

目次

はじめに	1
1 共通技術	
(1) ボカシ肥料の作り方	5
(2) 踏み込み温床	8
(3) リビングマルチ	10
(4) 作付体系	12
2 主要な品目ごとの技術	
(1) キャベツ	15
(2) ほうれんそう	21
(3) レタス	27
(4) リーフレタス	34
(5) チンゲンサイ	36
(6) きゅうり	41
(7) トマト	49
(8) ピーマン	57
(9) ばれいしょ	63
(10) だいこん	67
(11) スイートコーン	74
3 調査・試験のまとめ	79
4 調査対象農家（帰農志塾）の紹介	83
5 参考資料	
(1) 有機農業の推進に関する法律	84
(2) 有機農業の推進に関する基本的な方針	87
(3) 栃木県有機農業推進計画	95
(4) みどりの食料システム戦略	106
(5) 有機 JAS 認証	108