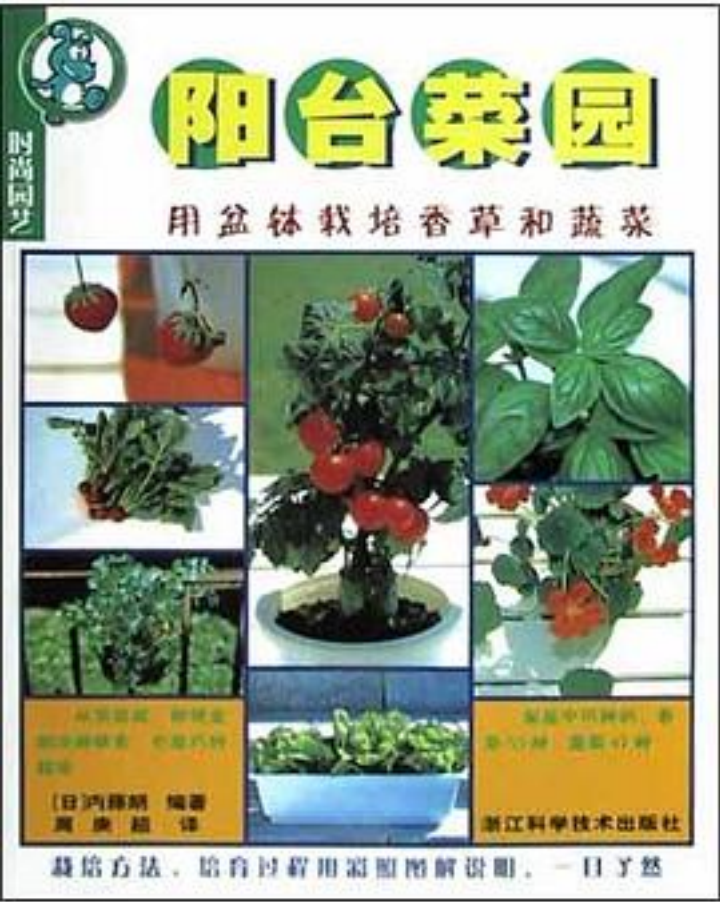


# 阳台菜园



[阳台菜园\\_下载链接1](#)

著者:[日]田中宁子

出版者:江西科学技术出版社

出版时间:

装帧:软精装

isbn:9787539068121

日本资深园艺作家分享多年的种菜经验，教你如何在家就能种出可口的蔬菜。全书配有

400多张阳台种植、布置的实拍图和作者亲手绘制的图片插图，大开本、全彩印制，让你如临其境，体验“迷你农田”的种植乐趣，感受温馨浪漫的植生墙。

充分利用微生物的互利共生，专为有限的阳台空间制定“混种”方案，让你一年四季都能吃到无农药、少肥料的应季蔬菜。

作者介绍:

田中宁子

园艺作家&插画家

经营家庭菜园长达25年，积极投身大学讲座、各地工作室的研究会活动等。

著有《怎么种都好吃！自家菜园》（日本扶桑社）、《在阳台种植美味蔬菜》（日本主妇之友社）、《开始在阳台种菜》（日本集英社）、《美味的阳台蔬菜》（日本家之光协会）等多部园艺类书籍。

目录: 这个阳台就是我的菜园……2

春……6

夏……10

秋……16

冬……20

Part 1 轻松简单！不易失败！乐趣无穷！

只需要一个花盆就能不断收获的四大法则……25

Rule1 混种能给环境带来多样性……28

Rule2 配制质轻又能反复使用的土壤……30

Column 来制作蚯蚓堆肥吧……34

Rule3 光合作用比追肥重要……38

Column 把现成的东西变成悬篮……41

Rule4 选择适合蔬菜生长的季节……42

Part 2 一整年都能收获美味！

如何打造完美的混种菜园……45

开始打造混种菜园吧……46

实践篇Ver.1 如何混种圣女果……48

实践篇Ver.2 如何混种茄子……54

混种菜园展……60

试试混种轮作吧……80

我家的三大“混种轮作”种植箱……81

Part 3 这些是最适合混种的组合！

推荐蔬菜&香草一览……101

春 夏

番茄……102

茄子／秋葵……103

黄瓜……104

刀豆／豇豆……105

青椒……106

芝麻／小辣椒……107

苦瓜……108

生姜／囊荷……109

蕹菜／紫苏……110

长蒴黄麻／韭菜……111

罗勒／百里香·····	112
旱金莲／迷迭香·····	113
秋 冬	
西蓝花·····	114
茼蒿／花椰菜·····	115
芝麻菜·····	116
生菜／卷心菜·····	117
茼蒿·····	118
小松菜／茼蒿·····	119
油菜·····	120
鸭儿芹／水菜·····	121
蚕豆／豌豆·····	122
叶用甜菜／香葱·····	123
牛至／香菜·····	124
洋甘菊／繁缕·····	125
Part 4 正因为狭小才要巧妙安排	
走近阳台菜园的幕后·····	127
创意满满！ 12 个阳台活用技巧·····	128
阳台菜园的好帮手·····	132
给阳台菜园添彩的地被植物·····	134
后记·····	139
Short story	
麦子和苦苣菜·····	24
根的工作·····	44
时机很重要·····	100
菜园和孩子们·····	126
· · · · · ·	( <a href="#">收起</a> )

[阳台菜园\\_下载链接1](#)

## 标签

园艺

生活

阳台种菜

种菜

日本

日本文学

电子版

2020

## 评论

想种

-----  
对我这种种植小白还是很实用的

-----  
相当棒的一本书，详细又实用，不过可惜平时家里做饭不太能用到香草这类。

-----  
蚯蚓堆肥的方法还是很想尝试一下的，原作者的条理我看的不是特别明白了，翻译有一点地方有一些疏漏。

-----  
都市田园梦

-----  
知易行难

-----  
非常治愈的一本书~作为一个完全没种菜的人，看着就不禁想要尝试~感觉拥有一个自己的菜园好幸福~

-----  
其实有很多巧思在里面，也让人很受鼓励~

-----  
都市钢筋水泥里夹缝中求生存，原木色，种绿色，一片小天地

-----  
家里一直有花，看完这本书想尝试一下花和菜混种。其实不用指望阳台上种出来的东西能吃到饱，哪怕只收获一颗果实，也会有巨大的喜悦吧。

-----  
蚯蚓堆肥有学到！蠢蠢欲动我要买蚯蚓了！

-----  
挺不错的一本书，可以教会你很多东西，还是挺好的。

-----  
还不错哟，看完后对如何种植阳台菜园有很大的帮助。

-----  
非常有意思的一本书。很不错

-----  
非常不错，挺值得看的一本书。

-----  
很贴切，生活非常的好看。

-----  
很好看的一本书，内容真的很不错，非常喜欢。

-----  
非常好看，非常贴切生活的一本书。

-----  
刚试着种了几种蔬菜，等待发芽

-----  
拥有一个小小的菜园子也是一种莫大的幸福

-----  
[阳台菜园\\_下载链接1](#)

## 书评

改革开放四十年来，人民的生活越来越好，从建国初期的吃不饱、穿不暖、没有房，到现在的讲究吃得好、穿得暖、有住房，解决了温饱问题之后，怎样吃得营养、吃得健康成为人们关注的重点。集约化、规模化地种养殖为人们提供了动植物类食品量的保证，但是越来越多的农药、化肥、饲...

-----  
高楼大厦是现代化城市的标志，于林立的高大的水泥建筑间，城市的人们渐渐失去了田地、庭院。却偏偏又在紧张的生活节奏下，越发对自然心生一份向往。于是，在土地、泥土稀缺中，有那么些聪明的人，独辟蹊径，将家中的阳台，变成自家的后花园，变成自家的菜园。《阳台菜园》的作...

-----  
在阳台里种植一些绿色的蔬菜，可以令室内春意盎然。在欣赏绿色的同时，还可以吃到纯天然的绿色蔬菜，何乐而不为呢？对爱好种植的人来说，我们种的不是菜，而是开心与快乐。利用阳台空间，种植上一些蔬菜，美化阳台环境的同时，还能够收获真正绿色无公害的蔬菜，可说是一举多得...

-----  
随着城市化进程的加速，当代很多的年轻人很少接触到农村的生活，似乎脱离了生产劳作，这其实并不是一件好事。农村的生活有着自己的特色，是城市里的孩子所不能理解的，而且在农村的田地间也可以学习到很多的生活知识，并且可以培养锻炼孩子的生活能力，可是现在这些都随着生活...

-----  
[阳台菜园 下载链接1](#)