

1部 まずは農業に触れよう

1章

農業について右も左もわかりません！ 020

農業やってみたいです。でも、クワもカマも持ったことがありません。そして、なにもわかりません。そんな私でもできますか？ 020

わからなくて当然。農業はイメージがしにくい 020

今の農業界は初心者ファースト 022

私、けっこういい年なんです。それでも農業を始められますか？ 026

農業界の平均年齢は68歳。いい年でもバリバリの現役 026

体力の問題はどうしたらよい？ 028

50代で農業を始めるメリット・デメリットは？ 032

50代で農業を始めるメリット 032

50代で農業を始めるデメリット 033

農業への憧れはありますが、失敗しないか不安です。 036

「憧れの農ある暮らし」で終わらせないために 036

「今の生活」から「やりたい農業」をイメージ 038



2章

「自分のやりたい農業」をイメージするには？ 042

まずは、なにをイメージしたらよいですか？ 042

「農業を楽しむ姿」をイメージしよう 042

「すぐできる情報収集」と「すぐできる農業」 044

CASE ベランダ農業から本格農業をスタート 050

忙しくて週末しか時間を確保できません。

そんな私にも始められる農業はありますか？ 052

初心者が始めるならまずは「週末農業」 052

レンタル農園のこともっと教えてください！ 055

費用を安くおさえないなら「市民農園」 055

手厚いサポートなら「民間運営のレンタル農園」 056

自分に合ったレンタル農園を選ぼう 058

CASE レンタル農園「シェア畑」 060

3章

「週末農業」ってなに？ 062

週末農業の楽しみ方について教えてください！ 062

初心者は週末農業をどう楽しめばいい？ 062



週末だけといっても、農作業は大変ですよ？ 068

準備を怠ると大変な目に……

市民農園・レンタル農園で気をつけることは？ 071

農園は「シェアであること」を忘れずに

有機農業に興味があります。週末農業でもできますか？ 074

有機農業とは？ 074

週末農業で有機野菜は育てられる？ 076

野菜をたくさん作っても食べきれない場合は、どうしたらよいですか？ 078

初心者によくある「収穫しすぎ」の落とし穴 078

解決策は「少量多品目栽培」 080

ところで、自分で作った野菜を売ることはできますか？ 082

状況に合わせた「販売ルート」を選ぶ 082

週末農業で、栽培も収穫も経験できて満足です。

もっと農業を楽しくするにはどうしたらよいですか？ 087

ひと通り経験したら「振り返り研究」をしよう 087

INTERVIEW

52歳で始めた市民農園／介護講師と農業の二刀流 090

4章 情報収集のしかたを教えてください！ 092

農業について情報を集めたいのですが、いろいろありすぎてわかりません。 092

初心者の前に立ちほだから「情報収集の壁」 092

効率的に情報を集めるにはどうすればよい？ 095

農業には、どのような始め方がありますか？ 097

「どう始める？」の前に、押さえておきたいこと 097

最終ゴールは「新規・独立自営就農」 099

栽培する作物はどのように決めたらよいですか？ 102

初心者が始めやすいのは「露地野菜」 102

露地野菜はどうやって決める？ 103

「儲かる露地野菜」のポイントが知りたい！ 105

農業を始める場所はどのように決めたらよいですか？ 109

「どこで始めるか」は初心者がいちばん迷う点 109

「憧れの土地」で農業を始めるときに注意すること 110



5章 農業に関する知識や技術を知るには？

やっぱり自分に作物を育てられるか不安です……。 112

小学校の「アサガオ栽培」を覚えていますか？ 112
プロから直接教えてもらうことは可能ですか？ 116

学べる場① 「農業体験」とは？ 117

「先生と生徒」の関係で学べる「農業体験」 117

短期農業体験とは？ 118

中期農業体験とは？ 119

農業体験はどのような心がまえで参加する？ 120

CASE 中期農業体験ができる場所 122

学べる場② 「週末農業アルバイト」とは？ 124

役に立ちながら経験を積む「週末農業アルバイト」 124

農業アルバイトはどう探す？ 126

学べる場③ 「農業ボランティア」とは？ 135

手助けしながら経験を積む「農業ボランティア」 135

農業ボランティアはどう探す？ 136

「No Pay」ならぬ「農ベイ」の気持ちでのぞもう 139

学べる場④ 「農業インターンシップ」とは？ 142

50代も参加できる「農業インターンシップ」 142

農業インターンシップでできることは？ 144

どうすれば効果的に利用できる？ 146

もっと実践的な知識を学べるところはありますか？ 148

本格的な農業を学ぶなら「農業研修」 148

農業研修で注意することは？ 150

体験とか研修とかではなく、学校みたいに学べるところはありますか？ 153

自分に合った学び方が選べる「農業の学校」 153

知識や技術は自分のベースで身につけよう 160

先々本格的に独立して農業を考えています。

学校に通う以外どんな方法がありますか？ 163

独立なら「就職」も手段のひとつ 163

6章

実際に相談に行ってみよう！ 170

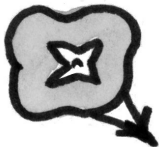
どこに相談に行けばよいですか？ 170

まず、相談に行くのはいつがよい？ 170

相談窓口はどこなところ？ 171

相談はどんな感じで進む？ 175

相談するときに注意することは？ 176



とはいっても役所の相談窓口はやはり行きづらくて……。
もっと相談に行きやすいところはありますか？ 179

相談のしやすさなら「新・農業人フェア」 179

目的別「新・農業人フェア」活用術 180

CASE「新・農業人フェア」相談ブースいろいろ 186

7章

知っておきたい！ 農地や資金についての基礎知識

188

いよいよ農地が必要になりました。むずかしいことも覚えなないといけませんよね？

188

避けては通れぬ「農地の話」

188

農地を管理する「農業委員会」

189

「農地法」で押さえるべきは「3条許可」

191

農地を探すには、実際にどんな方法がありますか？

195

農地の探し方はさまざま

195

やはり農地はなかなか手に入らないですか……。

205

法改正で以前より借りやすくなりました

205

農地を探す前に気をつけたいことはなんですか？

207

自分なりの「営農計画」を立てよう

207

営農計画はどう立てる？（露地栽培の場合）

208



農地をみつけるまで、どんな流れになりますか？

214

ひとつずつ手順を踏めば農地はみつかる

214

「地域とのつながり」を確認しよう

221

農地を借りるときに、気をつけたいことはなんですか？

223

なにより大事な「地域のひととの信頼関係」

223

農地を探すときに覚悟しておきたいこと

225

独立して農業を始めるのに実際お金はいくら必要ですか？

227

露地野菜なら1年目は400万円程度が目安

227

なににお金がかかるのか、もう少ししくわしく教えてほしいです。

229

露地栽培ではどんなものに費用がかかる？

229

自己資金30万円で農業を始めた人も

233

国の支援策はありませんか？

236

国の資金面での支援対象は現状「49歳以下」

236

市町村の支援策はありませんか？

238

「50歳以上」が支援対象のところもある

238

CASE 年齢制限なし！ 長野県の支援策「新規就農の里親制度」

242

資金が足りないのですが、借り入れはできますか？

244

実績を積みれば借りられる可能性はある

244

INTERVIEW 成功のカギは情報収集／シニアの農業に必要なもの

248



8章 最後の仕上げ！どんな農業人になる？

新規・独立自営就農と法人雇用就農、結局どちらがよいですか？

最終的に目指すのは「生き方としての農業」か「ガチ農業」か

農業法人への就職はいわゆる転職と同じですか？

農業でも前職の「知識」「経験」「スキル」は活かせる

農業法人への転職で押さえておくこと

求人情報はどこで手に入れられますか？

求人情報の効率的な探し方

農業法人に応募するとき、注意することはありますか？

求人情報は常にチェックしよう

「50歳からの農業」これからどうなる？

50代が農業を始めて生まれる「3つの好循環」

INTERVIEW

50代の転職で考えた農業／目指すは福祉×農業

付録ページ

おわりに

250

250

254

254

256

259

259

261

261

263

263

266

267

デザイン 大場君人
DTP・図版制作 佐藤純（アスラン編集スタジオ）
イラスト 小池アミゴ
校正 ぶれす

*本書の情報は2024年1月時点のものを基本に作成しています。 *QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。
*小社ホームページ上の付録は、予告なく内容変更・掲載終了する場合がございます。