



杉並農人 第22号

2025年3月
企画：杉並区
制作：NPO法人チューニング・フォー・ザ・フューチャー
協力：杉並区農業者、JA東京中央

◎お問い合わせ
杉並区産業振興センター都市農業係 〒167-0043 杉並区上荻一丁目 2-1 Daiwa 荻窪タワー2F TEL：03-5347-9136

参考：杉並区発行「ふれあい農業すぎなみ 農産物直販マップ 2024」
※杉並区 HP でも公開しています。「直販マップ」で検索してみてください。

杉並農人

Suginami Nōjin

第22号



新鮮で安心して食べられる減農薬・無農薬の野菜。
日々の生活をいろいろと花々。
都市空間に広がる農の風景は人々の心を癒します。

杉並の農家が輝いている。

坂井寛子さん

結婚を機に嫁ぎ先の家業だった井草の花卉農家を
支え続けて50年。細かな作業はお手の物で1〜2セ
ンチほどのごく小さな苗の植え替え作業を1時間に
数百ポットというペースでこなすこともある。現在は
息子の清人さんが経営を主体的に担い、寛子さんは
主に出荷準備などを行う。「家族で支え合って仕事
ができるのは幸せ」と顔をほころばせる。
パンジーやジュリアンなど季節の花々を中心に手掛
け、東京都の公園協会や町会へ納品。葉牡丹は秋に
開催される「すぎなみフェスタ」の品評会にも出品す
る。また、町会向けに花育でセットの提供や、ホスト
ファミリーとして早稲田大学の留学生の受け入れな
ど、人や地域との縁を大切に。JA東京中央では
3期9年に渡り理事を務め、食育推進活動にも取り組
んだ。そんな坂井さんは「育てた花を皆さんが『きれ
いね』と言ってくれるのが励み」。家族と共に育てる
花々が杉並を、そして東京を鮮やかに飾る。

井口久江さん

約400年続く農家の12代目である井口さんは清水
の住宅街で、1反ほどの畑を耕す。祖母、母、久江さ
んと、ここ3代は女性が井口家の農業を守ってきた。
春はジャガイモ、夏はきゅうり、トマト、オオナガナス
やメロン、冬には大根、ブロッコリー、カリフラワーな
ど旬の野菜や果物を手掛けるほか、サラダほうれん
草やルッコラといった葉物野菜もある。すべて有機
農法・無農薬で栽培。「味がしっかりしていておし
いものばかりです」と胸を張る。現在は週1回、畑の
そばに直売スペースを用意して販売している。口コ
ミで品質の高さを知った地元の人たちが列をなして
井口さんの野菜を求めるという。
令和6年は例年にない暑さの影響で農作物が思い
通りに育たないなど、農業には厳しい状況が続い
た。それでも「天候を考えながら試行錯誤して」元
気な作物を育てる。33年続ける趣味の絵手紙活動
も日々の励み。

杉並区の農業 DATA

●農家戸数：119戸
※令和6年4月1日現在

●農地面積：36.24[㌥] (362,400㎡)
※令和6年4月1日現在
※農地のある区部11区で5番目の農地面積
※野菜・果樹の他、植木・切り花等の栽培も多い

●野菜の生産量ベスト3
1位 トマト …… 84トン
2位 ダイコン …… 79トン
3位 ナス …… 74トン

●果物の生産量ベスト3
1位 カキ …… 10トン
2位 キウイフルーツ 5トン
3位 クリ …… 4トン

東京都農業会議「区市町村別農業データブック(令和4年度)」より

西武新宿線沿線で家族と共に花卉農家を営む坂井寛子さん、清水で有機農法にこだわり季節の野菜や果樹を栽培している井口久江さんに、農業に対する姿勢や思い、家庭と仕事のライフワークバランスなどについて語り合っていました。

※以下本文中敬称略



「農」に携わって感じる幸せ

坂井： 私は農の仕事に携わって50年ほどになります。これまでいろいろと大変なこともありましたが、今は家族で同じ仕事ができ、健康でいられることがありがたいですね。

井口： マイペースで自由に、有機農法にこだわって野菜づくりを突き詰められるのは幸せといえば幸せですね。作業は時々息子が手伝ってくれますが、基本的には私一人です。小さな頃から草取りや出荷作業などを手伝ってはいましたが、本格的に農業に携わるようになったのはここ2、3年です。何より大切なのは土づくりと考えて試行錯誤を重ねています。野菜は生き物なので、気温や天候など思い通りにならない自然とつき合いながら栽培するのは大変です。

異常な暑さで作物の匂もかわる

坂井： これほど夏の気温が高いと、作るものは多少変わってくるのかなと思います。現在事業を主に運営している息子は仲間と連絡をとりながら作付けの検討をしていますね。2021年開催の東京オリンピックに合わせて、夏に強い花の研究をしていたこともありました。

作付けする品種については、私も意見を出したり、アドバイスしたりすることもあります。

井口： ちょうど今朝、にんじんを畑から抜いてみましたが、まっすぐ伸びていないんですね。夏は地面が熱すぎるので、すぐ枯れてしまう。苗から育てようと計画していたのに、せっかく発芽しても暑さで結局枯れてしまって、今年(2024年)は何回種まきしたことか。異常な状態です。

坂井： そうですね。これまで春先に採れていたものが早めに採れるようになるとか、作物のできる時期が少しずつずれる、つまり旬がずれてくる可能性はありますよね。



井口： 本来は夏野菜のトマトも、5月頃が最盛期となって収量が一番多くなりました。本格的に暑くなると枯れてしまって採れませんでした。でも私はこれからも、有機農法、無農薬栽培で、形が悪くても味がいい、安心安全でみんなが元気になる野菜を作っていきたいと思っています。トマトといえば、以前冬の時期にお客さんから「トマトはありませんか?」と尋ねられたことがあります。露地栽培で季節に合った作物を栽培しているので、寒い時期にはトマトは当然ないんですよ。

坂井： 野菜や果物は輸入もありますから、今は年間を通じてなんでもあるように感じるのでしょうか。でも、季節を感じてほしいですね。お花も野菜も、本来はいつでも買えるわけじゃない。やはり外に出て土をいじり自然を感じることは大切だと感じます。

農の仕事、家庭、そして自分の時間

坂井： 若い頃は、周りの先輩方にいろいろなことを教えていただきながら、日々花卉栽培に向き合ってきました。自然な流れでJA女性部の活動に参加するようになりましたが、次第に活動が忙しくなり責任も重くなってきた時には、家業や家事との時間配分に苦労もありましたね。家族をはじめ周囲の助けや協力があって両立できたのだと思っています。

井口： 私は介護の時期もあって、その時は家庭を優先していました。長年この地域に住んでいますから、町会の役をお引き受けすることもありますし、家事や家計の管理にも時間はとられます。

坂井： 農家の仲間でも家族構成を知っていると、何か願うする時には「家庭優先でいいのよ。できる時にやってね」と声掛けして、配慮するように気をつけています。

井口： 家事や家族のことで多忙になっても私の場合は家の前が畑なので、すぐに様子を確認できます。手が足りない時は、ボランティアとして畑を見てくれる友人もいて本当に助かっています。

経験を積んだ今、やってみたいこと

坂井： 農家は家にいる時間を持ちやすかったので、実は30年近く留学生のホストファミリーをやっています。また10年ほど前には、JA東京中央で理事を務める機会をいただきました。まだ女性登用が始まって間もなくの頃で難しい側面もありましたが、多くの方との出会いを得て、ご縁を繋げたことは私の財産です。ホストファミリーに限らず、そんな人との出会いや交流を生かせたらと思います。

井口： 私は農家をやっていなかったら栄養士をしていました。もともと栄養学を学んでいたので有機農法、無農薬栽培にこだわっているのですから。今一番やりたいのは若い世代のお母さんたちを対象にした食育ですね。最近は便利ですから惣菜などを買って食べる機会も多いのかもしれませんが、それが子どもの健やかな成長に繋がるのかなと疑問もあって。だから私はお母さんや子どもたちに、野菜がどう育ち、どう料理をすればおいしく食べられるかを教えて差し上げたいですね。



暑い時期には朝6時ごろから出てきて作業を開始する。水やり、花の日焼けを防止するための日除けカーテンの調整、出荷作業などを慣れた手つきで手際よく進める。季節を感じる美しい花々を日々送り出している



1日に3時間ほどかけて野菜の生育状況を確認したり収穫したりする。この日は本人の顔よりも大きく立派に育ったブロッコリーが主役。収穫時期になると畑前で開店する直売所には多種多様な野菜が並ぶ(不定期開催・原則土曜日)



都会の子どもたちに伝えたいこと

坂井： 私は杉並保健所さんとのコラボレーションで食育に携わっています。杉並区食育推進ボランティアの皆さんと一緒に、杉並保健所が発行している「野菜のレシピ集」のメニューづくりを行っています。2024年秋号は「フードロス削減号②」と題して、ナスや大根を1本使い切るためのレシピを合わせて10種類以上考えて掲載しました。レシピは管理栄養士の方にも太鼓判を押していただきました。

井口： 実は今、幼稚園や小学校低学年の子どもがいるお母さんたちのグループに、畑の1畝を使って農業体験をしてもらっています。食育の一環ですね。皆さん喜んで作業をしていますよ。無農薬だからモンシロチョウの幼虫などがつきますけど、どんな虫が、どうしてつくのか、といったことも一緒に教えています。やっぱり小さい時の体験はとても大事ですね。

農業を繋ぎたい 関心を持ってほしい

坂井： 次の世代に農業を繋げるためには、私たちに何ができるだろうかと常々考えています。農業の世代交代は容易ではなく、杉並区内の農家数は年を追うごとに減っています。農地が途絶えてしまわないようにするにはどうしたらよいか、どうしたら農業が次世

代に引き継がれていくか、課題解決の方法を探っているところです。JAでも、農業の現場を巡る「農ツアー」等を開催して、杉並区の皆さんに少しでも都市農業の現状を理解してもらえるように取り組んでいます。

井口： 皆さんに関心を持ってもらいたい気持ちが強いんです。手にした野菜に関心を寄せるようになれば、その野菜がどうやって育てられているのかなどを考えられるようになると思います。野菜作りの理念や考え方、生き方を少しでも理解していただけたら嬉しいです。

農業の現状と将来への課題を多くの区民に伝えたいと語られたお二人ですが、最後に杉並区について尋ねました。坂井さんは、のどかで住みやすいこと、それは昭和初期の大規模な区画整理の恩恵でもあることを。井口さんは、自らお住まいの清水付近を「杉並区の田舎」と愛情たっぷりに話されました。杉並区という住宅都市における農業の難しさや楽しさ、課題と可能性にも気づかされる貴重な時間でした。(2024年12月 農福連携農園すぎのこ農園にて)



MARKET SCHEDULE 2025

杉並産の野菜を 食べてみたいと思ったら!

杉並産野菜は農家の直売所のほか即売会などでご購入いただけます。ぜひ足を運んでみてください。



開催日	イベント名	場 所	販売農産物	問合せ先
毎週火曜日	JA東京中央 杉並中野支店即売会	JA東京中央 杉並中野支店 (桃井2-3-4)	野菜・草花	JA東京中央杉並中野支店 TEL. 03-3399-8983
毎週木曜日	JA東京中央 城西マルシェ	JA東京中央 城西支店 (成田東5-18-7)	野菜	JA東京中央城西支店 TEL. 03-3392-7271
毎週木曜日	JA東京中央 高井戸マルシェ	JA東京中央 高井戸支店 (高井戸東3-22-11)	野菜	JA東京中央高井戸支店 TEL. 03-3331-5181
毎月1回 土曜日 (開催週は月毎に不定)	すぎのこマルシェ	すぎのこ農園 (井草3-19-23)	野菜・草花 加工品・雑貨	すぎのこ農園 TEL.03-5303-9835
毎月第3土曜日	座の市	座・高円寺 (高円寺北2-1-2)	野菜	座・高円寺 TEL. 03-3223-7500
3月28日(金)	春の即売会	杉並区役所本庁舎 中杉通り側入り口前 (阿佐谷南1-15-1)	野菜・草花 植木	産業振興センター都市農業係 TEL. 03-5347-9136
5月3日(祝・土) ～5日(祝・月)	大宮八幡わかば祭り	大宮八幡宮 (大宮2-3-1)	草花・植木	大宮八幡宮 TEL. 03-3311-0105
5月24日(土)	花と緑の井草まつり	井草森公園 (井草4-12-1)	野菜・草花	東京商工会議所杉並支部 TEL. 03-3220-1211
6月8日(日)	産業マルシェ	産業商工会館 (阿佐谷南3-2-19)	野菜	産業商工会館 TEL. 03-3393-1501
6月14日(土)・ 15日(日)	阿佐谷グリーンマーケット	阿佐ヶ谷神明宮 (阿佐谷北1-25-5)	野菜・植木	阿佐ヶ谷神明宮 TEL. 03-3330-4824
6月下旬～7月 予定	JA東京中央 いおぎマルシェ	JA東京中央 井荻支店 (今川1-17-15)	野菜・草花	JA東京中央井荻支店 TEL. 03-3395-3361
6月下旬 ～7月予定	JA東京中央 杉並中野生産部会即売会	杉並区役所本庁舎 中杉通り側入り口前 (阿佐谷南1-15-1)	野菜・草花	JA東京中央杉並事業所 TEL. 03-5349-8792
	JA東京中央 城西生産部会即売会		野菜・草花	JA東京中央杉並事業所 TEL. 03-5349-8792
	杉並区グリーンクラブ即売会		野菜・草花	産業振興センター都市農業係 TEL. 03-5347-9136

※上記以外にも即売会の開催予定があります。詳細については「広報すぎなみ」紙面や杉並区公式ホームページにて情報をご確認ください。

※イベントは事情により中止や変更となる場合があります。あらかじめご了承ください。

常設直売所 **ファーマーズマーケット 荻窪**
新鮮な野菜・草花のほかに加工食品も扱っています。

●場 所 阿佐谷南3-13-2 TEL.03-5349-8791
●営業時間 10:00～16:30 ●定休日 月曜・祝日・年末年始