



ここかま あさがおプロジェクト
「ここかまのアサガオ、育てたい」

皆さんも一緒にアサガオを育てませんか？

同じタネを手にした誰かと、どこかでつながっている。
芽が出て、つるが伸びて、やがて花が咲き、また種が生まれる——
その静かな時間の重なりが、つながりのかたちを育てていきます。

これは「ここかま」が広げる
ひとりだけど ひとりぼっちじゃない — そんな関係のひとつのかたち。

日々の中で、小さな命を育てながら、そっと誰かとつながってみませんか？

育てる場所は、ご自宅でも職場でも。
ひとりで静かに、誰かと一緒に、どんな育て方も大丈夫です。

うまく育たなかったとしても、大丈夫。
その気持ちごと受けとめて、新しい種からまた始めましょう。

アサガオを育てることが、思いがけないつながりや会話のきっかけになるかもしれません。

実った種は、どうぞ NPO センター鎌倉へ。来年また、どこかの誰かにつながっていきます。



鎌倉市市民活動センター（鎌倉市役所第2分庁舎）

担当： 大津（ここかまアサガオ班）

電話：0467-60-4555

メール：rep@npo-kamakura.com

◆ あさがお栽培のポイント ◆

(NHK 趣味の園芸より)

用意するもの

種、鉢やプランター(植付けは直植えでも OK)、

肥料(チッソ-リン-カリウム 5-10-5)、

用土(①草花用培養土 または ②小粒赤玉 7:腐葉土 3 + 牛糞堆肥と川砂)



◇ 準備	浸水:種をまく前に、種を水につけ暗いところに置く。 種から根っこがでてきたらいよいよ種まき。
◇ 種まき	土に穴をあけ(1.5cm の深さ) 根っこを下にして置く。土をかぶせ水をあげる。
◇ 植付け	間隔は 20 cm以上あける、鉢植えの場合は5号鉢に1株が目安。
◇ 日光	日当たりと風通しの良い場所を好みます
◇ 水やり	花が咲くまでは、朝 1 回が基本。しげってきたら、朝晩 2 回の水やりを！ (特に夏はしっかりと)
◇ 収穫	種がしっかりしてから収穫、乾燥後、殻をむく (回収後は NPO センターへお持ちください)

NG なこと

- ・ 終日直射日光は NG、特に西日は避ける
- ・ 人工照明では花が咲きにくい(夜間は照明が当たらない場所へ)
- ・ 日中の水やり(根がいたむ)

LINEの
オープンチャット
でつながろう



「ここかまアサガオ班」開設予定です。
わからないこと、なんでも、
やりとりしながら楽しく栽培しましょう！



このアサガオの種はどこから？

江の島で開催された東京 2020 オリンピック・セーリング競技は、新型コロナウイルスの影響により無観客で実施されました。その際、沿道には地元の子も達が育てたアサガオが飾られ、選手達へのささやかな応援として会場周辺を彩りました。このときのアサガオの種が今も鎌倉に受け継がれています。本プロジェクトでは、この種を活用しながら地域の中で育て、収穫し、また来年へとつないでいく取り組みを行っています。