

おひさまサタナ ぐりんGreen

46号

2021.4月

あうちで
楽しむ

春の
家庭菜園特集!!

越冬ねぎ収穫の様子
(北見市端野町)

JAきたみらい



春の家庭菜園特集!!

早くも令和3年目の春を迎えました。昨年から新型コロナウイルス感染拡大により、ステイホームの日々が続いています。そんな今だからこそ、お家で日々の成長を楽しめる家庭菜園を始めてみませんか？

本紙で毎年好評の「家庭菜園」特集では、シソ、ダイコン、リーフレタスの栽培方法について紹介します。シソはプランターでの作り方を紹介していますので、お庭がない...という方もぜひチャレンジしてみてください！

プランターで育てる

シソ

栽培時期	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
植え付け							
収穫							

- 生育適温は20～23℃くらい。●シソは光が足りないと徒長したり葉の色が薄くなる。
- 日当たりが良すぎても葉が硬くなるので注意！

①苗選び

種からでもできるが、初心者には苗で購入するのがおすすめ。苗は茎が太くまっすぐなものを選ぶ。



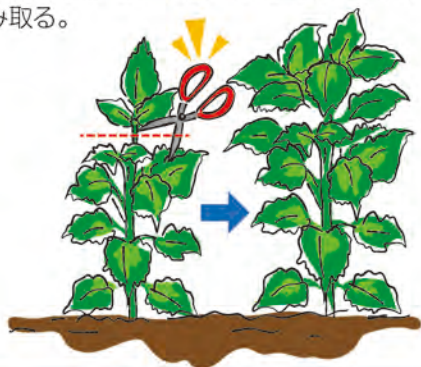
②植え付け

1株以上植える時は20cm以上間隔をあける。根がしっかりと張るようにしっかりと水をあげる。



③摘芯

背丈が15～20cmになったら、先端を摘み取るとわき芽が出て収穫量がアップ。花が咲いたら老化が始まるので早めに摘み取る。



④土づくり

少し大きめのプランター（排水穴あり）に鉢底網を敷き、底が見えない程度に鉢底石を入れ、その上から培養土（野菜用）を入れる。



⑤水やり・追肥

シソは湿った土を好み、乾燥するとしおれた葉が傷んでしまう。表面が乾かないように腐葉土を敷くのもおすすめ。葉が茂りだしたら様子を見て追肥。窒素肥料をあげすぎると虫がつきやすくなるので注意。

1株あたり（月に1～2回程度）
・化成肥料...5g

大きな害虫は手で駆除するか、ひどい場合には防虫ネットや農薬を使い対処！

⑥収穫

背丈が約30cm、本葉が10枚以上になったら下の葉から順に収穫。小さいうちに採りすぎると成長が遅くなる。



シソ科

ダイコン

栽培時期	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
種まき							
収穫							

- 生育適温は17～20℃、寒さに強く暑さに弱い。
- 発芽時に13℃以下の低温になると、とう立ち（花が出てしまう）を起こしやすい。
- 収穫が遅れると、内部にス（小さな空洞）が入るので、取り遅れないように。

①畑の準備

【1㎡あたり】
完熟堆肥...約2kg
苦土石灰...100～150g



種をまく2週間以上前に完熟堆肥と苦土石灰、1週間前に化成肥料をまいて30～35cmの深さによく耕す。変形の原因になるので石や雑草の根などはきちんと取り除く。

【1㎡あたり】
化成肥料...150g



②種まき



幅60～70cm、高さ10cmほどの畝を立てる。2ℓのペットボトルやビール瓶の底で凹みをつけて、その円に沿って4～5粒点まきする。厚さ1～2cm程度に土をかけ、手のひらで軽く抑える。

マルチを敷く場合は、シルバーまたは銅線入りのマルチを使用するとアブラムシ除けになる。

③間引き

（発芽）
タネまき後2～3日



1回目



本葉1枚のころ、1か所3本に間引く。

2回目



本葉3～4枚のころ、1か所2本に間引く。

3回目



本葉が5～6枚になった時に1本に間引く。

株元がぐらつくときは軽く土寄せする。

④追肥

最終間引き後に、畝の肩に化成肥料をまき、中耕・土寄せをする。その20日後にも同様に、追肥・中耕・土寄せを行う。

青色点線の部分が約1平方メートル

4穴単位で1握り（約50g）をまく。



⑤収穫

外葉が垂れ、中心部の葉が開いてきたら収穫する。



食べることはできるが、まだ収穫適期ではない。

収穫適期!!

アブラナ科

リーフレタス

栽培時期	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
植え付け							
収穫							

- 冷涼な気候を好み、暑さに弱いので北海道ではつくりやすい。
- 高温長日によるとう立ちに注意！

①苗選び

種からでもできるが、初心者には苗で購入するのがおすすめ。本葉が4～5枚あり、虫食いなどが無いものを選ぶ。



②畑の準備

植え付けの2週間前、苦土石灰をまき、深さ30cmくらいまでよく耕しておく。

【1㎡あたり】
苦土石灰...150g

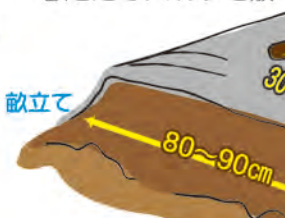


植え付け1週間前に堆肥と化成肥料をまき、土とよく混ぜる。

【1㎡あたり】
堆肥...約2kg
化成肥料...150g



高さ10cm幅80～90cmの畝をたて、マルチを敷く。



マルチは、春秋は黒色、夏は白黒ダブルマルチかシルバーを使う。

③植え付け

苗に水を十分に吸わせてから、図のようにしっかり植え付ける。植え終わったら、根本にたっぷりと水をやる。



《害虫対策》
根付くまでの2～3日不織布をベタ掛け。その後防虫ネットをトンネル掛け。

④収穫

葉が20cm程になったら、間引きながら収穫していく。サンチュの様に下葉からかきとって利用してもよい。



肥料と土壌改良資材

土の中からでは吸収しきれない栄養分などを肥料として補ってあげる必要があります。野菜の種類によって必要な成分や量が異なりますので適正に肥料を施すことが重要です！
土壌改良資材は土の保水性、通気性、酸度などを調節することができます。

化成肥料

大さじ1：約12g



植物の生育に欠かせない3要素がバランス良く含まれていることが多く、初心者でも使いやすい。

有機質配合肥料

大さじ1：約20g



油粕や魚粉、鶏糞など、植物性または動物性の有機物を原料としている。ゆっくりと効果が現れ長く続く。

石灰

大さじ1：約20g



アルカリ性なので、酸性になりやすい畑を中和する。また野菜の生育に欠かせないカルシウムを含む。

堆肥

1握り：約100～130g



動植物が微生物の働きで発酵・分解されたもので、土を改良するためのもの。

肥料のあげすぎも良くないので気を付けてね！



