

家庭菜園を楽しもう!

VOL.9

来春からの栽培計画



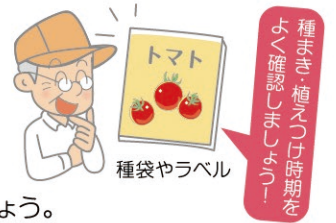
作者: ヤンマー農機販売(株)
宮崎(ジュニア野菜ソムリエ)

寒い日が続くようになってきましたが、畑の様子はいかがでしょうか?今の時期は植え付けや種まきの野菜がなく、日々の作業も落ち着いているのではないのでしょうか。今号は、来春からの栽培計画についてのお話です。作りたい野菜、それぞれの栽培適期や特徴を考えながら、楽しく計画を練っていきましょう!

栽培計画作成のポイント

栽培時期

どんな野菜も適期に栽培することが大切です。お住まいの地域の気候、栽培する品目の栽培適期を確かめて、計画を練りましょう。種まきや植付けの時期は作物が1番育ちやすい時期に生育できるように設定されているので、実際に栽培を始めるときも種袋や苗のラベルをよく確認して栽培を始めましょう。



栽培品目の選び方

育てたい野菜を育てるのも楽しいですが、家庭菜園を始めたばかりの方は栽培期間が短く・育てやすい葉物類や根菜類などから栽培を始めるのがおすすめです。育てやすい作物でコツをつかんでいって、だんだんと難しい野菜に挑戦していきませんか?



連作障害

同じ種類の野菜はもちろん、同じ科の野菜を続けて栽培すると、「連作障害」が出やすくなります。手っ取り早い対策方法は、違う科の野菜を順繰りに栽培する「輪作」をすることです。違う科の野菜や、連作障害の出にくい野菜を組み合わせた栽培計画を考えるようにしましょう。

連作障害の出やすい作物

ナス科、ウリ科、マメ科、アブラナ科は連作を嫌う作物が多いです。

ナス科	ナス、トマト、ジャガイモ
ウリ科	キュウリ、カボチャ、メロン、ゴーヤ
マメ科	エダマメ、エンドウ、ソラマメ、インゲン
アブラナ科	ダイコン、ハクサイ、キャベツ、コマツナ

連作障害の原因

① 前の野菜に寄生していた病虫害が、次の野菜にも害を与える
 ② 前の野菜の根から特殊な成分が分泌され、次の野菜の生育を阻害している
 ③ 土中の肥料成分が不均衡な状態になっている

※『連作障害』とは、同じ作物を続けて栽培することで病気や生育障害が出やすくなることです。

輪作のイメージ

（前年）	（今年）
トマト	インゲン
キュウリ	トマト
インゲン	キュウリ

同じ畑で同じ野菜を連続して作らず、違う野菜を作るようにします

近くに植えるとお互いに良い影響を与え合う“コンパニオンプランツ(共生植物)”を利用してみたい、去年春蒔きだった大根を秋蒔きに変えて違いを比べてみると、楽しく計画を立ててみてください!

コンパニオンプランツの例

トマトとバジル

ダイコンで消化をサポート

ダイコンは季節に関らず1年中出回っていますが、元々は涼しい気候を好むので本格的に冷え込み始めるこれからの時期に旬を迎える野菜です。冬のダイコンは甘みがのって美味しさも格別ですので、おでんなどの煮込み料理でうまみを味わうのがおすすめです。ダイコンはビタミンCやカリウム、食物繊維のほかにもデンプンを分解する消化酵素が含まれています。この消化酵素は加熱に弱く、生の状態で効果を発揮するので、薬味として大根おろしやサラダなどの生の状態で楽しむのもおすすめです。葉の部分もβ-カロテンやカルシウムの豊富な緑黄色野菜ですので、おひたしやふりかけにして、美味しくいただきます!



次号VOL.10は **野菜の病虫害** についてです!

