

# 自然栽培における土作りの秘訣

## 1. 土壌の健康を最優先

### 有機物の活用

- **堆肥の使用:** 通常有機農法では自家製や市販の堆肥を土に混ぜることで、有機物を土壌に補給します。  
しかし、自然栽培ではできる限り自然の状態野菜を育てます。  
具体的には、その畑に生えてくる草を刈りその草を畝の土の上に乗せていく事になります。森の土が落ち葉が積み重なっていくのと同じようにするのが良い方法です。
- **緑肥の活用:** クローバーやマメ科の植物（例えば、エンバクやソルゴー）を畑に植え、豆科の植物は根に根粒菌を集める性質があるため土壌に栄養を供給します。  
緑肥の活用で土壌の栄養バランスを整え、土の質を向上させます。

### 微生物の活用

- **コンポスト:** 台所の生ゴミや草木の剪定などをコンポストにして、土に戻します。  
コンポストは土壌の微生物を増やし、分解を助けることで栄養を供給します。  
コンポストは風通しの良い場所で管理し、時々かき混ぜて酸素を供給します。
- **ミミズの利用:** ミミズは土壌の中で有機物を分解し、栄養を供給する自然の力強い働き手です。ミミズの巣を作るために、適切な環境（湿り気のある有機物が豊富な場所）を提供し、ミミズが活動しやすい条件を整えます。

## 2. 土壌の多様性を保つ

### 自然な土壌環境

- **無農薬・無化学肥料:** 農薬や化学肥料を使わず、自然の力を活かす方法を選びます。  
これにより、土壌中の微生物や生物のバランスを保ち、自然な土壌環境を維持します。  
草が生えてきても抜かずに野菜と草と一緒に育てます。  
野菜よりも草の方が背が高くなると、日当たりが悪くなるので高刈りをします。
- **生物多様性の確保:** 畑や庭に多種多様な植物を育てることで、土壌中の微生物や動物の多様性を高めます。例えば、花やハーブ、野菜を組み合わせると、互いに助け合う関係が築かれ、土壌が豊かになります。

これらの方法を実践することで、初心者でも土壌の健康を保ち、自然な環境を育むことができます。

是非参考にしてください。