



# グリーンカーテン コンテスト 結果報告書



令和5年度  
最優秀賞作品



家庭部門

事業所部門

令和5年度  
刈谷市



## ◆グリーンカーテンとは？

グリーンカーテンとは、朝顔や風船かずら、ゴーヤ、ひょうたん、きゅうり等のつる性の植物で作る自然のカーテンです。このカーテンには主に3つの効果があります。

まず夏の日差しを和らげ、室温の上昇を抑える効果、また日が当たると葉の蒸散作用により涼しい風が流れこみ、クーラーなどの使用を減らすことができる効果です。さらには植物の緑によって気持ちや癒やしの効果も期待できます。

- ① 遮光効果：日光を遮り、温度上昇を抑える
- ② 蒸散作用：葉の蒸散による冷却効果
- ③ 癒やし効果：植物の緑による癒やし効果



## ◆刈谷市での取組



刈谷市では、平成18年度よりグリーンカーテン作りに取り組んでいます。また、第2次刈谷市環境基本計画（平成27年3月策定）で定める施策の中の「省エネ型のライフスタイルへの変革」、「環境にやさしい人づくり」等の施策および、刈谷市環境都市アクションプラン〔平成29年改定版〕（平成29年3月策定）のテーマ別取組メニュー「緑化等の推進」においても、グリーンカーテン作りを取り上げています。

※刈谷市におけるグリーンカーテンコンテストおよび教育施設・公共施設へのグリーンカーテンの設置は「あいち森と緑づくり環境活動・学習推進事業交付金」を活用しています。

## -令和5年度グリーンカーテン実施状況-

全幼児（稚）園（17園）、保育園・乳児園（19園）、全小学校（15校）、中学校（5校）、特別支援学校

公共施設（13箇所）…富士松市民センター、小垣江市民センター、北部市民センター、交通児童遊園、市民ボランティア活動センター、心身障害者福祉会館、養護老人ホーム、高齢者交流プラザ、南部子育て支援センター、北部子育て支援センター、清掃センター、不燃物理立場、青山斎園

## ◆グリーンカーテンコンテスト概要

対象：刈谷市在住の人、市内に拠点を置く事業所・団体など

審査：写真と実績報告書の内容による審査

入賞：【家庭部門】最優秀賞（1名）、優秀賞（3名）、努力賞（4名）、

アパート・マンションでがんばったで賞（1名）

【事業所部門】最優秀賞（1事業所）、優秀賞（1事業所）



## ◆応募状況

区分	参加登録	実績報告
戸建て	90名	58名
アパート・マンション	15名	11名
事業所		4社

みなさん たくさんのご応募  
ありがとうございました!!



# コンテスト参加者の声①～家庭部門実績報告書より～

## ◆育てた植物

1位 ゴーヤ (50人)

2位 アサガオ (31人)



3位 風船かずら (18人)

4位 ひょうたん (12人)

5位 へちま (4人)

ゴーヤは葉が大きくて日よけ効果が高く、調理して食べる楽しみもあり、ご近所へのおすそわけもできることから今年も堂々の第1位でした！カーテンに彩りを添えるアサガオが第2位、風船のように膨らんだグリーンの実が可愛い風船かずらが第3位となりました。

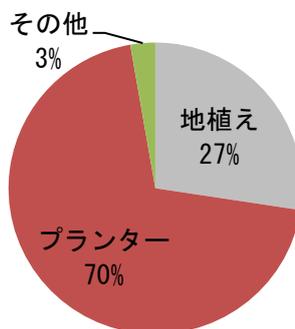
## ◆育てた場所・時期・費用

場所		時期		費用	
1位	南側 55人	1位	5月中旬 11人	平均	1,672円
2位	東側 14人		6月上旬 11人	最低	0円
3位	西側 7人	3位	5月上・下旬 7人	最高	10,000円

## ◆育て方・カーテンの大きさ

### 育て方

プランターを使用する方が半数以上を占めています。アパートやマンションでも気軽に置くことができるため人気が高いようです。



### カーテンの大きさ

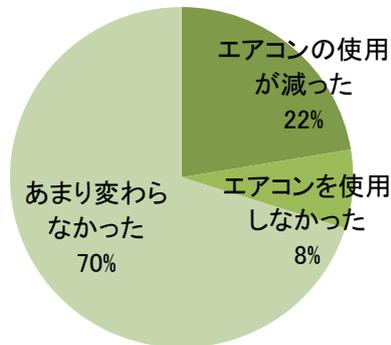
平均 9.41㎡

最大 90.0㎡

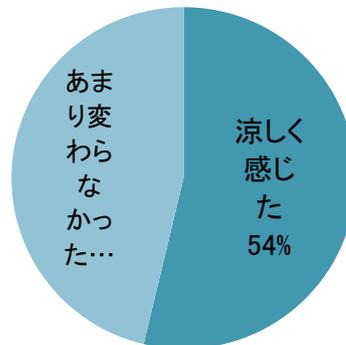
プランター1つ分の大きさのものから、窓全体を覆う大きなものまで、みなさん思い思いのグリーンカーテンを作っていました。

## ◇グリーンカーテンの効果

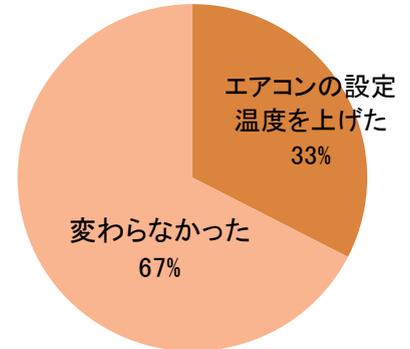
エアコン使用回数



涼しさ



エアコン設定温度



グリーンカーテン 外側平均温度 35.4℃

内側平均温度 33.7℃

平均温度差 0.7℃

実績報告してくださった皆さんからの貴重なご意見をご紹介します！

### 成功・工夫のポイント！



#### ～土づくり・植付け～

- ・土の上にワラを敷きつめて、土の乾燥を防ぎました。
- ・毎年プランターの土は基本的には同じ土を使っているのに連作障害を避けるために寒返しをした上に土壌改良材を多めに入れ対応しました。

#### ～育成～

- ・梅雨に入るまでは朝晩水やりをして苗の成長を助け、梅雨明け後はまた朝晩水やりをして対応しました。
- ・市が配布するEMぼかしを使用してコンポストで生ごみをたい肥にした。これを実をつけ始めた頃から入れた。
- ・2メートル位に成長したら新芽の先端をつまんで、よく茂るようにした。

#### ～ネット設置～

- ・ゴーヤがのぼるネットがたるんでしまうため、定期的にネットを張った。
- ・強風がきても倒れないように支柱を例年より多く設置した。
- ・ネットの幅を広くしたので、風でぐらつかないようにブロックを重りにし補強しました。
- ・ネット全体が風(台風)で飛ばされないようインシュロック(結束バンド)や針金で固定した。

## 失敗談

- ・毎年同じところでゴーヤを育てているので、連作障害なのか、水やりをしたが暑すぎたのか、育ちが悪かった。連作障害を防ぐ手立て、暑さ対策が必要なようです。
- ・ひょうたんの種が1か月经っても発芽しなかったなので、先端を切ったら1週間くらいで発芽したので、次からは切って植えたいです。
- ・プランターにゴーヤを3株ずつ植えたため、株間が狭くなってしまった。その結果、実の育成が悪く、収穫量も少なくなってしまった。

## 来年に向けて...

- ・蔓を上には伸ばすために、剪定をこまめに行って成長スピードを早め、全面に生い茂る期間を長く維持できるように工夫したいです。
- ・生ごみなどを利用し、自分で堆肥を作りたいです。
- ・来年は、追肥をもっともってやって、大きく育てたい。

## グリーンカーテンを作った感想

- ・朝のきつい西日の光がカーテンのおかげでやわらかい木漏れ日がさしこみ、エアコンの設定温度が2℃上がり、快適に過ごせ省エネにもなりました。
- ・毎年参加する事でたくさんの改善をつめて今年の設置はとても安定していたので、10年コツコツと参加してきて良かったなと感じた。
- ・今年は土を掘り返して新しい土に入れ替えたら、大きなゴーヤがたくさん収穫できた。最高は33センチ越えの立派なゴーヤがゴロゴロ収穫できました。ゴーヤをリング状に刻み天ぷらにしてみたら、大変美味しく家族にも好評です。
- ・朝起きた際、朝顔の花の色と咲いた数を子供と一緒に数えるのを楽しみに毎日過ごせて楽しかった。ふうせんかずらの実が膨らんでくると、子供が喜んで触りたがった。

グリーンカーテン作りを通じて、省エネだけでなく、みなさん様々な経験をされていますね。コンテストが新しい何かの「きっかけ」になれば幸いです。来年もぜひぜひ楽しみながら挑戦してくださいね！



## コンテスト参加者の声②～事業所部門実績報告書より～



### 工夫した ポイント!

昨年は日が当たらない白いゴーヤが多かったので、内側のゴーヤを外側に移動させるなど、日が当たるように工夫したことで緑のゴーヤがたくさん収穫出来ました。

今回の取り組みを通して良かった点が二つあります。

一つ目は職員、デイサービスのご利用者様みんなで協力して楽しく取り組めたことです。近くの産直まで一緒に苗を買いに行き、その苗を植え、水やりやつるの誘導など行いました。

二つ目は、ゴーヤを育てるだけでなく収穫したゴーヤを使って調理の練習をしたり、切ったゴーヤやつるを乾燥させてクリスマスリースを制作したりと余すことなく楽しめたことです。来年もグリーンカーテンに取り組みたいです。



社員がコミュニケーションを取るきっかけになれば良いと思い、グリーンカーテンを始めました。当社前を通行した畑帰りの住民から不意に声を掛けられ、グリーンカーテンの成長を気にかけてくださっていることを知り嬉しく思いました。

午後からは夏の西陽が厳しくブラインドで日除けをしていましたが、ブラインドでは事務所内が暗くなりますが、グリーンカーテンにしたことで、事務所の中が明るく清々しい気分になりました。

午前中に太陽光は全くなく、午後からの西日だけなので植物にとっての育成が困難な状況でありました。

ブラインド代わりに  
グリーンカーテン!

◆グリーンカーテンコンテスト入賞作品◆

最優秀賞

こぼちゃんさん

家庭部門



令和5年度は、こぼちゃんさんが最優秀賞を、加藤 正明、玲子さん・山中利夫さん・黒木 康さんが優秀賞を、大場さんがアパート・マンションでがんばったで賞を受賞されました！

また、この他に4名の方が努力賞を受賞されました。おめでとうございます！



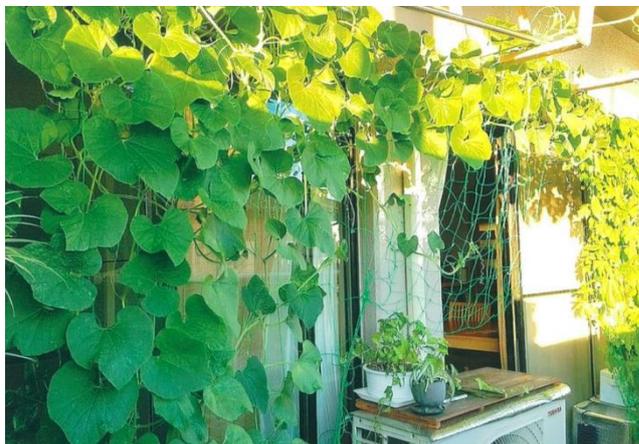
優秀賞

山中 利夫さん



優秀賞

加藤 正明・玲子さん



アパート・マンションでがんばったで賞

大場さん



優秀賞

黒木 康さん

◆グリーンカーテンコンテスト入賞作品◆

事業所部門



最優秀賞

角文株式会社



事業所部門は平成26年度から始まり、今年で10年目です。  
みなさんのオフィスでも、グリーンカーテンづくりに取り組んでみませんか？



三和油化工業株式会社

優秀賞



グリーンカーテンに取り組んでいただいた皆さま、ありがとうございました！！

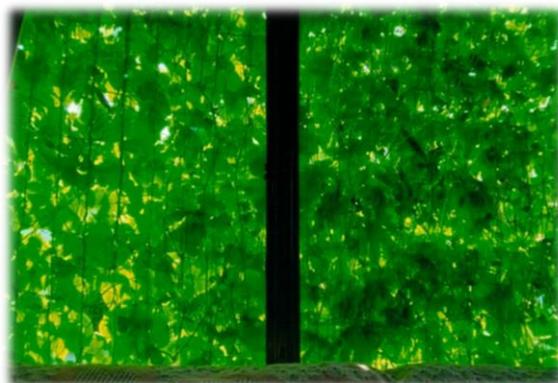
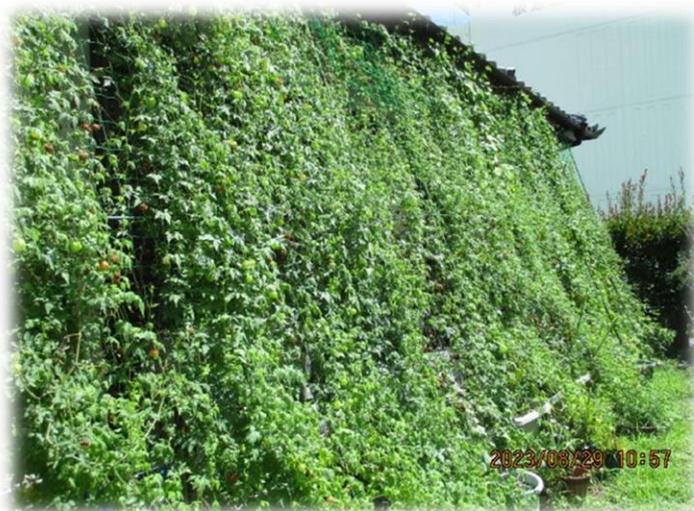


JA あいち中央デイサービス刈谷南



刈谷みらいスポーツパートナーズ

～グリーンカーテンコンテストの写真紹介～



# ゴーヤ料理レシピ集

～来年度のグリーンカーテンコンテストに向けてみなさんからの実績報告で  
教えていただいたものも含めていくつかレシピをご紹介します～

## ◆ゴーヤの佃煮

◎材 料・・・ゴーヤ1本 ・顆粒だし 小さじ1 ・砂糖 大さじ4と1/2  
・醤油 大さじ1 ・酢 大さじ1

①縦半分に切り、種・わたを取り除く。さらに縦半分に切り、2mmくらいの幅に切る。

塩もみをし、水で洗って水けをしぼる。

②鍋にすべての材料を入れ、弱火で汁気がなくなるまで煮つめる。

③ごまを加えて混ぜ合わせる。

## ◆ゴーヤとアンチョビのパスタ

◎材 料・・・ゴーヤ（半分程度を細かめ） ・玉ねぎ 30g（スライス）  
・アンチョビ（一欠片） ・パスタ70g ・オリーブ油20g

①ゴーヤを柔らかくなるまで茹でる。

②玉ねぎを炒めてきつね色になったらアンチョビを加える。

③ゴーヤと②を合わせる。

④茹であがったパスタと③を合わせて馴染んだら皿に盛り付け、  
好みにブラックペッパーを振りかける。

## ◆暑い日におすすめ！ゴーヤジュース

◎材 料・・・ゴーヤ、豆乳、バナナ、はちみつ

①ゴーヤは種とわたを取り、薄切りにする。

②ミキサーの中に、全ての材料を入れて混ぜたら完成。

※それぞれの分量はお好みで！好きな味を探してみよう！

