

はじめよう！

# ダンボールコンポスト

～ 生ごみゼロの暮らしを求めて ～



## NPO法人市民エコ会議

～生ごみ堆肥づくりのご相談は「ふれあいエコプラザ」へ～

ふれあいエコプラザ：開館時間：9:00～16:00、休日：月火、12月28日～1月3日

住所：〒509-7203 恵那市長島町正家1015-3

Tel・Fax: 0573-25-1515、email: [ecopuraza@gmail.com](mailto:ecopuraza@gmail.com)

# ～ダンボールコンポスト～

「ダンボールコンポスト」は、ダンボール箱と基材を利用して生ごみを堆肥化する方法です。

生ごみを入れ始めてから1～2週間すると、不思議にダンボール内の温度がどんどん上がります。これは、自然界の微生物たちが生ごみの栄養と水分、空気中の酸素で生ごみを分解している証です。

そして、約4か月後には良質な堆肥ができあがります。あなたも、ベランダでも手軽にできる「ダンボールコンポスト」にチャレンジしてみませんか。



## 1 準備するもの



※1 ダンボール紙は防水加工がしていない2重構造のものを使う。  
中敷きは、ダンボール箱の補強の為に、必ず入れる。

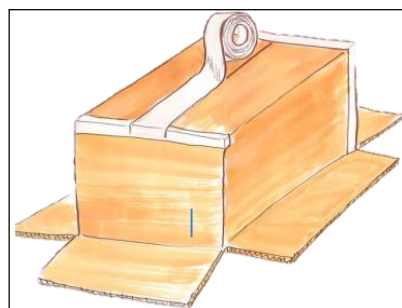
※2 基材⇒ピートモス10ℓ+もみ殻燻炭15ℓ

## 2 ダンボール箱を組み立てる

虫の侵入を防ぐために、ダンボール箱の底面と縦のつなぎ目にクラフトテープを貼り、2重底用ダンボールを入れる。

※テーピングは、必ずクラフトテープを使用。

ガムテープやビニールテープは、水蒸気の発散で箱が壊れるので使用不可。



## 3 基材を箱に入れる

基材を箱の中に入れ、かたまりをほぐしながら、ピートモスと燻炭を手でよくかき混ぜる。

※袋のまま、よく振って混ぜても良い。

また、スコップなど、尖ったもので混ぜると箱を傷つけるので注意。



## 4 ダンボール箱を置く

### ◆置き場所


雨がかからない、できれば日当たりの良い所。(車庫、軒下、ベランダなど)

### ◆通気性の確保

ダンボール箱の下に通気性の良い苗カゴなどを置く。

ダンボール箱の上下左右、どの面も床や壁に接触しないように置く。

## 5 生ごみ

入れていいもの	悪いもの
<p>生ごみ (貝類以外はすべてOK!)</p> <p>肉類、魚類、甲殻類、野菜、果物、海藻など</p> <p>※生ごみを細かくすると分解が早い。</p> <p>※茶がらなどは水切り不要。</p> <p>※玉ねぎの皮など乾燥したものは、分解に時間がかかる。</p> <p>※食用廃油、魚のアラ、炭水化物は分解促進に役立つ。</p> 	<p>貝類、雑草、剪定くずなど</p> 

# ～生ごみ堆肥のつくり方～

## (1) 1日目

- 「中央に穴を掘って生ごみをまとめて入れる」



- 「生ごみを埋める」

生ごみが見えないように、周りの基材で埋める。  
※生ごみ(肉・魚類)が基材からはみ出ていると  
アンモニア臭の原因になるので注意。



- 「虫よけキャップをかぶせる」

虫の侵入を防ぐために、キャップに  
シワができない様に正しくかぶせ、  
下方をゴムなどで止める。  
※虫よけキャップのつくり方→P7



## (2) 2日目以降

- 「前回入れた生ごみを混ぜる」

空気を入れ込むようによく混ぜ、塊まりはほぐす。  
但し、コンポスのつくり始めや、生ごみが少ない  
時は、分解が進まないなので混ぜすぎない。



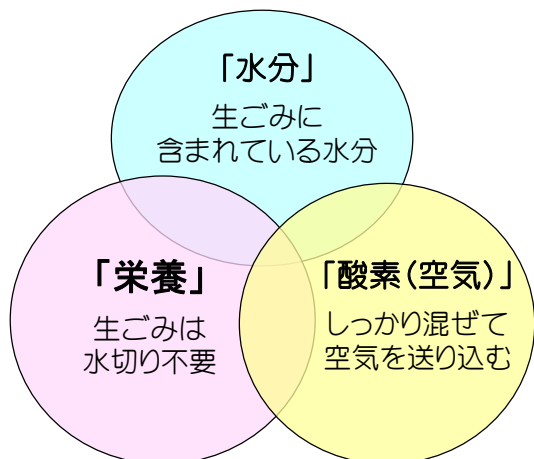
- 「生ごみを投入し、周りの基材をかけて、  
最後に虫よけキャップをかぶせる」

投入量は、1日500～700gが目安です。  
※生ごみ量が多い場合は、もう1箱増やす。



ダンボールコンポスト1箱で、50～60kg(4人家族で約3か月分)の生ごみ処理ができます。

# 成功の秘訣は水分、酸素、栄養のバランス



## 堆肥化の決め手は水分調整！

水分60%程度が理想的



床がしっとり、  
握ると固まるけれど、  
指で触ると崩れる程度。

堆肥づくりに適した気温は15℃以上。気温が低い時は、お湯の入ったペットボトルをダンボール箱の中に入れてたり、毛布をかける。それでも、分解しない時は、しばらく生ごみの投入を休止し、暖かくなったら再開すれば継続できる。

※保温しないで生ごみの分解が進む時期：恵那では3月～12月

## 生ごみの分解

- ①分解が始まるまでに夏は1週間、冬は2週間程度かかります。白カビがでたら分解が始まったしるし。ここからが楽しいです！
- ②分解が盛んな時は、湯気が出るくらいに温度は上がります。しかし、そんなに温度を気にしなくても大丈夫！全体のカサが増えていないことを目安にしてください。
- ③握って固まる程度の適度な水分が必要です。乾燥気味の時は、米のとぎ汁などで水分補給をしてください。
- ④分解が進まない時の食用廃油は効果絶大です。糖分、炭水化物、脂っこいもの、魚のアラなど高カロリーのものも分解を促進させます。また、生ごみの量が多い時や寒い時期などは、生ごみを小さく切った方が分解が速いです。



「白カビ」

目に見える最初の微生物。白カビが見えなくても、生ごみのカサが増えていなければOK！



「湯気」

分解が盛んな時は湯気が発生。水分量がよく、微生物が良く働いている。



## 生ごみの分解が遅くなった時は「切りかえし」

よくかき混ぜているつもりでも、底の方には、まだ新しい基材が残っています。大きなシートの上に、ダンボールの中味を広げ、もみほぐして箱に戻すと、中味が生き返ります。この作業を「切りかえし」と言います。「切りかえし」を、期間中2回位すると均一な良い堆肥ができます。



## 生ごみ投入を終了するタイミング

生ごみを入れても分解が進まず、ベタベタ感、アンモニア臭がするようになった時は、生ごみの投入を止めて熟成に入ります。

※毎日の生ごみの投入量が少ない人は、3ヵ月で終了するのは早いです。ダンボールの中をよくかき混ぜて、サラサラ感があれば、まだまだ、生ごみを投入できます。

## 堆肥に熟成する

生ごみの投入をやめたら1週間に1回程度、1～1.5ℓの水分を入れて混ぜて分解を進めます。生ごみの形がほとんどなくなり、水分を入れても温度が上がらなくなれば、堆肥の出来上りです。

※熟成期間は約3週間～1ヵ月間。

※熟成中もコンポストキャップをかぶせる。

※水分が多すぎると悪臭の原因になるので注意。

※すぐに使用しない時は乾燥させ密封保存。



## 堆肥の使い方

### ◆プランター

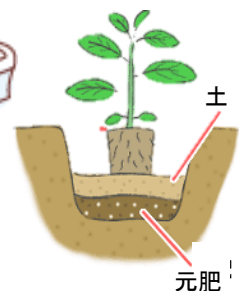
堆肥1:土4の割合で混ぜこみ、3週間程度寝かせて熟成させてから、種まきや苗植えをする。

### ◆畑

・大根など根の深い物は、割り肥として使う。

・根の浅い葉物は、全面に施肥する。

※植え付けの2～3週間前までに、生ごみ堆肥、米ぬか、鶏ふん、過リン酸石灰などと、一緒に土に混ぜて使う。



# ～虫が発生したら(予防と駆除)～

## ダンボールコンポストに集まる虫たち



「アメリカミズアブ」

体長10～20mmの黒いアブ。  
人に危害をえず、畑で受粉して  
くれる益虫です。

「コバエ」

体長2mm程度の小さなハエ。  
生ごみの臭いに誘われて集ま  
る。病原菌の媒介はしない。

「粉ダニ」

体長0.3～0.5mmの乳白色  
のダニ。基材の温度を上  
げるにより死滅する。

虫の発生はやっかいです、虫も微生物同様生ごみの立派な分解者であり、生態系の一部です。「虫といかに共存し、生ごみ堆肥づくりを快適にするか」という視点から、虫の予防、駆除方法を紹介します。

### 予 防

- 虫よけキャップをかぶせる
  - ・キャップのかぶせ方→P4
  - ・虫は、シワの部分や日陰になる部分に卵を産みつけます。生ごみ投入時は、キャップに卵がついていないか確認する。卵を見つけたら箱に入れないように気をつけて払い落とす。
- スコップは箱の中にしまう  
外に置いておくと、卵を産みつけられる。
- 定期的に基材の温度を上げる  
虫が卵の内は、駆除できる。
- 生ごみは放置しない  
生ごみに卵を産みつけることがあるので、ダンボール箱に入れるまで、ふたつき容器に入れる。

### 駆 除

- 微生物の好物を投入、中味の温度を上げる  
粉ダニなどの小さな虫は、中味の温度を上げることで死滅する。  
※微生物の好物→食用廃油、米ぬか、魚の内臓、茶殻、甘い物など。
- 基材をビニール袋に入れ、天日干しにする  
アメリカミズアブの幼虫は、大きくなると中味の温度を上げてても死滅しない。ビニール袋に中味を全部入れて空気を抜き、アスファルトの上などに1～2日間、天日干して死滅させる。  
その後また、中味を箱に戻し、生ごみの投入を続ける



## 虫よけコンポストキャップの作り方

①Tシャツを裏返し、  
山形にカットする

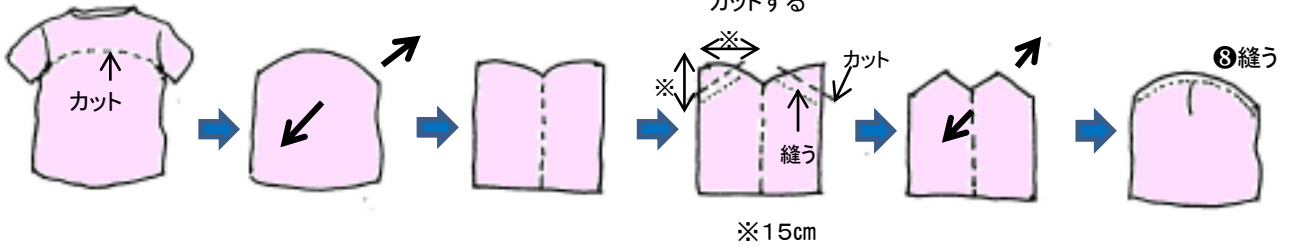
②前と後ろの  
部分を持って  
広げる

③脇の部分が  
中心となる

④15cmの位置  
で縫う。  
⑤余分な部分を  
カットする

⑥中心(脇部  
分)を持って  
広げる

⑦山形に縫い、  
裏返して  
できあがり!



～ ✕モ ～