

緑のカーテンの効果

緑のカーテンには、様々な効果があります。

- 直射日光が室内に入るのを防ぎます
- 葉の隙間から涼しい風を通します
- 見た目にも清涼感を与えてくれます

コンクリート造の建物では、直射日光による建物への熱伝達を緩和したり、紫外線を低減する効果など、建物を保護する効果も報告されています。



調布市内公共施設での事例

市庁舎や市内の小中学校や公民館など、一部の公共施設では、夏の緑のカーテン作りに取り組んでいます。緑のカーテンを実施した施設では、日差しが遮られて涼しいといった声が聞かれました。



▲市庁舎での壁面緑化の様子

緑のカーテンお役立ちサイト

環境省 地球温暖化防止国民運動事務局
グリーンカーテンプロジェクト

体感温度の変化、緑被率の高め方など育て方のポイントも詳しく解説されています。全国のフォトコンテストの写真や事例も満載です。

<https://www.challenge25.go.jp/green/>

東京都環境局「緑のカーテンで涼しい夏」

緑のカーテンの作り方や、ゴーヤ料理のレシピなどが紹介されています。

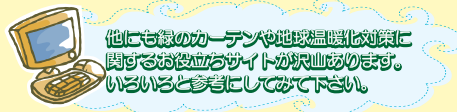
http://www.kankyo.metro.tokyo.jp/nature/green/green_wall/

地球温暖化対策に関するお役立ちサイト

全国地球温暖化防止活動推進センター（JCOCA）

地球温暖化に関する基礎知識から、全国各地域でどのような温暖化の取り組みが行われているのかなどを紹介しています。

<http://www.jccca.org/>



※ご紹介したURLは、予告なく変更や削除される場合があります。

お問合せ

調布市 環境部 環境政策課

〒182-8511 東京都調布市小島町 2-35-1

Tel : 042-481-7086 (直通)

E-mail : kankyou@w2.city.chofu.tokyo.jp

HP : <http://www.city.chofu.tokyo.jp/>

登録番号（刊行物番号）2013-261

ゴーヤでつくる 緑のカーテン



調布市



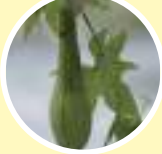
緑のカーテンに適した植物

宿根アサガオ（ノアサガオ）



多年生アサガオの一種で、繁殖力が旺盛です。開花期間が長く、花の色は様々な種類があります。

ヘチマ



葉が大きく、緑のカーテンに向いています。根が大きく張るので、大きなプランターで育てましょう。

カラスウリ



多年生のつる草で、真っ赤な実ができます。また、夏の夜にレースのような白い花を咲かせます。

収穫したゴーヤを味わうなら

簡単に夏バテ対策！「塩ゴーヤ」

生のゴーヤに塩をして、軽く漬けるだけ。冷蔵庫に冷やして常備しておくくと便利です。

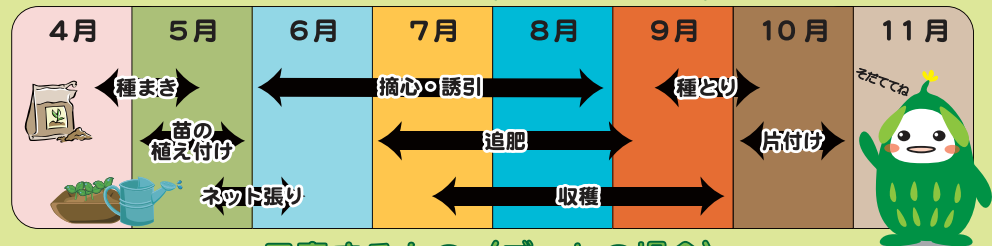
ゴーヤといえばやっぱり「ゴーヤチャンプル」

ゴーヤ、豚バラ肉、豆腐、ニラ、卵でつくる沖縄料理の定番です。

さっぱりと「ゴーヤサラダ」

おひたしにしたゴーヤ、オニオンスライス、ツナ、レモン汁、塩、しょうゆ、ブラックペッパーを混ぜ合わせればでき上がり。

スケジュール（ゴーヤの場合）

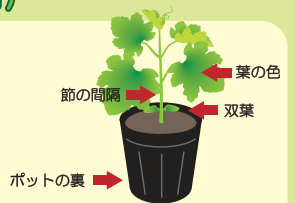


用意するもの（ゴーヤの場合）

種または苗

＜苗の選び方＞

節と節の間がしっかりと詰まった苗がおススメです。本葉が4～5枚出た状態で、双葉が残っているものが元気な苗です。このほか、次の点も注意してみましょう。
・老化した苗はポットの裏からたくさん根がでています。
・苗の緑色が濃すぎると、栄養障害を起こす可能性があります。



土

市販されている培養土が手軽で便利です。「野菜用」「果菜用」と書かれているものを購入しましょう。土づくりからチャレンジしたい方は、赤玉土、黒土、腐葉土、ピートモス、パーミキュライトなどを混ぜてつくります。

肥料

液体肥料でも、固形肥料でもどちらでも良いですが、効果の持続性に違いがあります。

鉢底石

水はけを良くし、根腐れを防ぐために、プランターの底に入れます。鉢底ネットがついているプランターの場合は必要ありません。

プランター

プランターで育てる場合は、なるべく大きなもの（長さ 70cm・奥行 25cm・深さ 30cm 以上）を用意します。

ネット

園芸用ネット（網目が 10cm×10cm 程度の大きさのもの）をつくりたい長さ（高さ）に応じて用意します。

支柱

太めの園芸用支柱が良いでしょう。葉が茂り、実がなると予想以上の重さになります。支柱の耐荷重は、よく確認しましょう。

結束バンド

支柱とネットを留めるために使用します。ロープやひもでも構いません。

園芸用品

ジョウロ、ハケツ、スコップ、ハサミなど

緑のカーテンのつくり方

ゴーヤを例としてつくってみましょう

土づくり

- 市販の培養土を使用する場合は、袋から出して、そのまま使えます。
- 土を自分でつくる場合は、一例として赤玉土 50%、黒土 20%、腐葉土 10%、ピートモス 10%、パーミキュライト 10%の割合で使います。肥料を入れて、よく混ぜ合わせたら完成です。
- プランターの底が隠れるくらいに鉢底石を敷きましょう。
- プランターの上端から 1～2cm 残して、土を入れます。十分にほぐしながら、ふんわりと入れましょう。

ポイント

育ちが良くなるために、毎年土を替えましょう。

種をまく (種から育てる場合)

- 種の尖った部分を爪切りやペンチで切って、水に一晩つけておきます。水に浮くものは発芽しにくいので、取り除きましょう。4月から5月上旬の間に行います。
- プランターを使用し、育てる場合は、1カ所に一晩水につけた種を、2～3粒ずつ、20cm 以上の間隔をあけてまきます。土を 1cm 程度かぶせて、水を多めに与えましょう。
- 10 日ほどで芽が出てきます。発芽後は、根が腐らないよう、土の表面が乾いてから水やりをしましょう。
- 本葉が 2～3 枚になったら、元気な苗を残して間引きしましょう。莖が太く、節と節の間が詰まっている苗が元気です。

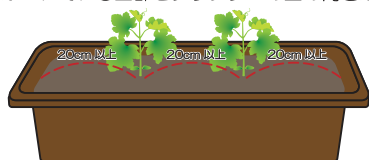
ポイント

間引きをする苗は、根元からハサミで切ると残した苗の根を傷つけません。



苗を植える

- 5月から6月上旬の間に植えましょう。
- 20cm 以上の間隔をあけて植えていきます (長さ 70cm 程度のプランターなら 2カ所が目安)。苗は、土がついている上部とプランターの土の高さが揃う深さを目安にして植えます。



ポイント

市販のポットから苗を抜くときは、莖の根元を持ち、ポットごとひっくり返し、プランターへ移します。傷つけないように気をつけましょう。

水やり

- 苗の成長が進んだら、1日1回程度、朝か夕方水やりをしましょう。プランターの下から水がしみ出てくるくらいが目安です。
- 真夏の日には、朝と夕方の2回、水やりをしましょう。

ネットを取り付ける

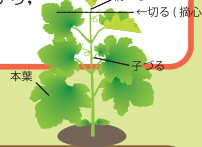
- つるが伸びる前にネットを張ります。
- ネットが苗より外側に来るように位置を決めます。
- ネット上下の両端には、支柱を横にして網目をくぐらせます。上部は、壁や柱に釘やフックで固定する、サッシ枠にすだれ用金具などを取り付けて固定する、2階のバルコニーの柵に固定するなどの方法があります。下部は、杭で地面に固定する、ブロックなど重いものに固定する、ネットの下端をプランターの下にくぐらせて、プランターを重しにするなどの方法があります。
- 支柱を地面やプランターに固定する場合も、ネットに横竿を1～2本通しておきましょう。

ポイント

葉が茂り、実がなると予想以上の重さになります。強風にあおられると危険ですので、ネットはできるだけピンと張り、しっかり固定しましょう。高い場所での作業は、足場を安定させ、安全に行ってください。

成長してきたら

- 親づるの先に日光がよく当たるように、ネットの外側へ導いてあげましょう。
- 子づるや孫づるが出たら、ネット全体に広がるように導いてあげましょう (誘引)。
- 50cm 程度つるが伸びたら (葉っぱ 7～8 枚の頃)、親づるの先を 2～3cm 切ります (摘心)。摘心を行うと、子づるや孫づるが横にも広がり、緑のカーテンになります。ネットの両端まで届いたつるも切りましょう。



肥料を追加する (追肥)

- 追肥は、最初の実がつきはじめた頃から与えます。
- 固形肥料を使用する場合は、プランターの隅に浅い溝を掘ってまき、埋め戻しておきます。効果が比較的長持ちするので、1カ月に1度程度で十分です。
- 液体肥料を使用する場合は、週に1回程度必要です。必ず決められた使用量や使用方法を守りましょう。

ポイント

この時期になると、土が硬くなっています。表面を軽く耕してふんわりさせましょう。新鮮な空気を取り込めるようになります。

開花・受粉

- ゴーヤには雄花と雌花があります。雌花には、花の下に小さなゴーヤがついているので、簡単に見分けられます。
- 先に雄花が咲きはじめ、後から雌花が咲きます。
- 確実に実をつけさせるために、人工的に受粉します。雄花を摘み取って、雌花に花粉をつけましょう。

ポイント

ネット全体につるが伸び、葉が茂るためには、ある程度成長するまで雌花を摘み取ってもよいでしょう。

実の収穫

- ゴーヤは、7月下旬から9月上旬頃まで収穫できます。
- 花が咲いてから 2～3 週間後で収穫できるようになります。イボイボが膨らんで、谷間の緑色が薄くなってきたら収穫しましょう。

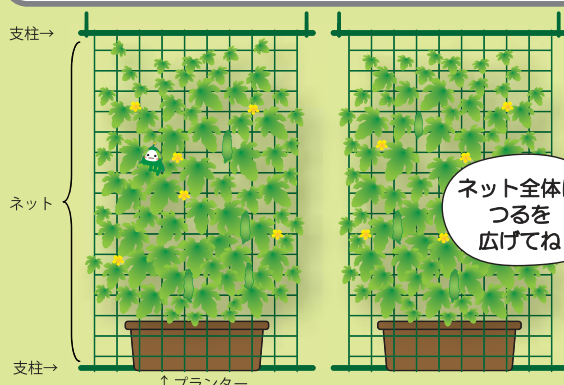
種とり

- 種取り用の実は、収穫せず残しておきましょう。ゴーヤの実が完熟すると赤褐色になり、自然に実が割れて、中から種が出てきます。
- 種は、水洗いして表面のぬるぬる (種衣) を取り除き、天日で乾燥させます。十分に乾燥させたら、紙袋に入れて密封し、冷蔵庫や冷暗所で保存しましょう (ただし、ここで取った種は、翌年うまく育たない場合があります)。



片付け

- 10月頃に、片付けをします。
- ネットに絡んだつるを外して、根も抜きます。ネットや支柱も取り外して片付けましょう。



ネット全体につるを広げてね

