



# はじめての

## 野菜作り体験

### 全6回

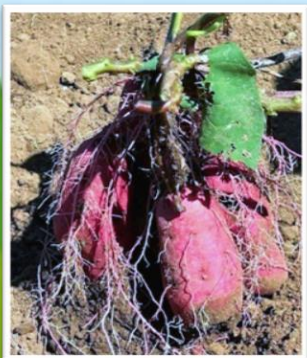
4月28日(日)~9月29日(日)

9:30~11:30

詳しくは裏面

毎月最終日曜日

# 家庭菜園



何の花かな？



Facebook や Instagram でも情報発信中。



詳しくは、  
QRコードから  
←Facebook  
Instagram→



対象：盛岡市在住の方 10名 ※定員を超えた場合は抽選で決定。これまで受講されていない方を優先します。  
※全6回、すべて「はるみさんの畑」に現地集合・現地解散となりますので、現地集合できる方に限ります。  
(詳しい場所は裏面の地図で確認してください。)

会場：はるみさんの畑（盛岡市上太田中屋敷）

受講料：1,000円（別に実習費3,000円 ※保険料込み）→合計4,000円

申込み方法：メールで、必要事項「①講座名 ②住所（郵便番号） ③氏名（ふりがな） ④生年月日 ⑤性別 ⑥電話番号」を [chuo.ph@city.morioka.iwate.jp](mailto:chuo.ph@city.morioka.iwate.jp) に送信する。

申込締切  
4月18日(木) 必着

問い合わせ先 盛岡市中央公民館（月曜休館）

〒020-0013 盛岡市愛宕町14-1 TEL: 019-654-5366 FAX: 019-653-3505

※天候などによって、日程を変更する場合があります。ご了承ください。

## はじめての家庭菜園・野菜作り体験

★家庭菜園をやってみたいと思いながら、土づくりはどうすればいいの？いつ何を植えばいいの？手入れの仕方は？といった初心者の方を対象にした講座です。「はるみさんの畑」を利用させていただき、一緒に野菜づくりを体験してみましょう。  
※表面の写真は、オクラの花でした。

### 【講座内容（予定）】

回	日時	内容	回	日時	内容
1	令和6年 4月28日(日) 9:30~11:30	実習① (オリエンテーション含む) ・土づくり、畝作り (鍬の使い方) ・種まき、野菜の植え付け	4	令和6年 7月28日(日) 9:30~11:30	実習④ ・野菜の手入れ ・収穫
2	令和6年 5月26日(日) 9:30~11:30	実習② ・土づくり、畝作り (鍬の使い方) ・野菜の植え付け	5	令和6年 8月25日(日) 9:30~11:30	実習⑤ (収穫祭) ・収穫 ・調理、会食
3	令和6年 6月30日(日) 9:30~11:30	実習③ ・野菜の手入れ ・畝づくり、野菜の植え付け	6	令和6年 9月29日(日) 9:30~11:30	実習⑥ ・秋野菜の準備

●場 所 上太田中屋敷「はるみさんの畑」(下の地図参照)

●持ち物  
・受講料等(3,000円) [第1回のみ]  
・スマホ等、筆記用具、飲み物、長靴、手袋、帽子、タオル、農作業に適した服装、鍬(お持ちの方)等

トマト、ナス、ピーマン、イチゴ、ズッキーニ、キュウリ、ジャガイモ、エダマメ、スナップエンドウ、オクラ、サツマイモ、トウモロコシ等

※天候により畑での実習が出来ない場合は、期日を変更したり、別メニューを実施したりします。  
※天候等により急な連絡が必要になる可能性がありますので、メールやLINE等のSNSを活用する予定です。(そのために「スマホ等」が必要です)

### 【講座講師】 佐々木 晴美 (ささきはるみ) 氏

- ・岩手県西和賀町(旧沢内村)出身。岩手大学(教育学部家政科食物専攻)卒業後、県内中学校の家庭科教師27年・小学校教師3年で早期退職。2020年4月「はるみさんの畑」開業。
- ・農家の嫁。庭園管理士。ガーデンコーディネーター。植物雑貨クリエイター。食品衛生責任者。食生活改善推進委員。
- ・野菜作り、産直「こがねの里」への納品、「もりサボ」の農業体験受け入れ、「盛岡駅前北の民謡市場」出店、中学校の職業講話講師、盛岡駅前商店街振興組合スタッフなど幅広く活動中。



### 【はるみさんの畑】 (盛岡市上太田中屋敷)



自衛官募集の看板があります。その向かい側が「はるみさんの畑」です。受講者分の駐車スペースがあります。