

実践!

# おうちの省エネ

二酸化炭素などの温室効果ガスにより地球温暖化が進行しています。地球温暖化の影響で様々な環境変化が起こっています。



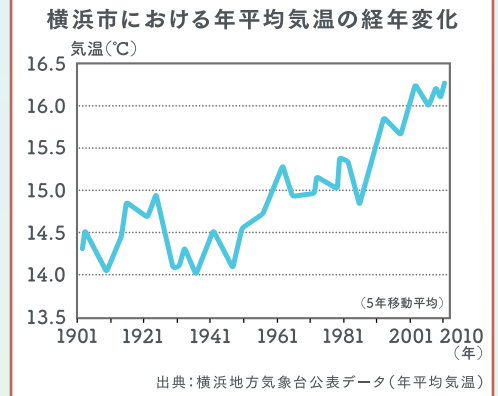
猛暑日の増加



ゲリラ豪雨



農産物の不作



横浜市の平均気温も上昇!

温室効果ガスの排出量を減らすため、今すぐできる省エネアクションに取り組みましょう!



## エアコン

室温は28度を目安に。フィルターをこまめに掃除しましょう。

## トイレの温水洗浄・暖房便座

暖かい季節は設定温度を下げるか、OFFにしましょう。

## エアコンの室外機

周りを整理整頓しましょう。日よけなどで日差しを防ぎましょう。

## すだれ・緑のカーテン

窓からの日差しを和らげます。

## 扇風機

エアコンの空気を部屋全体に行きわたらせます。

## 冷蔵庫

開け閉めは短時間で。詰めこみすぎに注意しましょう。

## クールシェア

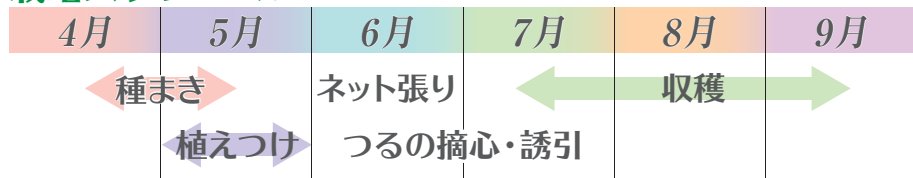
一つの部屋に集まりエアコンの使用台数を減らしましょう。

※室内でも熱中症にかかる場合があります。適切な室温管理や水分補給などを行い、無理のない範囲で省エネに取り組みましょう。

緑のカーテン  
作り方  
マニュアル

# 緑のカーテン(ゴーヤ)の作り方

## ●栽培スケジュール



## ●用意するもの

### ①種または苗

(市販の苗はGW前後に  
たくさん店頭に並びます。)



### ②土(野菜栽培用の培養土)



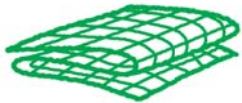
### ④肥料



### ⑥プランター



### ③園芸用ネット



### ⑤支柱

(ネットを固定する  
ために必要な場合)



(地植えをしない場合。  
根が張るので深型が適しています。)

## 土づくり

市販の培養土を  
使わないときは…

- 赤土6～7:腐葉土3～4
- 苦土(くど)石灰一つかみを入れて土を中和します。

### ポイント

- ゴーヤは酸性の土を嫌うので、苦土石灰を入れて土を中和します。
- 堆肥や生ごみ肥料を入れる場合は、十分に熟成したものを使いましょう。
- 連作障害を防ぐため、毎年土を入れ替えましょう。

## Step1 種まき

**ポイント** 種のとがった先を切って一晩水につけます

根になる部分まで  
切り落とさないように注意



育苗ポットに種を2～3粒  
まいて、1cm位の土をかぶ  
せます。



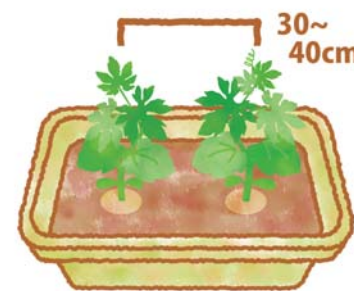
本葉が2～3枚になったら  
ポットの中で一番育ちの  
良いものを残し、ほかは根  
元からカットします。

## Step2 植えつけ

市販の苗を  
購入した方はここから



本葉が4～5枚になったら  
植えつけます。



苗は30～40cm以上離し  
て植えます。

## Step3 ネット張り

手すりや洗濯物干しなどを利用しネット  
を張ります。  
固定するものが無い場合は支柱を立て  
るなどしてください。  
安全に注意しネットが台風などで外れ  
ないか、マンションなどでは避難路を塞  
いでいないか確認しましょう。



## Step4 つるの摘心・誘引

本葉が6～7枚以上になったら親づるの先を  
摘みます。  
親づるを摘むことで、花が付きやすい子づ  
るが横から伸びます。  
子づるを横に誘引して、ネットにテープ等で  
軽くとめます。  
葉が混んできたら、適度に葉を摘んで風通  
しを良くします。



## Step5 収穫・種とり

収穫した実でゴーヤ料  
理を楽しみましょう。  
黄色く熟した実から種  
がとれます。  
陰干ししたのち、紙袋  
などに入れ涼しい場所  
で保管します。



### ポイント

#### ●水やり

土や葉の様子を観察  
しながら、水をあげ  
ましょう。  
土の表面にワラや木  
のチップを敷くと乾  
燥対策に効果的です。



#### ●追肥(ついひ)

定期的に化学肥料などを追肥  
します。

〈肥料の三元素〉

#### Pリン

花や実を  
つけたい

#### Nチッソ

葉を繁ら  
せたい

#### Kカリウム

根を元気に



## 他にもこんな植物が緑のカーテン作りにはおすすめ!

### アサガオ



種まき: 5～6月  
開花: 8～9月

### フウセンカズラ



種まき: 4～5月  
開花: 7～9月

### ヘチマ



種まき: 4～5月  
収穫: 9～11月

## ゴーヤの育て方

## Q&A

**Q.** 発芽しない種が多いです。  
どうしたらいいのでしょうか。

**A.** ゴーヤの種皮は硬く厚いため、種  
の先端を少しカットし、ぬるま湯や  
水に一昼夜つけてからまきます。  
水につけてプヨプヨするような種  
は発芽しにくいので、良い種を選  
びましょう。  
また、発芽するまで水をやりすぎな  
いようにしましょう。

**Q.** だいぶ早い時期に枯れ始めてしまいました。  
どうしたらいいのでしょうか。

**A.** ①肥料不足  
②水不足による乾燥  
③水のやりすぎで根が張らず腐っている  
といったことが原因として考えられます。土  
や苗の様子をよく観察しながら追肥すること  
や水をあげることが大切です。  
根腐れを防ぐには、通気性・排水性の良い  
土に苗を植え付けましょう。

**Q.** 葉っぱが白くなっています。  
病気ですか。

**A.** 日当たりが悪く、乾燥し  
た場所では、葉に白い  
粉がふいたような  
「うどんこ病」が出る場  
合があります。  
病気の葉を取り、風通しや日当たりを良くし、水を  
あげましょう。  
市販の薬剤を散布するのも一つの方法です。

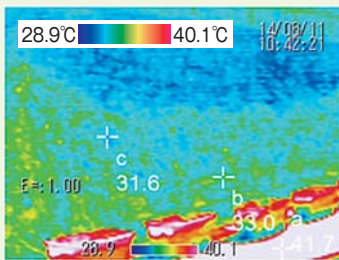


# 緑のカーテンの効果

つる性の植物で緑のカーテンを作り、建物への日差しを遮ることで室内温度の上昇を防ぎ、エアコンの使用量を抑制することができます。

植物は蒸散(※)効果により、コンクリートなどと比べて高温にならないことも、ヒートアイランド対策に効果的です。また、見た目にも涼しく、快適な気持ちにさせてくれます。

(※) 蒸散: 植物が葉から水蒸気を発散する作用。水是水蒸気になるときに周囲の熱を奪う。



サーモカメラ画像



可視画像

実際に区役所で作った緑のカーテンの表面温度を、サーモカメラで撮影してみたずん!  
プラスチックのプランターが40℃以上の時に緑のカーテンの表面は31~33℃と温度が低くなってたずん!  
今年の夏に向けて緑のカーテン作りに挑戦してみるずん!

泉区役所の緑のカーテンの取組は、泉区役所ホームページでも紹介しています。

[泉区 緑のカーテン](#) [検索](#)

泉区マスコットキャラクター  
いっずん



## 緑のカーテン作りに土壌混合法をプラスしてもっとエコ! ~生ごみで豊かな土を~

生ごみと土を混ぜ合わせることで微生物の働きで生ごみを分解し土壌を豊かにします。野菜作りなどの際に使用出来る良質な土となります。

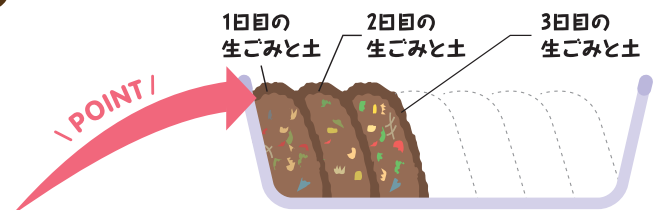
- 1 細かく刻んだ生ごみと乾いた土を混ぜます。



- 2 混ぜたときに手の中に湿り気を感じるくらいの水分量に調整します。



- 3 生ごみと土を混ぜたものを1日ずつプランターに横に並べていきます。



- 4 生ごみが隠れる程度の土で覆います (におい・虫をシャットアウト)

- 5 プランターがいっぱいになったら全体をかき混ぜます。

3~4週間で完成!

スリム  
「ヨコハマ3R夢!」  
マスコットキャラクター  
イーオ



### 問合せ先

【パンフレットに関すること】  
泉区役所 区政推進課  
電話: 045-800-2331  
FAX: 045-800-2505

【栽培に関するご相談】  
横浜市こども植物園 緑の相談所  
電話: 045-741-1024  
相談時間 9:00~16:30 休業日 第3月曜日、年末年始