボトルを使ったプランターで小松菜を育てよう



1 用意するもの
小松菜の種・培養土・ペットボトル(2リットル)
ハサミ・カッター・千枚通し(めうち)・油性ペン
ビニールテープ・受け皿(トレイ)



2 ペットボトルの下から2/3位の
高さにペンでしるしを書く。



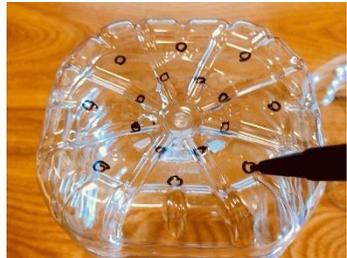
3 ハサミやカッターでペットボ
トルを切る。



4 ケガをしないように、切り口に
ビニールテープを貼る。



5 ビニールテープやマスキング
テープ、油性ペン等で飾っても
よい。



6 ペットボトルの底面にペンで
穴をあけるためのしるしをつ
ける。
※10 か所以上あけると水はけが良い。



7 千枚通し(めうち)等で、穴を
あける。



8 ペットボトルに培養土を入れる。
※底面1cm程度に鉢底石を入
れるとより水はけが良くなる。



9 培養土は、ペットボトルの
6~7分目程度入れる。



10 培養土全体が充分湿る位
水やりをする。
※受け皿(トレイ)を置く。



11 指で土を2cm 位押し、種を
蒔く穴を5か所程度あける。



12 1つの穴に2粒ずつ種を
蒔く。



13 種に土をそっとかぶせる。



14 土をかぶせた上から再度
軽く水やりをする。



15 発芽するまでは、毎日、
発芽後は、土が乾いたら
水やりをする。

区では、就学前から「野菜を育てる」「調理する」等の体験を通して、子どもが野菜に親しみ、野菜への関心を高める食育を実施しています。区の特産野菜である「小松菜」は、子どもたちにも育てやすい野菜です。おうちにあるペットボトルを使って作ったプランターでも簡単に育てることができます。

担当：子ども施設指導・支援担当課 栄養士 詳しくは、足立区ホームページへ→

