

IV

野菜

①果菜類

1.

いちご

果菜類《バラ科》原産地：北アメリカ

日本へは江戸時代にオランダから伝わった。
子どもからお年寄りまで人気。ビタミンCに富み、
香気・甘味・酸味の三拍子がそろう。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
トンネル 早熟栽培					×	×		△△		YY		
露地栽培					×	×		△△		YY		

× 親株定植 △ 仮植 YY ランナー挿(定植) トンネル 収穫

栽培のポイント

- 苗づくりから栽培する場合は、本ぽ1アール(100㎡)で、イチゴ苗を約600株作付ける。そのためには、親株床が20㎡で親株を20株用意する。仮植床も20㎡必要。
- 花芽は低温・短日条件になる秋に分化する。冬には休眠して生長を停止して、一定の低温期間を経ると休眠から覚め、生長し始める。
- 寒さに強いが、開花中の花は0℃になると寒害をうけて枯死してしまう。
- 根は肥やけを起しやすいので、有機質肥料を中心に施肥する。

成功のポイント!

葉がしっかりして色つやがよく、根がよく張った苗を、浅く植える。決して深く植え付けないこと。

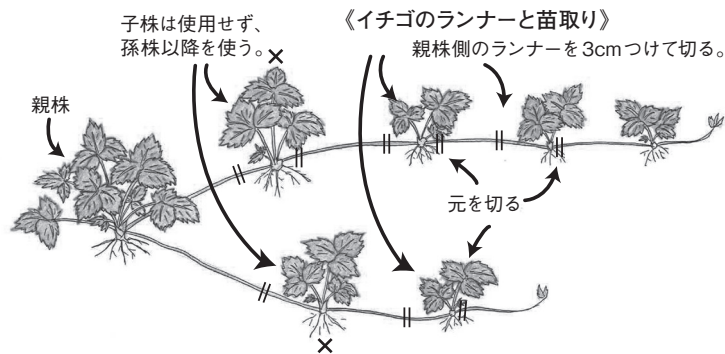
作り方

親株の植えつけ《5月下旬～6月上旬》

- 苗 選 び：親株は無病の生育の良い株を選び、1株当たり30～40株を目標に子苗を作る。
- 親株床準備：うね幅2m、株間50cm。親株定植の2週間前に、20㎡当たり菜種油粕2kgを施用。(なるべくイチゴを栽培したことのない排水の良い畑を選ぶ。)
- 植 え 付 け：クラウンが隠れない程度の浅植えにする。
- か ん 水：植え付け後は十分かん水をする。親株床が乾燥すると、ランナー(子づる)の発生が悪くなる。
- 追 肥：追肥は液肥2号200gを500倍で6～7月に2回散布する。
- 子苗の発生：7月下旬以降に発生した強いランナーを、混み合わないよう誘引し、子苗を発生させる。

育苗

- 仮植時期：8月末～9月上旬に、うね幅150cmで株間15cm×条間15cmで4条に仮植する。この時、深植えは禁物。
- 苗の大きさ：展開葉が3～4枚の苗（子苗をランナーから切り取るとき、親株側からのランナーを約3cmつけて切り取る）

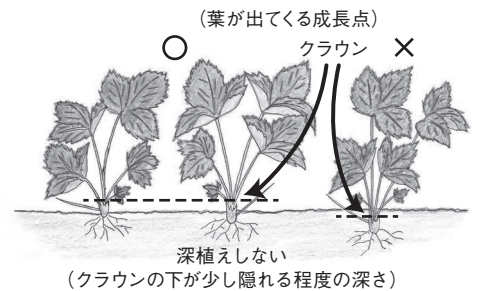


- 日 覆 い：活着するまでは、黒寒冷紗でトンネル被覆し、朝夕十分かん水する。
- 施 肥：活着後、条間に「いちご有機666」を2kg（20㎡あたり）施用する。
- 下 葉 か き：新葉の展開が旺盛になったら、古い葉はかき取る。

本 ぼ

- 定植時期：10月中旬～下旬（定植後は十分にかん水し、活着を促す。）
- 苗の大きさ：本葉6～7枚の苗
- うね幅×株間：120cm×30cm
2条千鳥植え

- 植え付け方：いちごは、親株から出たランナーが伸びる方向に花が咲き、実がなる性質があるため、約3cm残したランナー側をうねの内側に向けて植えると、花房が通路側に出る。クラウンが隠れない程度の浅植えとする。



- 施 肥 例 （1アールあたり）

元 肥

- ◎ 堆 肥：200kg
- ◎ 苦土石灰：10kg
- ◎ いちご有機666：8kg
- ◎ ようりん：3kg

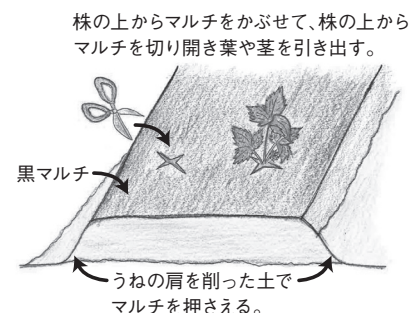
追 肥 いちご有機666

- ◎ 第1回目：8kg
（定植半月後に条間に溝を切り施用する）
- ◎ 第2回目：4kg
（1月上旬頃）

成功のポイント！

イチゴの根は肥焼けしやすいので、元肥は植えつけの半月以上前に施し、15cmくらいの深さにすき込んでおく。

- 葉 か き：日当たりと風通しをよくするため、枯れ葉、古葉をとる。
- ポリマルチ：1月下旬に、降雨後の土が十分湿った時に、黒色ポリでうねを被覆する。（乾燥を防ぎ、生育が早まり収量が多くなる。）



2.

オクラ

果菜類《アオイ科》原産地：東北アフリカ

日本では初めは観賞用として栽培。
刻んだ時にぬめぬめした粘り気が出るが、この粘り気の正体は食物繊維で、コレステロールを減らす効果をもっている。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
移植栽培				●	×							
直まき栽培				●	●							

●—● 播種 × 定植 ■ 収穫

栽培のポイント

- 種皮がかたく吸水しにくいので、発芽適温が高いので、早まきは避ける。早まきや早植えをする場合はトンネルなどでの保温が必要。
- 少々畝が乾いても葉がしおれないので、水不足に気づかないことがある。肥料不足と乾燥は、生長が悪くなり、品質の低下を招くので注意する。
- 葉が大きいので株間を広くしがちだが、密植にして増収を図る。

作り方

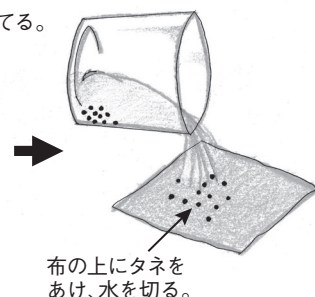
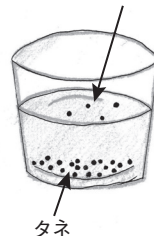
- 畑の準備：うね幅100cm、株間30cm、1アールあたり約320株
- 施肥例（1アールあたり）

元肥

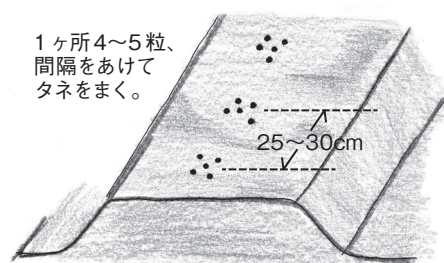
- 堆肥：200kg
- 苦土石灰：8kg
- ようりん：2kg
- 大阪北部エコ有機3号：15kg

- 種の準備：種の皮が硬いので、種は一昼夜水につけてからまく。浮いた種は捨てる。
- 種まき：早くまきすぎると低温で芽が出ず、種が腐ったり、初期の生育が悪くなったりする。一般には4月下旬～5月上旬に種をまく。
1か所に4、5粒まき、1cmの厚さに土をかける。
- 間引き：本葉が2枚のころ、1か所2株に間引く。間引く株は地際からハサミで切り取り、残す株の根を傷めないようにする。

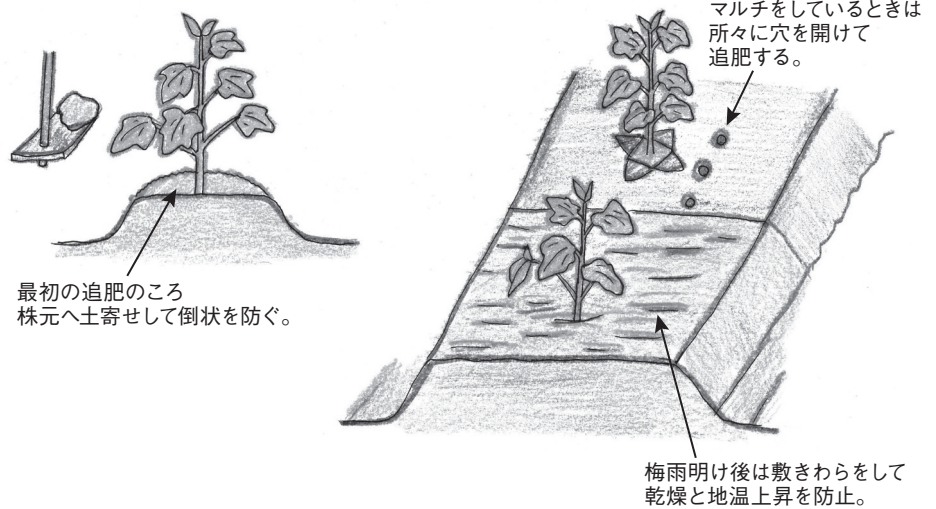
浮いたタネは捨てる。



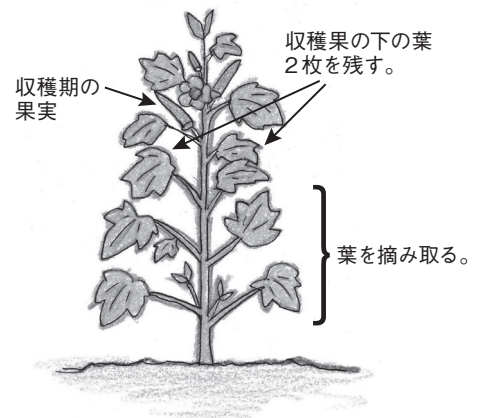
1ヶ所4～5粒、
間隔をあけて
タネをまく。



- 追 肥：生育初期から茂り過ぎないようにするため、追肥は1番果を収穫するところから15～20日間隔を目安に大阪北部エコ有機3号3kg（1アールあたり）施す。
- わき芽かき・摘葉：株元からわき芽が出てきたときは、主枝の生長を妨げないように早めに摘み取る。また、収穫が進んできたら、不要な下葉を摘み取って株元の風通しを良くする。



- 土寄せ・敷きわら：梅雨明け後には畝の乾燥を防ぐため、わらや枯れ草を畝全体に敷いておく。
- 収 穫：さやの長さは五角オクラが7～8cm、丸オクラが15cm程度。収穫が遅れると硬くなるので注意する。



3.

かぼちゃ

果菜類《ウリ科》原産地：アメリカ大陸、熱帯アジア

室温での長期保存ができ、
粘膜を丈夫にするカロテンや、抵抗力をつけるビタミンが含まれ、
風邪にも強くなる栄養豊かな野菜。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
トンネル栽培		●	×	×	△	△	△	△	△	△	△	△
キャップ栽培 (小苗定植)			●	×	△	△	△	△	△	△	△	△
キャップ栽培 (直まき)				△	△	△	△	△	△	△	△	△
露地栽培 (直まき)					●	△	△	△	△	△	△	△

● 播種 × 定植 △△ キャップ □ トンネル ■ 収穫

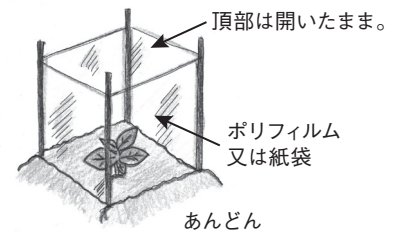
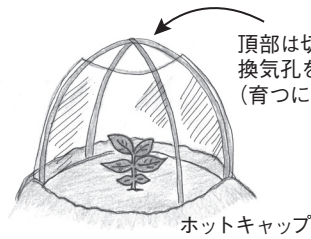
栽培のポイント

- 土壌病害や連作に強く、育てやすい。しかし、茎葉に発生する疫病に弱いので、畑の排水を良くする。
- つるがよく伸びるので、生育前半の整枝や誘引をていねいにする。
- 確実に実をつけるために、朝早く雌花の柱頭に雄花の花粉をつけてやる。
- 元肥が多過ぎると「つるぼけ」状態となり、果実のつきが悪くなる。着果後は、追肥をして肥料不足にならないようにする。

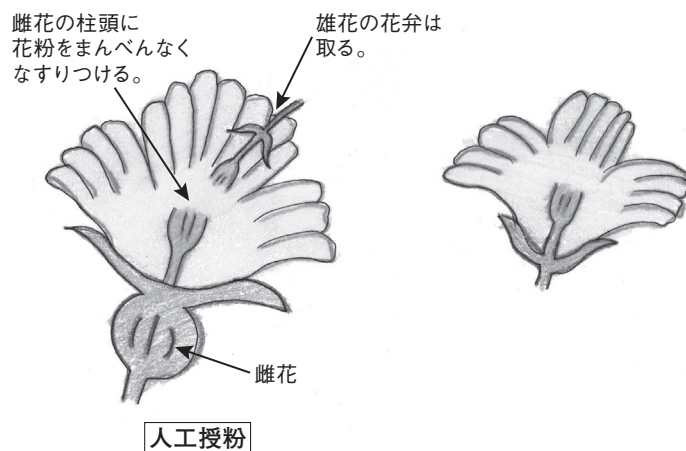
作り方

- 育苗管理：普通は移植栽培を行う。しかし、4月以前に種をまく場合は、ビニールトンネル内で育苗する。晩霜の心配がなくなれば直まきも可能である。
育苗期間は、ポット育苗の場合で通常1ヶ月程度かかる。
- は種準備：1アールあたり0.3～0.4dlの種子を準備する。無病の土と完熟堆肥を混ぜてト口箱や12cmポットに詰めた後、ビニール被覆して地温を高める。ト口箱の場合は条まきとし、12cmポットでは1粒ずつ種をまき2cm程度の覆土をする。育苗場所は、日当たりの良い場所を選ぶ。
- は種後の管理：発芽後は徒長を防ぐため、かん水は少なくする。
発芽までの温度は25～28℃と高いが、発芽後は徐々に温度を下げて、日中22℃、夜間10～20℃を目安に管理する。
- 畑の準備：植付け1ヶ月前に、1アールあたり完熟堆肥200kg、苦土石灰10kgを入れて耕うんし、幅3mの広いうねをつくる。植付け10日前に、元肥としてうねの中央1m幅に、大阪北部エコ有機3号を15kg施用し、混ぜておく。

- **定植**：本葉3～4枚頃が適期である。株間100cm程度とし、定植後は十分にかん水して敷きわらをする。晩霜の心配がなくなるまで、キャップかあんどんで霜除けをする。



- **摘心、整枝**：本葉4～5枚の頃に親づるを摘心し、子づるは2～3本仕立てとする。
- **人工受粉**：着果を安定させるため、朝10時頃までに人工受粉をする。



- **摘果**：10～13節に着果させてそれまでの1番花、2番花は取る。
- **玉直し**：収穫10日前に果実全面が着色するよう、果実の向きを変える。
- **追肥**：中耕をかねて追肥する。果実がにぎりこぶし大の 때가適期で、1アールあたり大阪北部エコ有機3号を5kg施す。
- **収穫**：開花後45～50日たって、果梗がコルク化して、果実に爪がさしにくいほどに硬くなったときを見計らって収穫する。収穫が遅れると味が落ちる。

4.

きゅうり

果菜類《ウリ科》原産地：インド

みずみずしく、パリパリした歯ざわりの夏野菜。

生で食べると熱を冷まし、

煮て食べると利尿効果もある野菜。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
平坦部(育苗)				●×	—	■	■					
中山間(育苗)					●	×	—	■	■	■		
直まき栽培					●	—	■	■	■			

● 播種 × 定植 □ トンネル ■ 収穫

栽培のポイント

- 生育適温は15～30℃で、平坦部では5月上旬以降になる。それより早く種をまく場合は、ビニールでトンネル被覆する。
- 風が当たると茎や葉が折れやすいので、支柱を立てて誘引する。
- 梅雨明けは乾燥で弱りやすいため、十分かん水する。

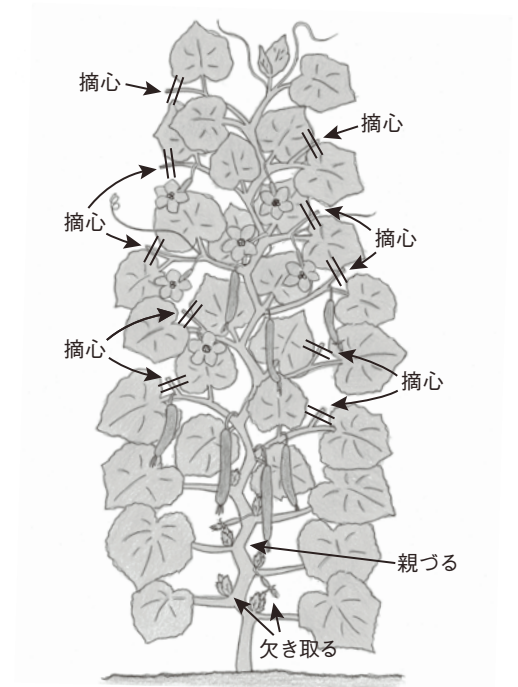
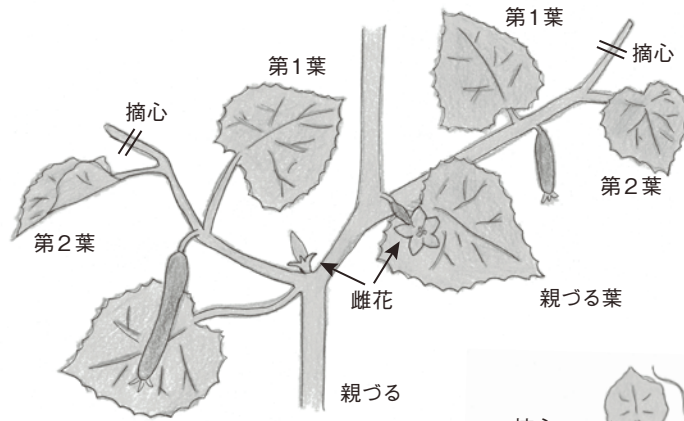
品 種

- 夏すずみ、Vアーチ等の白いぼ品種。シャキット等の四葉系。フリーダム等のいぼなし品種。大阪府原産の毛馬きゅうりは、半白の黒いぼきゅうり。
- 台木は、きらめき、鉄かぶと等の台木用のかぼちゃ等に接ぐ。

作 り 方

- は 種：移植、直まきでも栽培は可能だが、連作などで、つる割れ病の発生する畑では、接ぎ木苗を使う。
移植する場合は、9cmポットに種を2～3粒まき、夜温15℃以上、幼苗期は18℃以上になるようにビニールトンネルで被覆する。発芽するまでは密閉し、発芽したら30℃以上にならないように換気する。本葉3～4枚の苗にする。
直まきする場合は、1アールあたり0.2dlの種子を準備する。(1カ所に、2粒ずつ点まきし、覆土し、本葉展開時に1本に間引く。)
- 畑 の 準 備：1アールあたり完熟堆肥200kg、苦土石灰10kgを施用して耕し、うね肩幅90cmで幅180cmのうねを立てておく(通路は広めにとる)。元肥としてうねに大阪北部エコ有機3号を30kg施用し混ぜておく。
- 定 植：本葉3.5枚程度が定植時期。株間60cmで2条に、鉢から苗を抜き取り、根鉢をくずさないように植える。定植後は株のまわりに十分にかん水する。
- 土 壌 被 覆：定植後、地温の上昇、土壌の乾燥と病害虫の発生を防ぐため、黒マルチや稲わらでうね面を被覆する。またウィルス病予防のため、シルバーマルチで被覆しても良い。

- 誘引・摘葉・摘心：180cmの高さに支柱を立て誘引するか、キュウリネットを張る。5節以下の側枝（子づる）は全て取り、主枝（親づる）は手の届く高さで摘心する。側枝は1～2果着果させ、その先は2節で摘心する。茎が太くなってから摘心すると、草勢が弱るので遅れないようにする。病気の発生している下葉や老化葉を取り除き、採光・通風を良くする。中位節の側枝を発生させるため、上位節が混み合ったら大きな葉が出てきたら摘葉し、日当たりを良くする。



- 追肥：月1回程度、1アールあたり大阪北部エコ有機3号を10kgずつ、根傷みを防ぐため株元から離して施用する。
- 収穫：収穫が遅れると、草勢が弱るので取り忘れないようにする。草勢が弱ったときは、早取りして負担を軽くする。

5.

すいか

果菜類《ウリ科》原産地：南アフリカ

果糖やブドウ糖を多く含み、夏の炎暑で疲れた身体を癒してくれる。「日本の夏の風物詩」、「夏の果物の王様」とも呼ばれる果実的野菜。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
キャップ栽培			●	△	△							
露地栽培 (購入苗利用)					×							

● 播種 △ キャップ × 定植 ■ 収穫

栽培のポイント

- 生育適温が夜間15℃以上、昼間28～30℃と高いので、日当たりのよい場所を選ぶ。また高うねにして、過湿を防ぐ。
- 連作すると、つる割病が出やすいので、4～5年以上の輪作を守る。
- ユウガオ台などに接ぎ木すると病気に強くなり、連作も可能。
- 深植えをしないこと。とくに接ぎ木苗は、接合部がなるべく地面より高くなるように。
- 着果後に追肥を行って、果実を肥らせる。

成功のポイント！

元肥で、チッ素成分が効きすぎるとつるぼけして、着果が悪くなるので、緩効性の配合肥料を控えめに施す。

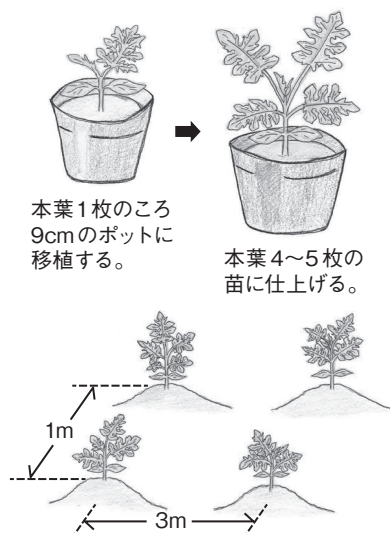
作り方

- は 種：3月下旬～4月上旬に、12時間水に浸けた種を、トロ箱に3～4cm間隔に置き、厚さ1cmの覆土をする。その上に濡らした新聞紙をかぶせ乾燥を防ぐ。

発芽適温が25～28℃なので、温床を作り育苗する。

- 育 苗：本葉1枚頃に9cmポットに移植する。育苗中は、苗を徒長させないように、かん水を減らす。十分に光を当てて、葉が重ならないようにポットを広げる。育苗後半は、定植後の活着がスムーズになるように徐々に温度を下げる。

- 定植準備：うね幅3m、株間1mに植付けるため、定植2週間前に、直径40cm、深さ30cmの穴を掘り、元肥を入れ埋め戻して土を盛っておく。定植3～4日前に十分かん水してから、保温のためマルチやキャップをしておく。



- 定植：本葉5枚で育苗約30日頃が適期で、晴れた暖かい日に、深植えにならないように定植する。大きくなった苗は、定植3～4日前に本葉4～5枚を残して、親づるを摘心しておく。

●施肥例（1アールあたり）

元肥（定植2週間前）

- 堆肥：200kg
- 苦土石灰：5kg
- 大阪北部エコ有機3号：15kg
- ようりん：3kg

追肥

- 1番果の着果を確認してから、2回に分けて施す。すいかの根はつるが伸びている所まで伸びているので、追肥は株元を避け、つるの先端に施す。

- 第1回目：大阪北部エコ有機3号5kg

- 第2回目：大阪北部エコ有機3号5kg

（果実がこぶし大になった頃）

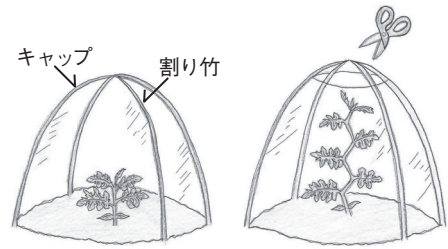
- 摘心・整枝：数本の子づるが出て、30～40cmに伸びた頃、揃った子づるを3～4本残し、他は取り除く。敷きわらをして、その上に子づるを広げる。

- 着果・摘果：子づるの16～20節に着果させる。15節までに着果したものは「す入り果」になりやすいため、変形果とともに摘果し、1株で3～4着果させる。

- 人工受粉：曇天や雨天の日に雌花が開花した時は、朝早めに必ず受粉作業をおこなう。

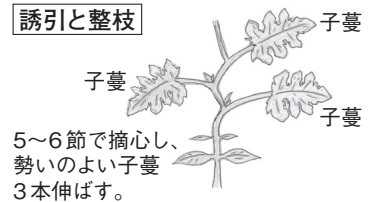
- 玉直し：果径が15cmぐらいの時に、果実全面が着色するよう果実前後のつるを持ち上げて果実の向きを変える。

- 収穫：大玉は開花後45～50日、小玉は35～40日で収穫できる。



大きくなればテントの頂部を切り取り換気する。

誘引と整枝



6.

ズッキーニ

果菜類《ウリ科》原産地：北米大陸

生食には不向きで熱を加えて調理するのが基本。
ビタミン類やカロチンが豊富。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
露地栽培			●	●×	×							

● 育苗 × 定植 ■ 収穫

栽培のポイント

- 生育適温は18～25℃で高温をきらう。
- 葉が大きく葉柄が長いので、強風や台風により株や果実の損傷が大きくなる。
- 単一品種のみでは交配用の雄花が足りなくなる場合があるので、雄花の多い品種を1～2割混植すると着果率を高めることができる。

品 種

- 主に栽培されている円筒形(長棍棒状)の品種は緑色系統がほとんどで、黄色系統が一部ある。
- 緑色系統の主要品種は“ダイナー”、“ラベン”、“ベルナ”などがあり、黄色系統では“オーラム”などがある。

作 り 方

- 育 苗 管 理：9cmポットに4～5粒まいて土をかぶせ、手で軽く押さえて水やりする。本葉1～2枚の時に2本に間引きし、本葉2～3枚で1本立ちにする。
- 畑 の 準 備：うね幅150～200cmで高うねにする。株間60cmの1条植え。うねの片側の端に植えて、反対側の端の方向につるを誘引する。
- 施 肥 例 (1アールあたり)

元 肥	追 肥 大阪北部エコ有機3号
◎堆 肥	◎1番果の肥大期から1回あたり
◎苦土石灰	4kgを2週間ごとに施用する。
◎大阪北部エコ有機3号	20kg
- 交 配：雌雄異花のため、人工交配が必要である。交配作業は朝9時ごろまでに終了させる。定植後20～30日すると雌花の開花が始まるので、雄花を確保するために、直まきでは播種時期を一部早めたり、ポット育苗ではポットのままで苗をおいておくことで雄花を先に開花させることができるため、苗を余分に仕立てておく。
- 整 枝：子づるはほとんど発生しないため、特に整枝の必要はない。古くなった下葉や病気に侵された葉は葉柄の根元から取り除き、風通しをよくする。
- 収 穫：果長20cm程度になったら収穫する。キュウリと同様に、果実の肥大が早いので穫り遅れないよう毎日収穫を行う。

7.

とうもろこし (スイートコーン)

果菜類《イネ科》原産地：メキシコからアメリカ北部

もぎたての味が最高で、鮮度が命。
夏の家庭菜園の人気者。ビタミンB₁ B₂、リノール酸が豊富で、
ゆでてよし、焼いてよし。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
露地栽培 (育苗)			●	●	×	—	■					
露地栽培 (直まき)					●	—	■					

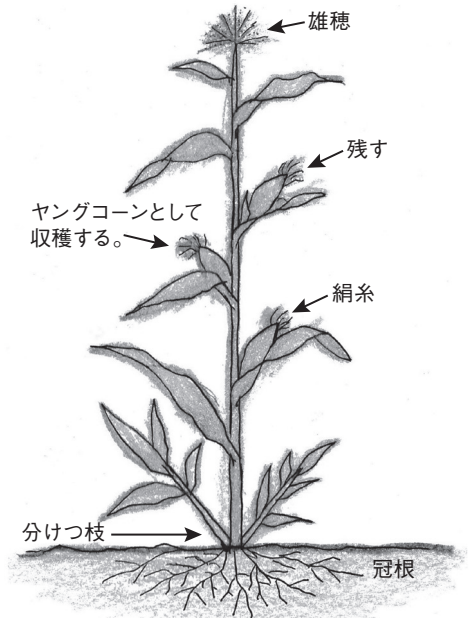
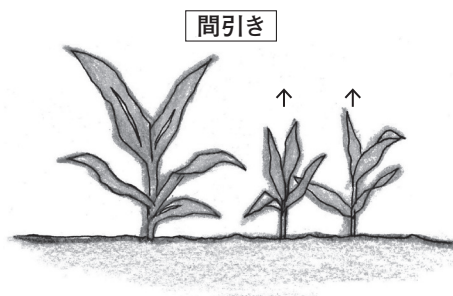
● 播種 × 定植 □ トンネル ■ 収穫

栽培のポイント

- 日当たりの良い所が適している。根は病害虫に強いので、畑の輪作作物として好適。
- 受粉のため、ある程度まとまった面積で密植した方が粒の付きが良い。
- しかし、違う品種を近くに植えると、他品種の花粉を受粉して品質が低下する。
- アワノメイガの対策には、雄穂が出る前後一週間に殺虫剤を散布する。

作り方

- 施肥：は種1週間前に、1アールあたり完熟堆肥200kg、苦土石灰10kgを全面に散布しておく。元肥として大阪北部エコ有機3号を20kg全面に散布して、すき込む。うね幅150cm程度とし、雑草対策のため黒マルチをする。
- は種：マルチに穴を開け、株間30cm、2条まきで、1か所に3粒ずつまく。
- かん水：発芽までは十分かん水する。その後は乾いたらかん水する程度。しかし、絹糸が出る2週間前から収穫までは、水が必要で乾燥しすぎないように注意する。
- 間引き：本葉3～5枚の頃に生育の良い株を残し、他はナイフで根元から切り取る。



- 無除けつ栽培：株元から小さな茎が分けつするが、取らずにそのままにする。
- 収穫：収穫適期は3～4日と短い。
収穫適期は、絹糸が出始めてから20日過ぎで絹糸が黒褐色に変わった頃に先端をむいて、粒を確認

8.

トマト

果菜類《ナス科》原産地：南米アンデス山地

ビタミンCに加え、カロテンも豊富。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
平坦部		●	×	×								
中山間部			●	×	×							

● 播種 × 定植 トンネル 収穫

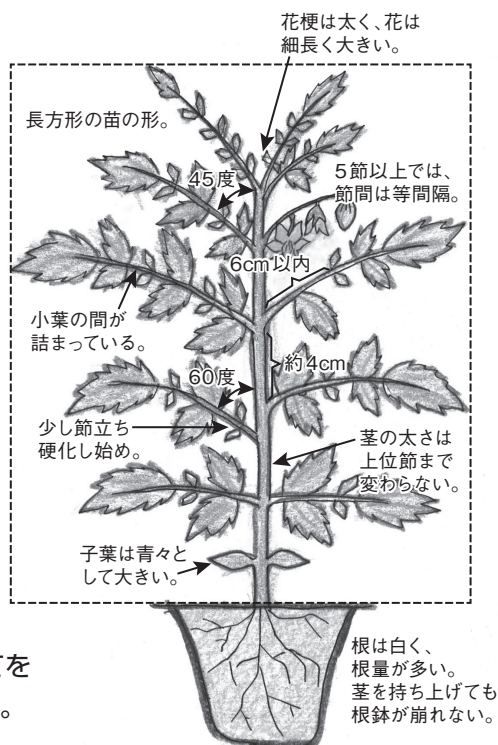
栽培のポイント

- 生育期の昼温が高すぎると、花粉の機能が低下して着果不良となる。
- 肥料の効きすぎは落花の原因となるので、元肥のチッソを控え草勢を抑える。
- 1段目花房の1～2花が咲き始める頃定植する。若苗を植えると、早くから肥料や水を自由に吸って、草勢が強くなりすぎて、実どまりや果形が悪くなりやすい。
- 着果を安定させ草勢を落ち着かせるため、1～3段花房のホルモン処理を行う。
- ウイルス病予防のため、アブラムシを早期防除する。

作り方

育苗管理

- 種まき：128穴のセルトレイに種子をまく。は種する時期が低温のため、温床や暖かい所で発芽させる。地温を日中28～30℃、夜間23℃に設定し、湿度を保つと4～5日で発芽する。
施設がない場合は、彼岸を過ぎて暖かくなってから種まきをした方がよい。
- 発芽後の管理：発芽後は、徒長を防ぐため最低夜温を15℃にする。
さらに移植まで徐々に下げて、丈夫な苗に育てる。
- 移植：本葉2.5枚、種まき後25日位で、15cmポットに移植する。根付くまでは夜温を14℃まで上げるが、その後は徐々に下げて本葉5枚からは8～10℃を最低夜温の目処に、徒長を防ぐ。
- 本ぼの準備：定植の1週間ほど前に、堆肥や元肥を施用して耕うん・うね立てをして、マルチで地温を上げておく。



《定植時の理想的な苗》

本ぼの管理

- 定植：うね幅150cmのうねを立て、株間40cmで2条植えにする。
(植付け本数は、約330株)

- 施肥例 (1アールあたり)

元肥

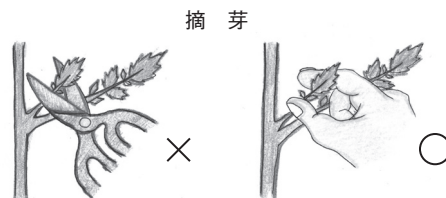
- ◎堆肥 : 300kg
- ◎苦土石灰 : 15kg
- ◎ようりん : 6kg
- ◎大阪北部エコ有機3号 : 15kg

追肥

- ◎大阪北部エコ有機3号 : 5kg / 回

第1回目の追肥は、第3花房の開花が始まった頃に、その後は20日おきに施用する。但し、草勢が強く生長点付近の茎が太い場合は、追肥を少し遅らせたり施肥量を減らす。

- 整枝と誘引：わき芽は全て摘み取り、主枝1本に仕立てる。花房が支柱の反対側になるように誘引する。最終収穫予定花房の上の葉、2～3葉を残して摘心する。
- ホルモン処理：トマトーンを低温時(20℃以下)50倍、高温時100倍に希釈し、霧吹きで各花房が3～5開花した頃に花房を手でつまみ、芽や幼葉にかからないように花が濡れる程度に噴霧する。
- 摘果：果径が2cmの頃、1花房に3～5果になるように摘果(変形果は出来るだけ取る)。果実が500玉～ゴルフボール大の時に摘果する。1、2段は3果、それ以降は4果が基本。
- 摘芽・摘葉：わき芽は早めに摘み取る。特に花房直下のわき芽は強いので摘み遅れないようにする。但し草勢が強い場合は、摘芽を遅らせて草勢を落ち着かせる。通風を良くし病害の発生を抑えるため、収穫した果房の下葉は、少しずつ摘む。



はさみで切るとウイルス病が伝染する恐れがある。

- 疫病予防のため、敷きわら・マルチをする。
- ウイルス罹病株の除去：発病株は早めに抜き取り、周囲への伝染を防ぐ。

9.

なす

果菜類《ナス科》原産地：インド東部

漬けて、焼いて、炒めて、煮てよし。
揚げ物、生食にも向く、多くの用途がある野菜。
在来の地方品種が多いのも楽しみ。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
トンネル栽培	●	●	×	×	×	×	×	×	×	×		
露地栽培 (購入苗利用)					×	×	×	×	×	×		
露地抑制裁培 (購入苗利用)							×	×	×	×		

● 播種 × 定植 〇 トンネル ■ 収穫

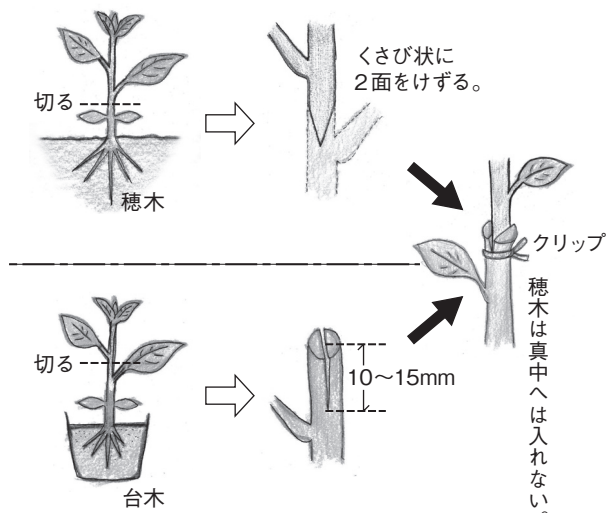
栽培のポイント

- 生育適温は夜温で15～18℃。10℃以下では生長が著しく悪くなる。昼温は28～30℃でよく育つ。又、乾燥を嫌うので、敷きわらとかん水をする。
- 高温を好むほうなので、早植えは禁物。5月の連休後の方が遅霜の危険が少ない。
- 日照不足は果実の着色不良となるので、込み合った葉を取り除き、果実に光を当てる。
- 肥切れをさせない。又、初期の樹勢を強く育てる。

作り方

育苗

- は 種：穂木（千両二号など）は、トロ箱などの育苗箱に5cm間隔に条を切り、2cm間隔で種をまく。台木（赤ナスなど）は、穂木より2～5日早めにばらまきし、穂木より少し大きく育てる。それぞれ覆土後、十分かん水する。
台木は、本葉が1～2枚の頃に3号ポットに鉢上げする。
- 接 ぎ 木：は種後35日頃（台木は本葉3～4葉、穂木は本葉2.5～3葉）に割り接ぎを図のように行う。



- 鉢 上 げ：接ぎ木後1ヶ月頃に、15cmポットに鉢上げし大苗に仕上げる。

定 植

- うね幅：150～180cm
- 株間：50cm 1条植（130～180株／1アール）
- 定植苗：1番花が開花直前の苗が良い。（下図参照）
- 施肥例（1アールあたり）

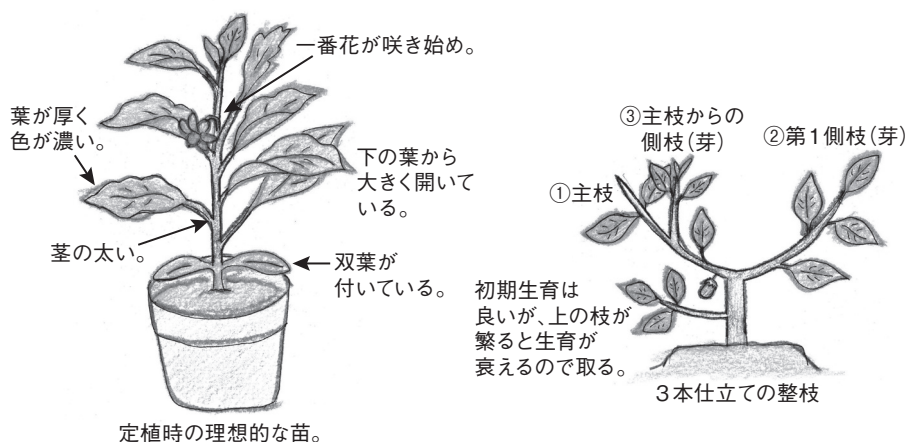
元 肥

- 堆肥：200kg
- 苦土石灰：10kg
- 化成肥料14-10-13：15kg

追 肥

- 苦土入り化成肥料8-8-8
- 1回目（定植後20日頃）：5kg
- 2回目以降（15日おき）：5kg

- 整枝：1番花（果）の着く主枝と、その直下から出る側芽、さらに主枝の1～2番花（果）前後から出ている強い側芽を伸ばして、3本に仕立てる。それより下の芽は早めに摘み取る。



- 支柱立て・誘引：栽培期間が長く、草丈も高くなるため、丈夫な支柱を立て、針金を引き、ポリテープで枝をつり上げ誘引する。
- 敷わら・かん水：梅雨明け以降は乾燥防止のため、敷きわらとかん水をする。
- ホルモン剤処理：夜温の低い6月中旬までは結果しにくいので散布するほうがよい。
- 更新剪定：7月下旬に主枝1/3～1/2で切る。（良質の秋なすが収穫できる）

10.

ニガウリ

果菜類《ウリ科》原産地：東インド、熱帯アジア

ニガウリ(ゴーヤ)はグリーンカーテンとしても使われる人気の野菜。豊富なビタミン・ミネラルに加えて血糖値や血圧を下げる効果にも注目。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
キャップ栽培				●	△	△	△	△	△	△		

●● 播種 △△ キャップ × 定植 ■ 収穫

栽培のポイント

- 種は発芽しにくいので種の先端を爪切りやペンチなどで傷をつけてからまく。
- 開花日からおよそ15～25日経ち、果実の形が完成したら収穫する。

品 種

- 短太系：島さんご、太れいし 果長20～25cmと手頃な短太タイプ。
- 青長系：さつま大長 果長が約35cmのビッグサイズのニガウリ。
- 白 系：白れいし 苦みが少なく食べやすい白皮のれいし。

作 り 方

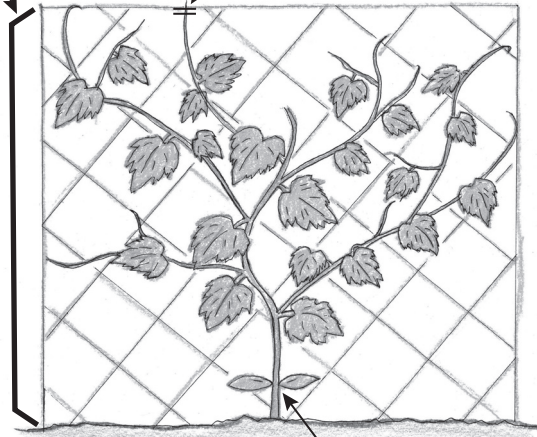
- 種 ま き：発芽が極めて悪いので種の先端に傷をつけてから、ぬるま湯に一昼夜浸しておくと発芽しやすくなる。
- 苗 作 り：9cmポットに2、3粒の種をまき、1cmくらい覆土する。早まきではトンネルで保温する。発芽適温は25～28℃で夜は18℃を目安に管理する。苗が徒長しやすいので水のやりすぎに注意して、土の表面が乾いたらたっぷりがん水する。
- 畑 の 準 備：うね幅150cm、株間100～150cm
- 施 肥 例（1アールあたり）

元 肥	追 肥	大阪北部エコ有機3号
◎堆肥	：200kg	◎1番果の肥大期から1回あたり4kgを
◎苦土石灰	：10kg	10日～2週間ごとに施用する。
◎大阪北部エコ有機3号	：20kg	
- 定 植：育苗日数約30日、本葉3.5枚程度が定植適期。定植は活着を促すために晴天の午前中に行う。

- 支柱立て・整枝：2m程度の支柱を立て、キュウリネットを張ってつたを絡ませる。親づるは本葉5～6枚くらいで摘心し、子づるを4～5本のばして誘引する。生育が旺盛になると、つるが込みあって着果が悪くなり収穫が減少するので、込みあっているつるを摘みとり、光線の入りを良くする。

孫づるは放任。つるが込み合うときは、適宜摘み取る。

つるが支柱の上端まで届いたら摘心する。



親づるは雌花が少ないので本葉5～6枚で摘心し、子づるを4～5本伸ばす。

- かん水：ニガウリは高温や乾燥に強いが、気温の高い日が続くとしおれて生育不良をおこし果実の肥大が悪くなったり、曲がり果が多くなるので定期的なかん水を行う。
- 収穫：開花日から15～20日たち、果実の肥大が止まったところが収穫適期。若くても十分利用できるので、果色の緑色または白色が鮮やかなうちに、早めに収穫するようにする。



11.

ピーマン

果菜類《ナス科》原産地：熱帯南アメリカ

トウガラシの甘味種で、
ビタミンC、カロテンが豊富。カラフルな品種も加わって、
人気倍増中の野菜。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
トンネル栽培		●	×	×	×	×	×	×	×	×		
露地栽培 (購入苗利用)				×	×	×	×	×	×	×		

● 播種 × 定植 〇 トンネル ■ 収穫

栽培のポイント

- 適夜温が18～20℃と高く、育苗～定植後にかけて低温にあうと生育が悪くなるので、十分に暖かくなってから植える。
- 枝が細く風に弱い。特に果実が多く着くと枝が折れやすいので、支柱を立て誘引する。
- 果実が一斉に多く着いたときは、思いきって若どりをして、草勢を回復させる。
- 連作を嫌うので、ナス科野菜を作った場所では4～5年は作付けしない。

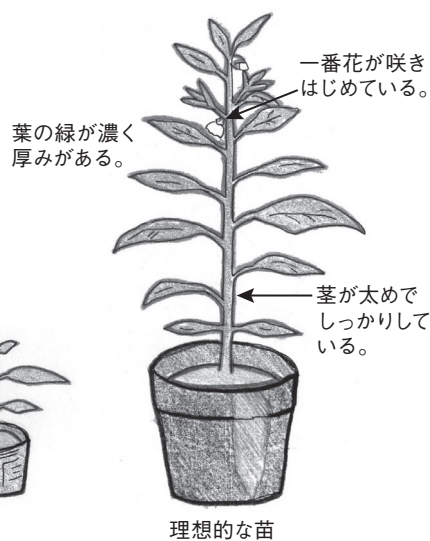
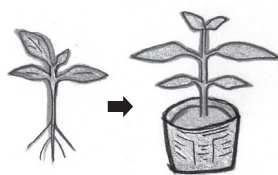
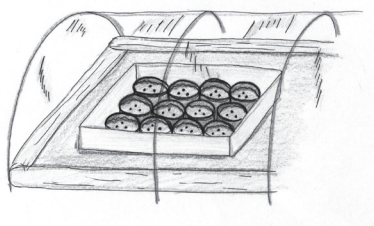
成功のポイント！

- ① 購入苗は小さく、早く売り出されることが多いので、暖かい場所で大きい鉢で再育苗し、十分に暖かくなってから畑に植える。
- ② 元肥は溝を深く掘って施し、根を深く張らせる。肥料の効きすぎは落花の原因となり、実止まりを悪くするので注意する。

作り方

育苗

- 発芽適温が28～30℃と高いため、種を苗箱に条まきし、温床のあるトンネル内に並べる。本葉1枚の頃に、12cmポットに移植する。昼温が35℃以上に上がらないようにトンネル内を換気する。



理想的な苗

畑の準備

うね幅120～150cm、株間45～50cm、1条植え。十分かん水してからマルチを張り、地温を上げておく。

定植後

●施肥例（1アールあたり）

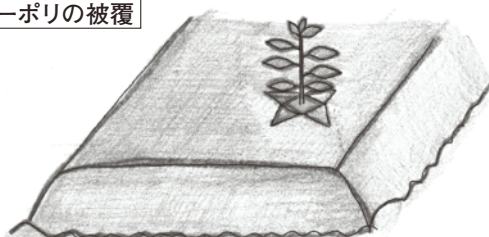
元肥

- ◎堆肥 : 200kg
- ◎苦土石灰 : 10kg
- ◎大阪北部エコ有機3号 : 30kg

追肥 大阪北部エコ有機3号

- ◎1回目 : 1番果着花時 4kg
- ◎2回目以降 : 15日おき 4kg

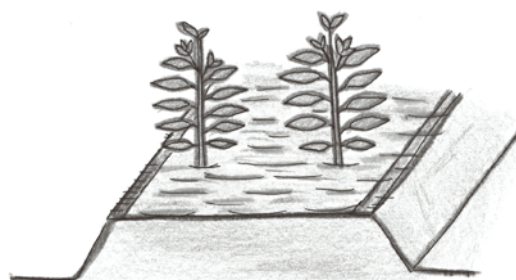
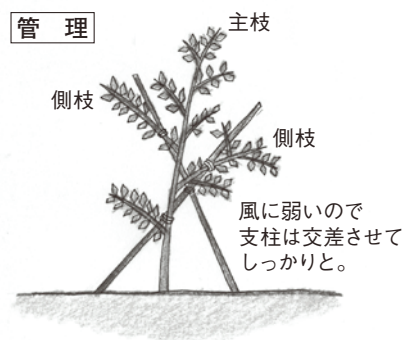
シルバーポリの被覆



アブラムシの飛来を防ぎ、ウイルス病の発生を抑える。

- 整枝 : 本葉8枚目頃から出る側枝2本と主枝1本で3本仕立てにする。
- 支柱立て : 生育期間が長く、草丈が高くなるので、ポリテープなどで主枝をつり上げ誘引する。
- せん定 : 枝や葉が混みあってきたら、枝を間引いて日当たりを良くする。
- 敷わら : 乾燥は落花の原因となる。乾燥防止のために梅雨明け後はマルチの上と通路に敷きわらをする。

管理



敷わらと梅雨明けからのかん水で、夏の乾燥を防ぐことが大切。

1.

アスパラガス

葉茎菜類《キジカクシ科》原産地：南ヨーロッパ

前年に栄養をたくわえた根株から出た若茎を、葉が出る前に食べる。
たんぱく質、糖質、ビタミン各種、食物繊維が多く、
高血圧予防のルチンも含む。

栽培カレンダー

月		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
露地栽培	1年目			●			×						
	2年目以降												

●—● 播種 × 定植 ■ 収穫

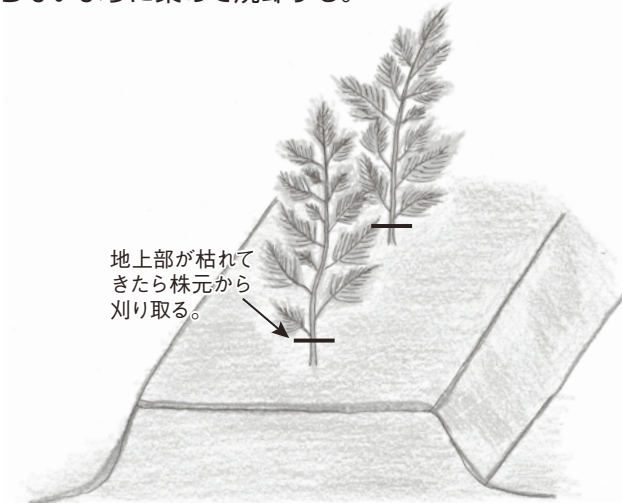
栽培のポイント

- 生育適温は15～20℃である。30℃以上では生育が衰え、5℃以下では休眠に入る。
- 土壌が乾燥すると生育が衰えるため、土壌はやや多湿状態で管理することが好ましい。
- アスパラガスは雌雄異株で、どちらかといえば雌株より雄株のほうが太くなり、本数も多く収穫できる。

作り方

- 苗作り：発芽しにくいので、種はまく前に1昼夜ぬるま湯につける。育苗は3号ポットに2～3粒まき、十分かん水する。
- 畑の準備：丁寧に管理を行えば、10年以上収穫できるので、定植前の土づくりは十分行う。
うね幅120cm、株間40cm
うねの高さ30cm、
1アールあたり約40株
- 施肥例（1アールあたり）
元肥
◎堆肥：400kg
◎苦土石灰：8kg
◎大阪北部エコ有機3号：20kg
- マルチ・定植：定植前に地温の確保と雑草対策のために、畝立て後に黒マルチを敷き40cm間隔に直径10cmの穴を開ける。発芽30日後くらいの苗を、株元が1～2cm埋まる程度に植え付ける。植え付け後、十分かん水する。1年目は、株を育てる年なので、収穫せずに全て茎を伸ばすが、8月中旬以降に伸びた茎、細すぎる茎、病気にかかった茎は取り除く。
- 支柱立て：育った茎葉が倒れるのを防ぐため、うねの両脇に支柱を立てて、ポリテープや針金を張る。

- 冬期の管理：冬になり地上部が枯れてくると株元から茎葉を刈り取り、病原菌の越冬場所にならないように集めて焼却する。

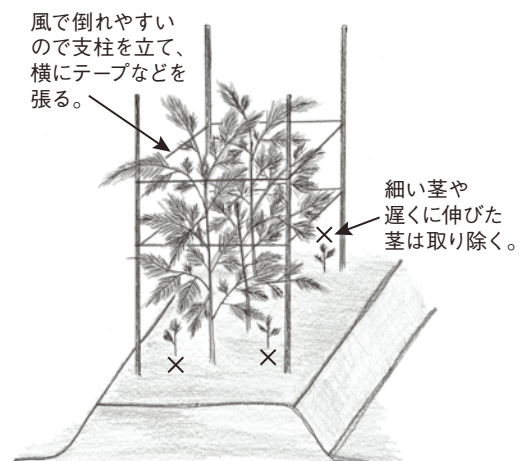


- 追肥：3回に分けて施す。第1回目は11月頃茎葉を刈り取ったあと（冬肥）、第2回目は6月立茎開始時期（夏肥）、第3回目は8～9月の秋芽が出る前（秋肥）とする。1アールあたり、冬肥が大阪北部エコ有機3号5kg、夏肥が大阪北部エコ有機3号6kg、秋肥が苦土入り化成肥料8-8-8 5kg施す。

- 2年目以降の管理：新芽が伸びてくる春までに黒マルチを取り除く。3月に元肥をうね表面に施し、うね間の土と軽く混和する。マルチとして完熟たい肥300kgを施用する。

25cm程度に伸びてきた若茎は地際から刈り取り全て収穫する。

約1ヶ月収穫した後、太さ1cm程度の茎を1株あたり4～6本確保し、残りの若茎は収穫する。下枝を取り除き、風通しと採光をよくする。また葉が完全に展開したら、高さ140cm程度で先端を摘心する。摘心後に発生するわき芽は取り除く。



成功のポイント！

夏場になると茎枯病・斑点病等が発生しやすくなる。特に茎枯病はアスパラガスには致命的な病害なので殺菌剤を定期的に散布して防除する。薬剤防除だけでは茎枯病の被害は十分に防げないので、茎や葉が茂りすぎないように適時整理を行うなど、総合的に防除しなければならない。

2.

エンサイ

葉莖菜類《ヒルガオ科》原産地：熱帯アジア

別名、空芯菜(クウシンサイ)。

サツマイモの葉をやや細長くしたような葉形で、夏の暑さに負けず、よく育ち、つるを摘んでもすぐ再生する強健野菜。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
直播き					●	●	■	■	■			

●—● 播種 ■ 収穫

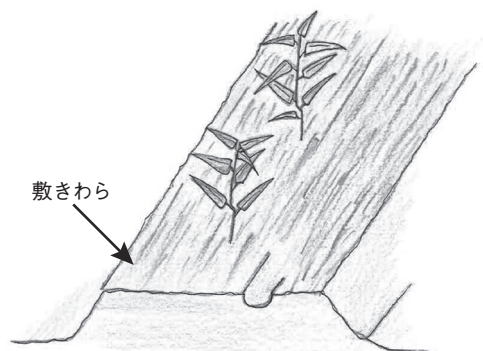
栽培のポイント

- 発芽温度が20～25℃で寒さに弱く、日当たりが良い場所を好む。
- 元来、水辺に生育していたため、なるべく湿った場所で栽培すると良い。
- 登録農薬がまだ少ないので、ヨトウ類などは初期防除に努める。

作り方

- 畑の準備：うね幅100cm、株間30cm、1条植え。
- 施肥例（1アールあたり）

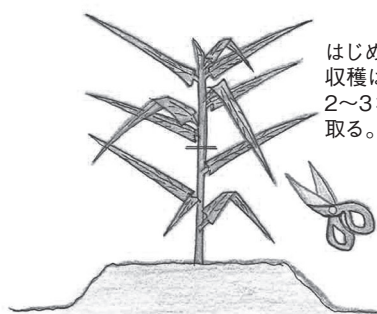
元肥	
◎堆肥	：200kg
◎苦土石灰	：10kg
◎大阪北部エコ有機3号	：15kg
- 種まき：種子は1昼夜水につけておくと発芽のそろいがよくなる。まき穴1ヶ所に3粒ずつ種まきし、覆土をして十分かん水する。
- 間引き：種まき7～10日後に1回目の間引きをする。目安としては双葉が展開した頃に生育の良い苗を2本だけを残す。本葉が2～3枚のころ2回目の間引きをして1株にする。
- 追肥：1回目の追肥は草丈が15～20cmに伸びたころ、1アールあたり大阪北部エコ有機3号を2kg施す。2回目以降は葉色と収穫量を見ながら1回につき、1アールあたり大阪北部エコ有機3号を1kg程度施す。
- その他の管理：乾燥に弱いので株元に敷きわらをし、十分かん水する。整枝は基本的に行わないが、強い枝は芯を止め脇芽を伸ばすようにする。



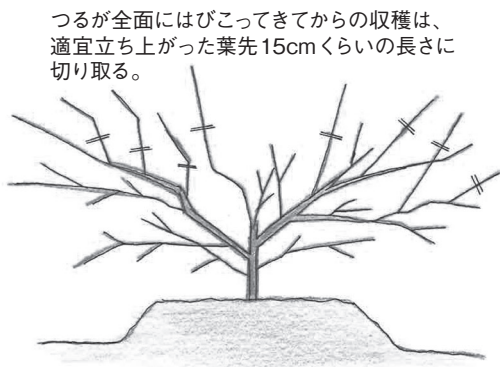
1回目の追肥は草丈が15～20cmに伸びたころ、浅い溝を掘って施す。株元は敷きわらをして乾燥を防ぐ。

● 収

穫：つる先4～5節くらいを含む若い茎葉を25cm程度に切って収穫する。太い茎は硬く品質が劣るので、茎の細い枝を収穫する。少しあくがあるのでホウレンソウと同様にさっと茹でて油いためやおひたしなど各種料理に利用する。



はじめのころの収穫は根元の葉の2～3枚残して切り取る。



つるが全面にはびこってきたからの収穫は、適宜立ち上がった葉先15cmくらいの長さに切り取る。

成功のポイント!

つるが込み合いすぎると軟弱な芽しかとれなくなるので、密になったところを刈り取って整理し、つる立ちをまばらにしてやる。

3.

おおば(シソ)

葉茎菜類《シソ科》原産地：中国西部

ビタミンなどのミネラル豊富な香辛野菜。
独特の香りには食欲増進、消化促進、殺菌効果がある。
和食のつまあるいは薬味として欠かせない。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
直まき				●	●	●	■	■	■			

●—● 播種 ■ 収穫

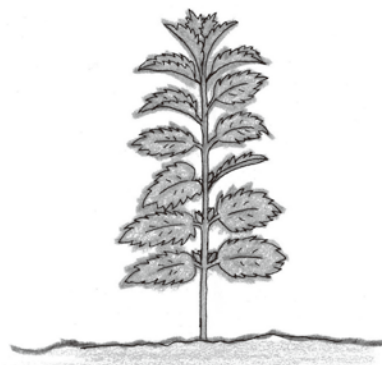
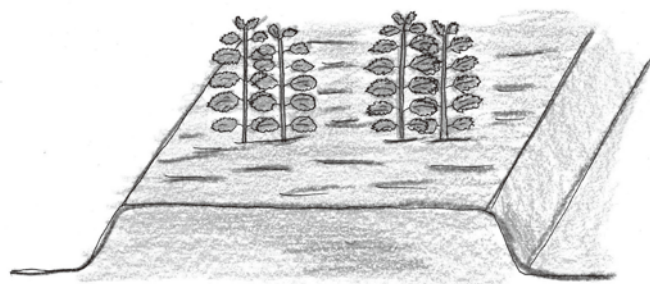
栽培のポイント

- 高温性で生育適温は25℃。夏の乾燥には弱く、霜にも弱い。
- 5月以降に乾燥した天候が続くと、ハダニ類やアブラムシ類が発生しやすい。また、8月下旬からハスモンヨトウの飛来が増えるので、早期防除に努める。
- 品種：通常多く用いられるのは緑色の「青シソ」と赤紫色の「赤シソ」。それぞれに葉が縮れる「ちりめん青」と「ちりめん赤」がある。

作り方

- 畑の準備：うね幅120cm、株間40cm、条間60cm、2条植え。
- 施肥例（1アールあたり）

元肥	追肥 大阪北部エコ有機3号
◎堆肥	◎1回目：本葉6～7枚頃に4kg
◎苦土石灰	◎2回目：収穫始め頃に4kg
◎菜種油粕	
◎大阪北部エコ有機3号	
- 種まき：種子は1昼夜水につけておくと発芽のそろいがよくなる。まき穴1ヶ所に5～8粒ずつ種まきし、うすく覆土をする。発芽までは乾燥しないようにかん水する。
- 間引き：本葉1～2枚時に1回目の間引きをする。本葉が5～6枚のころ2回目の間引きをして、1ヶ所2本立ちにする。
- 敷きわら・かん水：乾燥に弱いので株元に敷きわらをし、時々かん水する。
- 収穫：草丈が40cm以上（葉が10枚以上着いたころ）になれば、下の葉から摘み取って収穫する。



葉が10枚以上ついたころ、下の葉から摘み取って収穫。

4.

オカワカメ

葉莖菜類《ツルムラサキ科》原産地：南アメリカ

葉のほかにむかごや茎も食べられる。
葉は加熱するとめめりが出てワカメに似る。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
露地栽培				●	×							

● 播種 × 定植 ■ 収穫

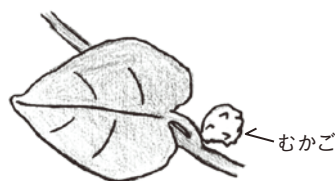
栽培のポイント

- つるがよく茂るため、株間を広く取る。
- 生育後半はつるが増え重くなるため、支柱は筋交いや斜めの支えをして頑丈にする。

作り方

- 育苗管理：4月上旬ごろ、9cmポットにむかごを1粒ずつまいて土をかぶせ、手で軽く押さえてかん水する。育苗中は土が乾いたらかん水する。
- 定植：水はけ、日当たりのいい場所にうね幅90cm～100cmで畝を立て、株間100cm～120cmで1条植えにする。ポット苗にむかごを植えて約1か月後、葉が3～5枚ほどに増えてきたら定植する。
- 施肥例（1アールあたり）

元肥	追肥 大阪北部エコ有機3号
◎堆肥：100kg	◎5月～9月の間、1回あたり3kgを
◎苦土石灰：15kg	月に一度ごとに施用する。
◎大阪北部エコ有機3号：10kg	
- 誘引・摘心：1.5～2mほどの支柱を立て、キュウリネットを張ってつるを誘引する。支柱はできるだけ頑丈なものにする。つるが50cmほどに伸びたら摘心し、脇から伸びる新芽をネットに誘引する。葉の収穫時に、つるが混み合う部分は適宜つみ取る。
- 収穫：葉の大きさが7～8cm程度になり、厚みが出てきたころが収穫適期。1枚ずつ手やはさみでつみ取る。
- 開花：9月中旬ごろから花が咲く。花が咲くと葉の生長が止まり新芽がつきにくくなるため、収穫時期を延ばしたいときは早めに花をつむ。
- むかごの保管：収穫が終わるころ、葉のつけ根にむかごが付き始める。むかごを来年の栽培に利用するときは、プランターの土の中に埋める等して乾燥しないように気を付けて保管する。
栽培終了後、寒さで枯れる前に地中に残った球根に盛り土をして越冬させると、翌年新芽が出て再度栽培できる。



5.

キャベツ

葉莖菜類《アブラナ科》原産地：地中海・大西洋岸地方

ビタミンCも多く、
胃腸障害によりビタミンUが多いのが特徴的。アミノ酸組成にもすぐれ、
生でよし、煮てよしの健康野菜の王者。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
春まき栽培				●	×							
夏まき栽培							●	×				
晩夏まき栽培								●	×			
秋まき栽培									●	×		

● 播種 × 定植 ■ 収穫

栽培のポイント

- 夏まきは、黒い寒冷紗を被覆し、気温を下げて育苗する。
- 秋まきは、春先とう立ち（抽台）のないよう、品種のは種適期を守る。
- 春まきは、寒い時期に保温なしで種子をまくと、とう立ちする。
- 結球始め頃までに施肥を終わらせる。

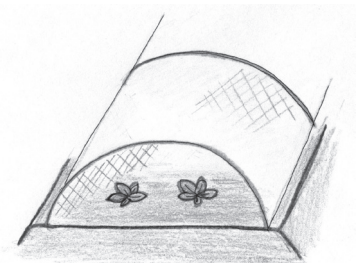
品 種

- 春・夏まき栽培：初秋、彩風（タキイ）、YRしびき2号、松波（石井種苗）など。
- 晩夏まき栽培：彩音（タキイ）、渡辺早生丸（渡辺採種）など耐寒性品種。
- 秋まき栽培：YR春空、春波、北ひかり（タキイ）、など晩抽性・耐寒性が強い極早生品種。

作 り 方

育 苗

- 本ぼ1アールあたり、苗床5㎡を準備する。
- は種前に、苦土入り化成肥料8-8-8 1kgを施し、耕しておく。
- 10cm間隔に浅く溝をつけ、均一に種をまき、軽く覆土する。
- 稲わらなどで覆ってから十分かん水する。
- ダイコンシンクイの幼虫が生長点付近の葉や芯を食害して、芯止まりになり収穫できなくなるため、発芽前に防虫ネットや寒冷紗（2mm目合）で、トンネル被覆して成虫（蛾）の侵入・産卵を防ぐ。
- かん水は朝に行い、夕方は土が少し乾く程度にする。
- 発芽揃いの頃から、葉が重なり合わないよう2～3回に分けて間引きする。



寒冷紗でアブラムシの飛来を防ぐ方法。

本ぽの管理《1アールあたり》

● 植 え 付 け：うね幅120cm、株間35cm、
2条千鳥植え

● 定植苗の大きさ：本葉5～6枚

● 施 肥 例 （1アールあたり）

元 肥（定植10日前までに）

◎堆 肥 ： 200kg

◎苦土石灰 ： 10kg

◎苦土入り化成肥料8-8-8： 20kg

追 肥 苦土入り化成肥料8-8-8

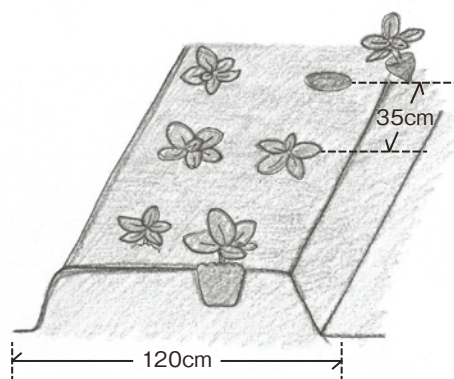
◎1回目：定植15日後に8kg

◎2回目：定植30日後に8kg

※春まきでは元肥中心、秋まきでは追肥主体で施肥する。

● 中耕・除草：追肥の時期とあわせて中耕・除草作業をおこなう。

● 収 穫：手でおさえて、固くしまってきたら収穫する。穫り遅れて雨に当たると裂球するので注意する。



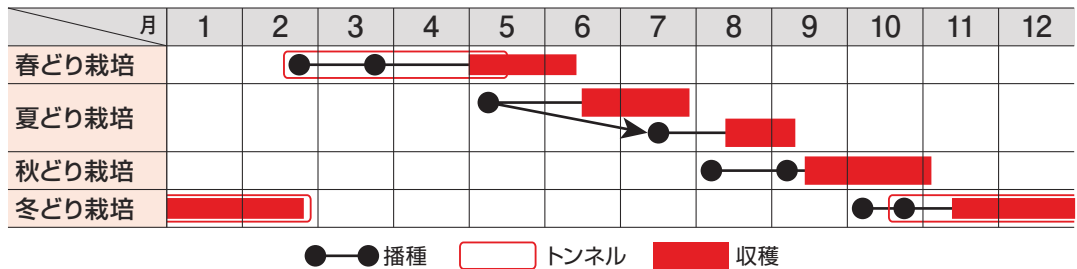
6.

こまつな

葉莖菜類《アブラナ科》原産地：中国、日本

カブから分化した最も古い漬け菜の一つで、東京小松川で生産されたのが名前の由来。栽培しやすく、栄養豊富で各種料理に用いられる。

栽培カレンダー



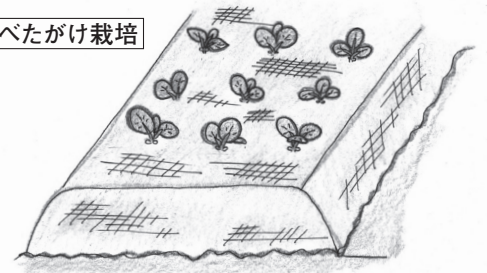
栽培のポイント

- 寒さ暑さに強く、特に冬の青物の少ない時期でも、比較的栽培しやすい。
- 連作障害が出にくい野菜で、完熟堆肥を施し、土を膨軟にすると品質がよくなる。
- 栽培期間が短いので、果菜類やネギ類などとの間作、混作も可能。

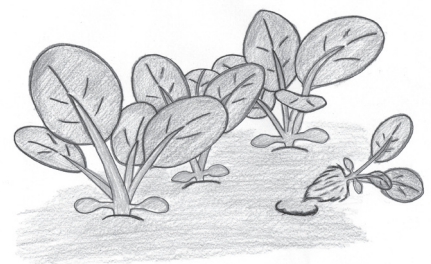
作り方

- うね 幅：120～150cm 3～4条まき、桑間15～20cm
- は 種：は種機か手まきで条まきする。手まきの場合クワの背で軽く土を押さえる。
白い寒冷紗をうね全体を覆う
ようにかけた後、かん水する。
不織布のべたがけ栽培は防虫、保温、防風効果がある。
- 施肥例 (1アールあたり)
 - 元 肥
 - ◎ 堆 肥：200kg
 - ◎ 苦土石灰：10kg
 - ◎ 苦土入り化成肥料8-8-8：20kg
 - 追 肥
 - ※葉色が黄色の場合、出荷7～10日前に尿素を1kg追肥するとよい。
- 間 引 き：1回目は子葉が展開したころ株間2cmに間引く。2回目は本葉2～3枚ごろに株間5cm間隔に間引く。
- か ん 水：多湿になると徒長し、病気も発生しやすくなる。かん水は原則として本葉3～4枚(草丈約10cm)までとする。
生育後半は土壌を乾燥気味に保つ。
- 収 穫：生育日数で、高温期は20～25日、低温期は70日以上で収穫となる。
草丈20～25cm程度になったら根も一緒に抜きとり収穫する。

べたがけ栽培



長繊維・割繊維不織布などを
直接畑の上にかける。



7.

しゅんぎく

葉莖菜類《キク科》原産地：地中海沿岸地方

冬から春にかけての鍋物に欠かせない。
わき芽が旺盛に伸びるので、摘み取りで長期間収穫もでき、
家庭菜園に最適。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
春まき栽培			●	●	■	■	■					
秋まき栽培									●	●	■	■
トンネル栽培	■	■								●	●	■

●● 播種 ■ トンネル ■ 収穫

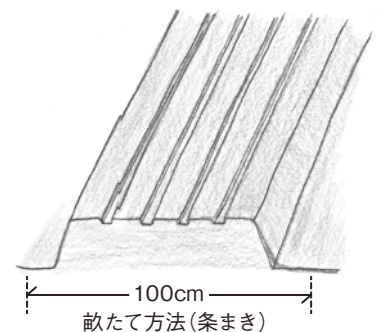
栽培のポイント

- 生育適温は15～20℃だが、夏は寒冷紗を、冬はビニール被覆で年中栽培できる。
- 高温、長日でとう立ち、開花するので、5～8月の栽培は難しい。生育を促して、とう立ちする前に収穫するよう、生長を早める管理が大切。
- 品種：現在最も広く栽培されている中葉種は大きく分けて2つのタイプがある。根元から株が張る株張り種と節間が伸びやすく枝を摘み取っていく摘み取り種がある。

作り方

- は 種：元肥を全面に施用して耕うん後、幅120cmのうねを立てる。浅い溝を20cm幅で4条切り、条まきする。軽く平ぐわで土を押さえ、切りわらなどで被覆してからかん水する。
- 施 肥 例（1アールあたり）

元 肥	（摘み取り種のみ）
◎堆 肥：200kg	追 肥 苦土入り化成肥料8-8-8
◎苦土石灰：10kg	◎1回目収穫後に5kg
◎苦土入り化成肥料8-8-8：20kg	
- 間 引 き：1回目は本葉1～2枚のときに株間3cm程度に間引く。2回目は本葉3～4枚のときに株張り種は株間10cm、摘み取り種は株間15～20cmに間引く。
- か ん 水：乾燥に弱いので、かん水につとめる。



8.

たまねぎ

根菜類《ヒガンバナ科》原産地：中央アジア、地中海沿岸

独特の香りと刺激臭は肉や魚の臭みを消し、
また甘みを増し、多くの料理に使われる。生食にも向き、
現在、年間の消費量が最も多い野菜。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
秋まき栽培 (早生)									●	×	×	
秋まき栽培 (中晩生)									●		×	×

● 播種 ×× 定植 ■ 収穫

栽培のポイント

- 球は、長日で温度が上がると肥大する。しかし品種により差があり早晩性が決まる。
- 秋に早まきして生長した大きな苗で越冬すると、春のとう立ち(抽台)が増える。品種ごとの、は種適期があるのでそれを守る。
- 追肥が遅れると、球の肥大・成熟が遅れたり、貯蔵性が悪くなる。

品 種

早生品種：ソニック、マツハなど。

中生品種：ターボ、OK黄など。

中晩生品種：ネオアース、ケルたまなど。

一般的には、早生よりも中生、中晩生の方が強健で収量が多い。辛みの少ない生食用に、赤紫色系のくれない、猩々赤など。

作 り 方

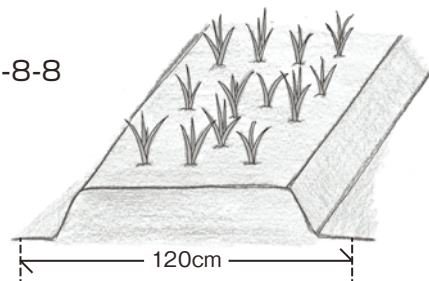
育 苗

本ほ1アールあたり、苗床5㎡を準備する。

- 苗 床：は種2週間前に、堆肥10kg、
苦土石灰500g、苦土入り化成肥料8-8-8
1kgを全面にまいて、耕うんし、
うね幅120cmの苗床を作っておく。

- は 種：は種日は、
極早生品種(9月8~10日)、
早生、中生品種(9月15~20日)、
晩生品種(9月23~9月30日)頃が
目安だが、品種により異なるので注意する。

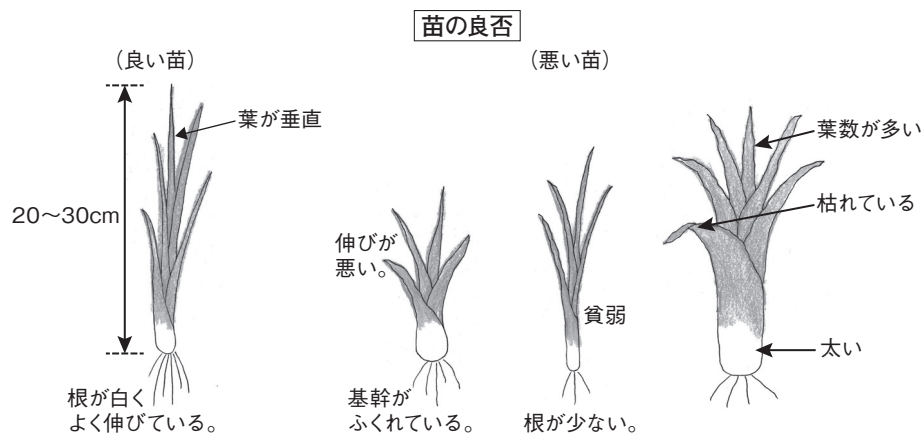
は種量は0.4dlで、苗床に5~6cm間隔に条まきする。は種後は、軽く押さえて切りわか土で薄く覆土し、さらに寒冷紗等でべた掛けし、発芽を揃える。発芽が始まれば、早めに寒冷紗を取り除く。本葉2枚頃までは、晴天の日にかん水をする。



- 間 引 き：苗の混みすぎた所を間引き、除草し、苗が倒れないように株元に土寄せをする。

本ぼの管理

- 定 植 準 備：定植の2週間前に、元肥を全面に施用して、幅120～150cmのうねを立てる。



- 定 植：早生品種は10月下旬、中生品種は11月、晩生品種は11月中旬～12月に、株間12cm、条間25cmの4条に植えて、かん水し活着を促す。苗は本葉3枚で、苗地際の径が4～5mm程度のものを、浅植える。

- 施 肥 例 (1アールあたり)

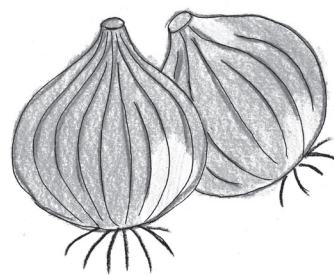
元 肥

- ◎苦土石灰：10kg
- ◎苦土入り化成肥料8-8-8：7kg
- ◎ようりん：2kg

追 肥 苦土入り化成肥料8-8-8

- ◎1回目：定植後20日頃に7kg
- ◎2回目：1月中旬～下旬に7kg
- ◎3回目：3月上旬に7kg

- 収 穫：地上部が70%程度倒伏した晴天日に行う。
1～2日天日干した後、雨の当たらない場所で貯蔵する。



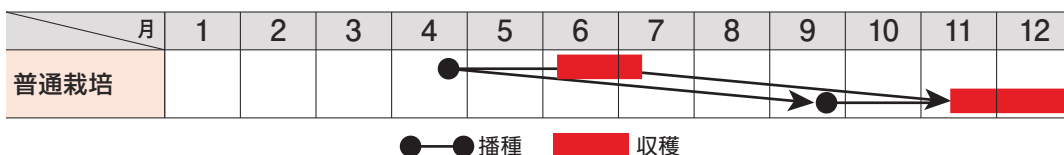
9.

チンゲンサイ

葉莖菜類《アブラナ科》原産地：中国

中国野菜で、煮ても色あせず煮崩れせず、人気がある。

栽培カレンダー



栽培のポイント

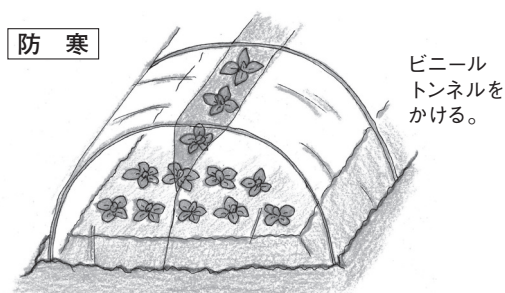
- 涼しい気候を好み、秋まきが栽培しやすいが、耐寒性・耐暑性があり、早春から秋まで栽培できる。土壌の適応幅は広いが、乾燥には弱い。
- 生育は春まき50日、秋まき60～70日、冬のトンネル栽培でも80日で収穫できる。
- 低温で花芽分化し、その後の長日でとう立ち、開花するので、春まきは13～14℃以上の温度が必要である。

成功のポイント！

葉が重なり合わないよう間引いて株間を確保する。混みすぎると、尻部のふくらみのあるよい株には仕上がらない。

作り方

- は 種：元肥施用して耕うん後、うね幅110cm、条間15cmで条まきする。高温期には条間を広げる。露地の早春まきは、とう立ちに注意する。



- 施肥例 (1アールあたり)

元肥

- 堆肥：200kg
- 苦土石灰：10kg
- 苦土入り化成肥料8-8-8：10kg

- 間引き：本葉が2枚頃から間引きを行い、最終15cmの株間にする。



10.

菜ばな

葉莖菜類《アブラナ科》原産地：ー

栄養価が高く、ビタミンA(カロテン)、
ビタミンCやカルシウムなどを多く含む緑黄色野菜で、
漬物やおひたし、あえものなどに利用。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
直まき(早生種)								●●	●●	●●	●●	●●
普通(中生種)									●	×	×	●

●● 播種 × 定植 収穫

栽培のポイント

- 早まきすると病気にかかったり、年内に伸びすぎて寒害を受けやすくなる。また、遅まきでは株の生育が悪く、小株のうちに花が咲き収量が落ちてしまうので適期に種まきをする。冬に入るまでにできるだけ生長させておくと、太くやわらかい良質の花蕾を収穫できる。
- 直まきの方が根の張りがよく、生育も早くて栽培しやすいが、幼苗期に虫害や乾燥による生育のムラがしやすい。

作り方

- 施肥例 (1アールあたり)

元肥

◎堆肥：200kg

◎苦土石灰：15kg

◎ようりん：2kg

◎苦土入り化成肥料8-8-8：15kg

追肥 苦土入り化成肥料8-8-8

◎1回目：本葉が7~8枚目の頃に4kg

◎2回目以降：花茎が伸び始めたときに4kg
その後は月1回ごとに4kg

- 早生種：うね幅100cm、株間30cm、2条まきか条間30cm、株間30cmの点播(1カ所4~5粒)とする。播種量は1アールあたり8mℓ。種が隠れる程度に軽く覆土し、その上を手で軽く押さえ鎮圧し、かん水を十分に行う。本葉2~5枚展開時までに2~3回に分けて間引きを行い、株間が30cmくらいになるようにする。この際、病虫害に侵されていない、正常な1株を残す。

- 中生種：セルトレイに1穴あたり4~5粒のタネをまき、軽く覆土する。育つにつれて間引き、本葉2枚のころに1本にする。播種後30日くらいで本葉4~5枚の時に、根を切らないように気をつけて、うね幅120~150cm、株間35cmの2条植えで1アールあたり約400株にする。苗が活着するまでは十分に乾燥に注意してかん水する。

- 収穫：早どりせず花蕾が大きく膨らむまで待つ、開花直前の30cmくらいに伸びた主茎を茎葉のついたまま摘み取る。開花してからでは収穫遅れ。その後は、側枝が伸びてくるので、12~15cmに伸びた花茎を開花前のやわらかい時に収穫する。



128穴のセルトレイで苗を作る。



開花直前の30cmくらいの主茎を摘み取る。

11.

にら

葉莖菜類《ヒガンバナ科》原産地：中国西部

栄養価が高く、匂い成分のアリシンが免疫機能を高め、疲労回復に役立つ。また、整腸作用があり、昔から胃腸に効く野菜として親しまれてきた。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
春まき			●	●		×	×					
株分け									◆	◆		

●● 播種 × 定植 ◆◆ 株分け ■ 収穫

栽培のポイント

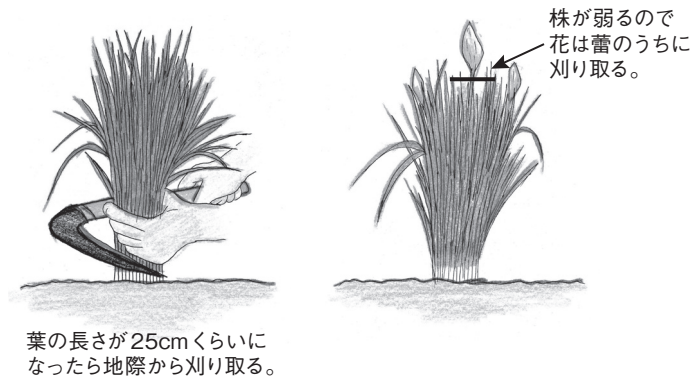
- 一度植えると2～3年収穫できる。大株になったら株分けする。
- 涼しい気候を好み、生育適温は10～25℃。冬には地上に出ている部分は枯れるが春になると新しい葉が生えてくる。
- 酸性土と過湿を嫌うので、土壌の酸性土を調整し、有機質肥料を使って排水と水持ちの良い土づくりを心がける。日当たりはそれほど要求せず、半日陰でも育つ。

作り方

- 苗床の準備：本ば1アールあたり10㎡の程度の苗床を準備する。種まき1か月前に、苗床10㎡当たり苦土石灰2kgと完熟たい肥3kgを全面に施す。種まき1週間前までに苦土入り化成肥料8-8-8 400gを全面に施して混和し、畝立てする。
- 苗作り：板などを使ってすじをつけ、15～20cm間隔の条まきにする。種をまいた後は、うすく土をかけ、敷きわらか寒冷紗をする。10～12日後に発芽するので敷きわらを取り除く。土が乾いたら水をやるようにする。本葉が2～3枚になった時、苦土入り化成肥料8-8-8 300gを追肥する。
- 畑の準備：うね幅60cm、株間20cm、2条植え
- 施肥例（1アールあたり）

元肥	
◎堆肥	：300kg
◎苦土石灰	：10kg
◎ようりん	：6kg
◎大阪北部エコ有機3号	：10kg
- 定植：苗が20cmくらいになったら本ばに植えつける。植え溝をつけて、苗は4～5本ずつまとめて、20cmくらいの間隔で植えていく。根が外に出ないように丁寧に植えつける。
- 追肥・土寄せ：追肥は植えつけ後20日とその40日後に1アールあたり苦土入り化成肥料8-8-8を4kg施す。追肥後は倒伏や雑草の発生を防ぐために、土寄せを行う。植えつけ後は毎年9月と4月を目安に追肥する。
- 収穫：4～10月、葉の長さが25cmくらいになったら収穫する。

- とう切り：8月ごろになるととう立ちして花が咲く。そのまま放っておくと株が弱るので蕾のうちに茎を刈り取る。



- 株分け：3～4年たつと葉が細くなってくるので休眠中に株分けする。備中鍬などで株を掘り起こし、1株ずつに分け、大きさをそろえて小さい株は捨てる。分けた株は苗を植え付けた時と同じように4～5本ずつまとめて植えつける。

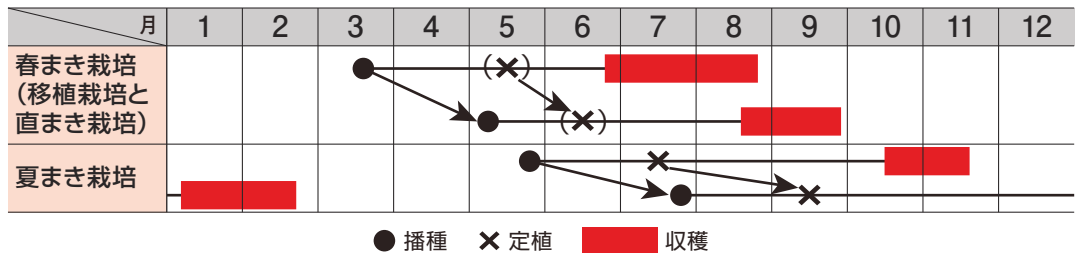
12.

ね ぎ

葉莖菜類《ユリ科》原産地：中国

体を暖め疲労を回復する薬用植物として
古くから栽培されている。もとは冬野菜だが、
今は周年栽培され、利用方法も広い。

栽培カレンダー



栽培のポイント

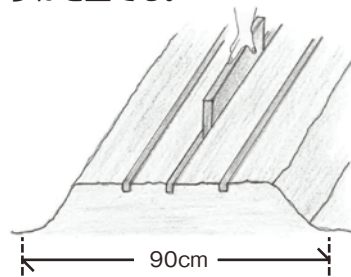
- 酸性土壌に弱いので、苦土石灰を施す。
- 水はけが良く、しかも保水性のある土を好むため、堆肥等を十分に施す。
- 葉ねぎは、根が細く少ないので乾燥に弱い。また窒素肥料を与えすぎると、葉が大きくなり、折れやすく病気にもかかりやすいので注意する。

品 種

収穫が6～9月のものは暑さに強い「奴」を、10～5月のものは寒さに強い「九条」を使う。
近年、細系が好まれ、博多万能ねぎなどの小ねぎや分けつしない1本ねぎなども注目されている。

作 り 方

- 苗 床 準 備：本ぼ1アールあたり、20～30㎡の苗床を用意する。10㎡あたり、堆肥20kg、苦土石灰1kgをまいて耕しておく。
- う ね 立 て：苦土入り化成肥料8-8-8 1kgをまいて、うね幅90cm（まき幅2cmの浅溝3～4本切る）のうねを立てる。



- は 種：は種量（本ぼ1アールあたり）は、春まき…3dℓ、夏まき…5dℓ古い種は発芽率が低下するので1年で使い切る。条まきで厚さ6～8mmの覆土をして、切りわらをかけ十分かん水する。春まき栽培はビニール被覆で保温を、夏まき栽培は寒冷紗被覆で暑さ対策をする。
- 苗床での追肥：液肥の300倍液をかん水代わりに施用する。
- 苗の大きさ：本葉3～4枚、草丈20cm苗を定植。

本ぼの管理

●定植：幅90cmのうねに、株間15cmで5～7本ずつを1株にして、2条植えする。

●施肥例（1アールあたり）

元肥

◎堆肥：200kg

◎苦土石灰：15kg

◎苦土入り化成肥料8-8-8：15kg

追肥 苦土入り化成肥料8-8-8

◎1回目：定植30日後に5kg

◎2回目以降：1ヶ月ごとに5kg

●中耕・土寄せ：追肥と同時に中耕、除草をかねて土寄せを行う。

●かん水：《生育初期～中期》

やや多めにかん水を行う。

《生育中期～後期》

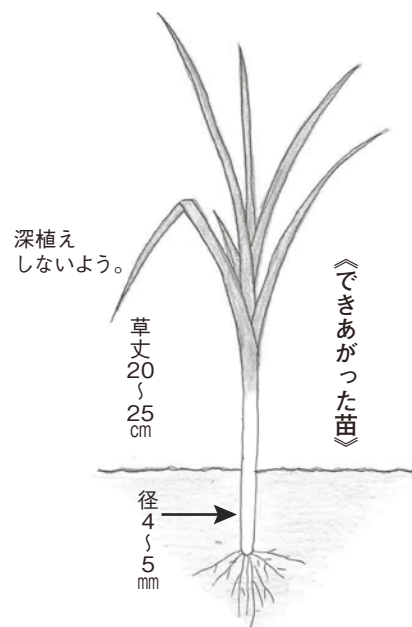
土壌表面が乾いたらかん水をする。

《収穫期》

収穫1週間前頃からは出来るだけ

かん水は控える。

●その他の管理：夏期に栽培する場合は、条間にわらを厚く敷き乾燥を防ぐ。冬期には凍害を防ぐため、晩秋に株元に土寄せをしておく。



13.

はくさい

葉莖菜類《アブラナ科》原産地：中国北部

ビタミンCが豊富で、繊維のやわらかさと
淡白な持ち味で冬野菜の代表。あく抜きもなく、胃にやさしく、
手軽に炒め物、鍋物、漬物に。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
秋まき栽培 (早生)								● (×)				
秋まき栽培 (中～晩生)								● (×)				

● 播種 × 定植 ■ 収穫

栽培のポイント

- 根は細いが、深く伸びるので高うねにする。うね間に水が溜まらないように注意する。
- 品種のは種適期を守る。13℃以下の低温で花芽ができ、それ以降は葉数が増えず十分結球しないことがある。冷涼地帯ほど早まきして、寒くなるまでに葉数を確保する。
- 肥切れさせないように追肥する。
- 早まきすると、ウイルス病の発生が多いのでアブラムシ防除につとめる。

品 種

「無双」、「冬峠」、「金将」、「黄ごころシリーズ」「晴黄シリーズ」(黄芯系)(いずれもタキイ)
はくさいは早晩性(収穫までの日数)によって多くの品種があるため、作型や気象条件等を
考慮して品種を選ぶ。

作 り 方

育 苗

ポット育苗又はペーパーポット育苗

- 9cmのポリ鉢やペーパーポットに有機物に
富んだ床土を入れ、2～3粒づつまく。
- 風通しのよい涼しいところに並べ、
乾燥防止のため白寒冷紗をトンネル被覆する。
〔アブラムシ、ダイコンシンクイの被害防止にも役立つ〕

寒冷紗トンネルを
かける。
妻面は開けて
風通しを図る。



ポットをポリト口箱に
並べ、寒冷紗などで
日よけをする。

- 間 引 き：本葉2～3枚頃に、1本に間引く。

本ほの管理

- う ね 幅：120cm、株間40cmで2条千鳥植え。

直播き

- は 種：1カ所に3～5粒ずつまいて薄く覆土し、乾燥防止に寒冷紗を敷いてからかん水をする。

- 間 引 き：1回目は本葉2枚の頃3本に、2回目は本葉7～8枚の頃、1本に間引く。

定 植

- 定植苗の大きさ：本葉4～5枚。

- 施 肥 例（1アールあたり）

元 肥

◎堆 肥：200kg

◎苦土石灰：15kg

◎苦土入り化成肥料8-8-8：20kg

追 肥 苦土入り化成肥料8-8-8

◎1回目：本葉6～7枚頃に5kg

◎2回目：結球始め頃に5kg

- 中耕・土寄せ：生育初期に株間やうねの肩を削って中耕、除草を兼ねて土寄せする。

- 排 水：秋雨の続くとき、うね間に水を溜めないよう排水につとめる。

14.

ブロッコリー

葉莖菜類《アブラナ科》原産地：地中海東部沿岸

栄養バランスにすぐれ、
特にビタミンCはレモンの2倍。美容と健康に欠かせない
代表的な緑黄色野菜として需要が増大。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
春まき栽培 (冷涼地向き)			●	×		■						
夏まき栽培 (早生種)							●	×		■		
夏まき栽培 (中・晩生種)	■	■	■				●	●	×	×		■

● 播種 □ 温床育苗トンネル × 定植 ■ 収穫

栽培のポイント

- 25℃以上では生育が劣り、5℃以下では生育が停止する。定植苗は必ず若苗を植える。
- 湿害に弱く、根腐れや枯死しやすいので、畑の排水を良くする必要がある。特に生育初期から中期にかけて湿害を受けやすい。

品 種

- 極早生種**：短期間で収穫するので、肥料は元肥を主体に初期生育を旺盛にして、出蕾までに十分な株をつくる。(シャスター等)
- 中早生種**：極端な早まき、遅まきは避ける。元肥をやや多めに施し、最後まで肥料が切れないようにする。(緑嶺、ハイツ等)
- 中晩生種**：生育期間が長いので、元肥と追肥の割合は半々とし、出蕾期以降も肥料が切れないようにする。(グリーンビューティー等)

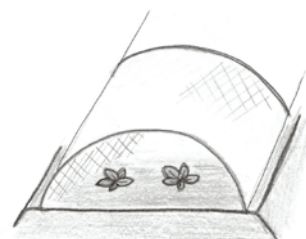
成功のポイント！

大きく充実した花蕾を収穫するには、しっかりした茎葉を着けさせることが大切。そのため元肥の堆肥・肥料を十分に与えておく。

作 り 方

育 苗(キャベツに準ずる)

- 苗床の害虫防除：ダイコンシンクイ(蛾)の幼虫が苗の生長点付近の葉や芯を食べて芯止まりとなる。そのため、は種後～発芽前に寒冷紗(2mm目合)でトンネル被覆して、成虫の飛来、産卵を防ぐ。

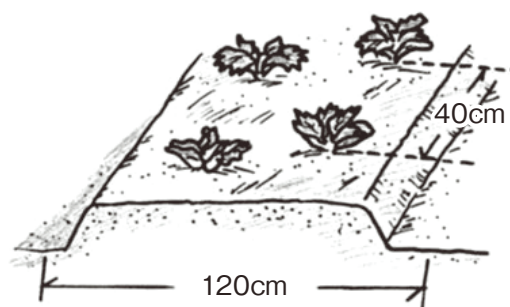


寒冷紗でダイコンシンクイの飛来を防ぐ方法。

本ほの管理

- 植 え 付 け：うね幅120cm、株間40cm、2条千鳥植え。

- 定植苗の大きさ：本葉5～6枚。
(植え傷みを避けるため、苗床へ十分かん水して、根鉢を多くつけて植え付ける。)



- か ん 水：定植が夏の乾燥期のため、植え付け後は活着と初期生育を促すため、十分かん水をする。また花蕾の肥大期に乾燥すると、収量や品質が悪くなる。

- 施 肥 例 (1アールあたり)

元 肥

	堆 肥	苦土石灰	苦土入り化成肥料8-8-8	ようりん
極早生・中早生	200kg	10kg	20kg	2kg
中晩生	200kg	10kg	18kg	2kg

追 肥

	肥料名	1回目	2回目
極早生・中早生	苦土入り化成肥料8-8-8	10kg	
中晩生	苦土入り化成肥料8-8-8	8kg	8kg

- 1回目は定植 7～10日後、2回目は花蕾発生前に施す。
- 追肥は、肥料切れしないように速効性の肥料を早めに施す。
- 頂花蕾のみ収穫する作型では、頂花蕾が見え始めるまでに最終の追肥を終えるようにする。
- 中耕・土寄せ：涼しい気候になると、急速に生育が早まり倒れやすくなるため、中耕除草を兼ねて株元に土寄せを行う。
- 収 穫：収穫適期は、冬でも7日程度と短い。花蕾周辺にすき間が出始めた頃。側花蕾を収穫する場合は、頂花蕾を収穫後、2回目の追肥をする。



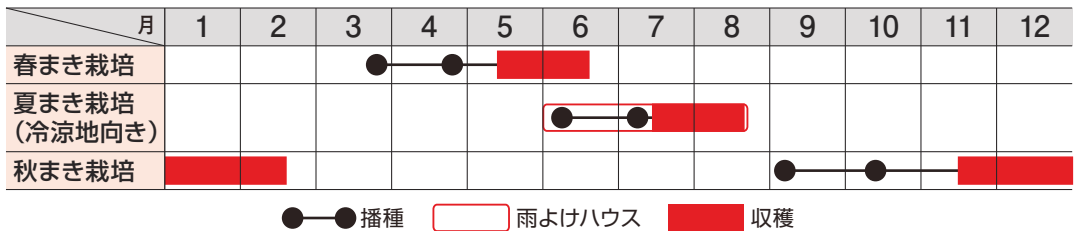
15.

ほうれんそう

葉茎菜類《ヒユ科》原産地：コーカサス地方

各種ビタミンや鉄分、カルシウムなどに富む栄養野菜。
造血作用があるため、貧血の改善や予防に。

栽培カレンダー



栽培のポイント

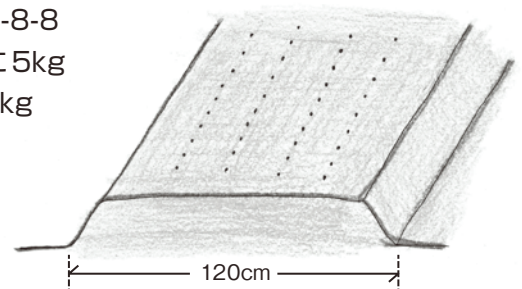
- 耐寒性は強く0℃でも生育を続け、-10℃の低温にも耐える。
- 高温には弱く、20℃以上になると生育が悪くなる。酸性土壌には野菜のうちでは最も弱いほうで、pH5.2以下ではほとんど育たないので、苦土石灰で土壌酸度を調整する。
- 春はとう立ち(花芽ができる)が発生しやすいので、品種の選定に注意する。また、早めに収穫する。
- 夏の高温下では立枯病の発生が多く作りにくい。

成功のポイント!

酸性と畑の排水不良はほうれんそうの大敵。石灰による酸度矯正と周囲に排水溝を設け、畑の表面排水につとめる。

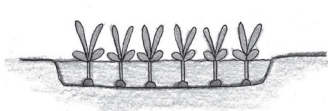
作り方

- うね幅：120cm。
 - 水田などの排水の悪いところは、高うねにして、条数を減らす。4条まき、条間15cm。
- 株間：秋まき5cm、春まき7~8cm。
- 施肥例 (1アールあたり)
 - 元肥
 - ◎ 堆肥：200kg
 - ◎ 苦土石灰：20kg
 - ◎ 苦土入り化成肥料8-8-8：15kg
 - 追肥 苦土入り化成肥料8-8-8
 - ◎ 1回目：草丈5~6cm頃に5kg
 - ◎ 2回目：草丈12cm頃に5kg

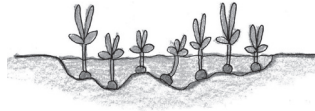


- 間 引 き：本葉3枚の頃、間引きしてガッチリした株に仕上げる。軟弱徒長株はとう立ちを早めたり、べと病発生の原因になる。

種まき



まき溝が平らだと覆土の深さも発芽も揃う。

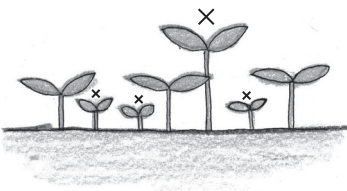


まき溝に凸凹があると覆土の厚さが不揃いになり発芽もバラバラ。その後の生育もムラになる。



覆土に凸凹があると水が低い所にたまって立枯れを起こしやすく、発芽が不揃いになりやすい。

間引き



発芽遅れの株や生長が早すぎる株の込みすぎた所を間引いて株間を揃える。

- その他の管理：台風や豪雨にたたかれ、根が傷められた時には尿素の100倍液を葉面散布して、草勢の回復を図る。

16.

ミズナ

葉莖菜類《アブラナ科》原産地：日本

臭みの無い淡白な味わいと歯ざわりが特徴で、
和え物、鍋物、サラダ、汁物、煮物などにひろく用いられる。
関西地方では古くから常用されてきた葉野菜。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
春まき								●	●	●	●	●
秋まき	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

●● 播種 ■ 収穫

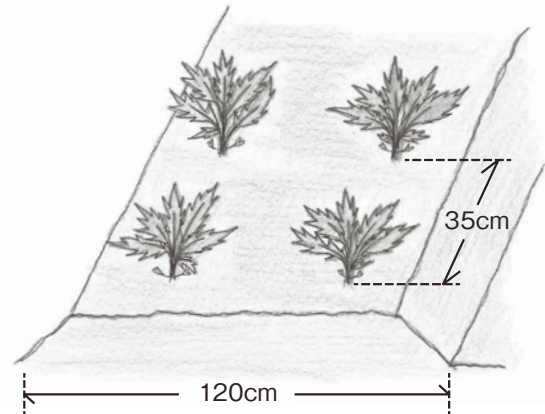
栽培のポイント

- 水を多く与えないとよいものができない。株元に敷きわらなどをして水分保持に努め、畝を乾かさないう冬季でも水やりに注意する。
- ウイルス病には強くないので、生育初期からアブラムシの防除を徹底する。

作り方 (大株どり)

- 畑の準備：うね幅120cm、株間35cm
条間35cmの2条植え
- 施肥例 (1アールあたり)

元肥	追肥 苦土入り化成肥料8-8-8
◎堆肥：200kg	◎1回目：本葉5～6枚頃に3kg
◎苦土石灰：15kg	◎2回目：1回目から約25日後に3kg
◎苦土入り化成肥料8-8-8：8kg	
- 種まき：まき溝をつけて3cmくらいの間隔で条まきにする。薄く土をかける。
- 間引き：1回目は子葉が開ききったころ、込みすぎた株や伸びすぎた株を間引く。
2回目は本葉2枚のころ、株間5～6cmに間引く。
- 収穫：収穫後のしおれが激しいので午前中に収穫し、10℃前後で保存する。



やさしい
農産物づくり



農業者向けLINEにて
防除等の情報を配信しています!!

病虫害防除は、発生前や発病初期の対応が大切です。組合員のみなさまが作られる作物を守るため、タイムリーな情報をお届けしますので、是非、お友だち登録をお願いいたします!

LINEの
お友だち登録は
こちら!



JA OSAKA-HOKUBU

17.

レタス

葉莖菜類《キク科》原産地：地中海沿岸、西アジア

サラダに不可欠。生で食べればバランスの良いヘルシー野菜。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
春まき栽培			●	×								
晩夏まき栽培								●	●	×	×	
秋まき(トンネル)栽培									●	×		

● 播種 × 定植 〇 トンネル ■ 収穫

栽培のポイント

- 涼しい気候を好み、栽培適温は15～22℃。生育前半は、-5℃ぐらいに下がっても枯れないが、結球期に入ると凍害を受けやすい。
- 暑さには弱く、27℃以上になると正常な結球はせず、腐敗株が多くなる。
- 高温、長日下で種まきをすると、とう立ち・開花しやすい。そのため特に夏まき栽培では、品種の選択を誤らないこと。

作り方

育苗

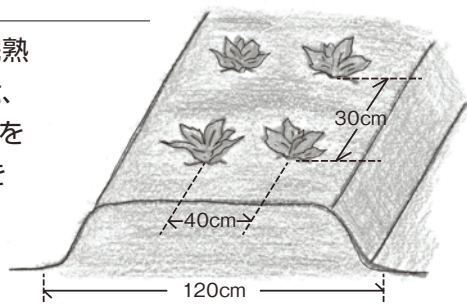
成功のポイント!

レタスの種子は発芽適温である18～20℃以外の条件では、極端に発芽率が下がる。発芽は好光条件を好み、覆土は乾燥しない程度にうすくする。

- ポット育苗：本数が少なければ9cmポットに直接まいてもよい。3～4粒播種し、1本仕立てにして本葉4～5枚で定植する。
- 間引き：本葉1枚の頃、葉が触れ合わない程度に間引く。
- 移植：苗床は本ば1アールあたり約6㎡準備して、1㎡あたり堆肥2kg、苦土石灰を約80g、苦土入り化成肥料8-8-8を約60g施用し、耕うんする。本葉2～3枚で、この苗床に10cm間隔に植え付ける。または9cmポットに移植する。

定植後の管理

- 施肥：定植2週間前に、1アールあたり完熟堆肥200kgと、苦土石灰を10kg、元肥として大阪北部エコ有機3号を10kg施用し、幅120cmのうねを立てる。



- **定植**：本葉4～5枚の苗を株間30cm、条間40cmの2条千鳥に定植し、十分かん水する。老化苗にならないように、適期定植する。肥効や土壌水分の急激な変化を防ぐため、マルチ栽培が適する。
秋どりでは虫よけ効果のあるシルバーマルチ、冬どりでは黒マルチを利用する。
高温期はあらかじめ不織布等を被覆し、地温を低下させておいても良い。



本葉4～5枚の
苗に仕上げ、
本畑へ植えだす。

- **かん水**：活着から結球まではやや多めとし、充実した外葉を展開させる。結球後は、軟腐病等の発生が増えるので、かん水を控える。
- **追肥**：追肥は結球始め頃までで、葉色や生育状況に応じて、かん水を兼ねて液（秋まきのみ）肥を散布する。または結球始めまでに1アールあたり苦土入り化成肥料8-8-8を10kg施用する。

成功のポイント！

収穫が平均気温10℃頃の低温期(降霜・降雪期)に入る栽培では、結球期に入ったらビニールで保温被覆する。

- **収穫**：結球した頭部を軽く押して、硬く感じる頃が収穫適期。
切り口から出る乳液は、水をひたした布などでふき取る。

1.

かぶ

根菜類《アブラナ科》原産地：ヨーロッパ

日本へは縄文時代後期に伝わった野菜で
多彩な地方品種がある。だいこんほど土に深く入らず、
収穫も早くできるので家庭菜園向き。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
春トンネル栽培		●●	■	■	■							
夏まき栽培							●●	■	■	■		
晩夏～秋まき栽培								●●	■	■	■	
秋まき栽培									●●	■	■	■
秋トンネル栽培	■	■	■							●●	■	■

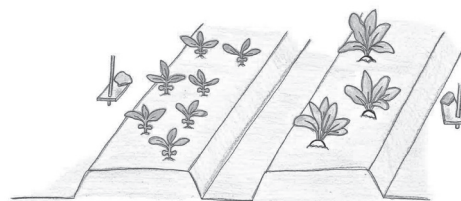
●● 播種 ■ トンネル ■ 収穫

栽培のポイント

- 涼しい気候を好み、生育適温は15～25℃。寒さにはかなり強いが、暑さには弱く、根の肥大が悪くなり品質も劣ってくる。
- トンネル栽培で防寒し、夏の高温期は寒冷紗で被覆すれば年中栽培できる。
- 生育期間が短いので、畑の輪作作物として利用しやすい。収穫が遅れるとすが入る。
- 良品質、多収のため、作付け前に完熟した堆肥をすき込む。
- 早めに間引きを行い、生育が遅れないようにする。根が浅いので、乾燥に弱い。

作り方

- | | | |
|-----------------|-------|---------|
| | 〔大かぶ〕 | 〔小・中かぶ〕 |
| ● うね 幅： | 100cm | 120cm |
| ● まき 方： | 2条点まき | 4条すじまき |
| ● 株 間： | 30cm | 10～12cm |
| ● 施肥 例（1アールあたり） | | |



元肥

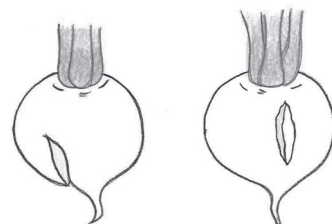
種類	苦土石灰	苦土入り化成肥料8-8-8	堆肥
大かぶ	10kg	35kg	200kg
小・中かぶ	10kg	20kg	200kg

追肥 苦土入り化成肥料8-8-8

種類	1回目 (本葉2～3枚)	2回目 (本葉6～7枚)
大かぶ	3.5kg	3.5kg

- 間引き、土寄せ：間引きは重要な作業で、良品生産のカギとなる。遅れると軟弱徒長し、残った株が傷む。本葉2～3枚のとき1回目、本葉6～7枚のとき2回目の間引きをして土寄せをする。土寄せは、根の肌を白く美しくするために重要。
- かん水：かぶは乾燥に弱いので、畑の乾き具合を見てかん水する。
- 収穫：小かぶは春、夏まきで約30日。秋まきで約60日、根径約5cmで収穫。大かぶは、秋まきで約60～90日で収穫。

管理が悪いと不良品が多くなる。



株間が狭く込みすぎたときなど。

土壌の乾湿が激しかったとき。

たのしい
農産物づくり



農業者向けLINEにて
防除等の情報を配信しています!!

病虫害防除は、発生前や発病初期の対応が大切です。組合員のみなさまが作られる作物を守るため、タイムリーな情報をお届けしますので、是非、お友だち登録をお願いいたします!

LINEの
お友だち登録は
こちら!



JA OSAKA-HOKUBU



2.

ごぼう

根菜類《キク科》原産地：地中海沿岸、西アジア

外国原産の植物だが、日本で初めて作物化されたもの。
繊維質が多く、胃腸の洗浄や良性の細菌を増やす効果がある。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
秋まき栽培									●	●		
春まき栽培			●	●								

●● 播種 トンネル ■ 収穫

栽培のポイント

- 栽培には日当たりが良く、排水が良好で耕土が深い畑が適している。
- 生育適温は20～25℃で、種子の発芽には変温の効果が強く好光性である。
- 連作障害すると極端に生育が悪くなり収量が減るため、3～5年の輪作をする。
- 一定の太さになると、低温と長日の影響で花芽が分化して、とうが立つ(抽台)。
抽台の早晩性は品種による。秋まき春どりの作型では、抽台しにくい品種を選ぶ。

品 種

山田早生、渡辺早生、高山ごぼう(豊能町高山の伝統品種)、滝野川(晩生種)

作 り 方

- 施 肥：1アールあたり完熟堆肥を200kg、苦土石灰を10kg施用し、土壌酸度を矯正する。元肥は大阪北部エコ有機3号を10kg施用する。
- う ね 立：元肥施用後、できるだけ深く耕し、幅70cm、高さ30cm以上のうねを立てる。

ごぼうの種子は発芽しにくいので、水に一晩浸しておく。
また、発芽には光が必要な種子のため、覆土は厚くならないようにする。

まく前に畝全面に
ていねいに
灌水しておく。



- は 種：約10cmの間隔で3～4粒ずつ点播し、切りわらや土で軽く覆土をする。
- 間 引 き：子葉展開時と本葉2～3枚の頃に間引きする。間引きは、生育が中くらいのものを残すようにし、生育が悪いもの、葉の大きいものは間引く。



本葉が1～2枚のころ、伸びすぎや出遅れの苗を間引く。間引きは良いごぼうを作るのにとても大事な作業です。

- 追 肥：肥料不足になると、す入りになったり空洞になるので、追肥は生育に合わせて、2回目間引き時と本葉5～6枚の頃の2回に分けて行う。1アールあたり大阪北部エコ有機3号10kgをうねの肩の部分にまき、追肥と合わせて軽く中耕して土寄せを行う。
- 収 穫：ごぼうの収穫期は幅が広い。早生種では、は種後150日くらいで収穫適期になるが、根径が1～2cm程度の頃から収穫を始める。なお、収穫後、保存する場合は、出荷まではビニールで覆って乾燥させないようにする。

3.

さつまいも

根菜類《ヒルガオ科》原産地：中央アメリカ

暑さにも強く、栽培しやすい。
繊維もビタミン類も豊富で、用途も広い。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
普通栽培					×	×						

× 定植 ■ 収穫

栽培のポイント

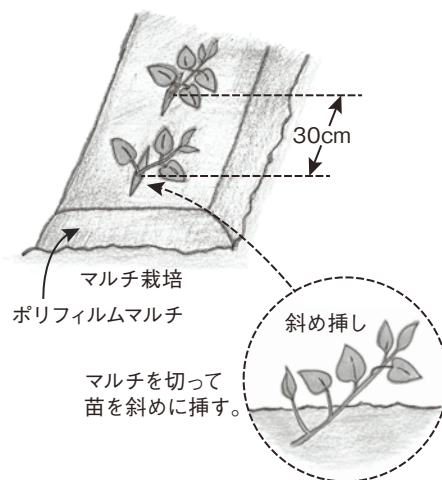
- イモの肥大の適温は20～30℃と高い。強光を好み、乾燥にもよく耐えて生育する。
- チッソ肥料が多すぎると茎葉が茂りすぎ、つるぼけ現象になり、イモが太らない。

品 種

高系14号、紅あずま、鳴門金時、紅はるか、安納芋、シルクスイートなど。

作 り 方

- 定植準備：定植の2週間前に、元肥を全面に施し、うね幅80～90cmで、できるだけ高うねにして、黒マルチでうね全面を被覆しておく。
- 施肥：**元肥**（1アールあたり）化成13号を10kg
- マルチ被覆：黒マルチ栽培は雑草防止効果がある。黒マルチを被覆した場合、つる先が日焼けすることがあるので、つる先がマルチに触れないように工夫する。白黒ダブルマルチなら、日焼けは少ない。
- 定植：株間は30～35cmで、本葉8～9枚、長さ約25cmの苗を、つるの先端が5～10cm上に出るように斜めにさす。
〈マルチ栽培は、マルチを切つて、苗を挿す〉
 節数を多く土に埋めて挿すと、イモの数は増えるが、小さくなる。逆に、埋める節数が少ないと、数は減るがイモは大きくなる。



4.

さといも

根菜類《サトイモ科》原産地：マレー半島

縄文時代にイネより早く渡来したとされる
古くからの主要作物。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
マルチ栽培				×								
普通栽培					×							

× 植え付け(種芋購入) 収穫

栽培のポイント

- 乾燥に弱く、生育ざかりの夏期に降雨が少ないと収量が減ったり、イモが硬くなる。
- 連作障害が出やすいので、同じ場所では2～3年は作付けを避ける。

品 種

石川早生 (8月末から収穫できる早生種、マルチ栽培すると早まる。子芋を食べる品種。)

土 垂 (晩生種で、比較的栽培しやすく収量も多い。子芋を食べる品種。)

唐のいも (晩生種で、比較的作りにくく、赤い葉柄は「ずいき」として利用できる。
親芋も子芋も食べられる品種。)

作 り 方

- 植 え 付 け：うね幅120cmで、株間30～45cmの2条植。芽を上にして植える。
- 植付け種イモ：芽が2～3cm伸びた種イモ（1アールあたり、約20kg必要）。
- 植付けの深さ：排水の良い土壌では深さ10cm。
- 施 肥 例 （1アールあたり）

元 肥

- 堆 肥：200kg
- 苦土石灰：10kg
- 苦土入り化成肥料8-8-8：13kg

追 肥 苦土入り化成肥料8-8-8

- 1回目：本葉2～3枚頃に4kg
- 2回目：本葉5～6枚頃に4kg

- **マルチ栽培**：全量元肥（苦土入り化成肥料8-8-8を16kg）で、
植え付け後、すぐ黒マルチをする。
(芽が伸びてマルチを押してきたら、
マルチに穴を開けて芽を出してやる。)

- **土寄せ(普通栽培)**：追肥を施用した都度、土寄せする。

- **か ん 水**：乾燥すると発育、収量、品質が悪くなるので、たっぷりとかん水する。



第1回：5月下旬～中旬

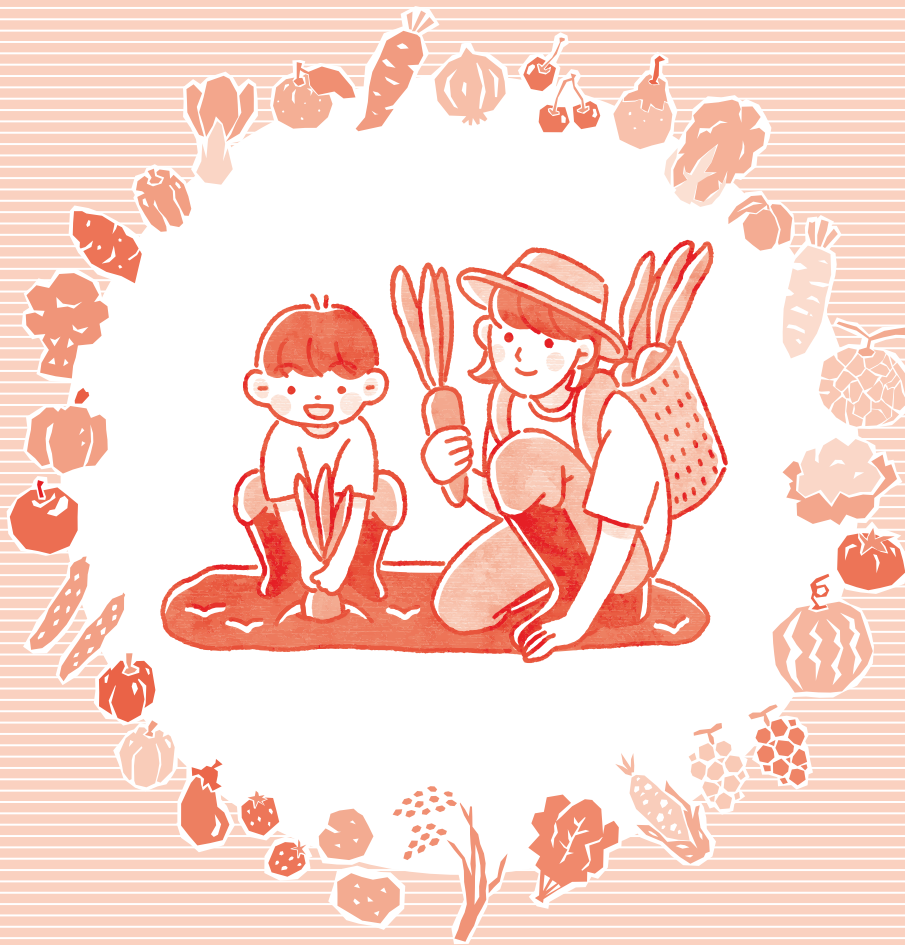


第2回：6月下旬～7月上旬

成功のポイント!

- ① 土寄せが足りないと、子いもの芽が伸びて、いもの肥りが悪くなるため、子いもの芽を埋めるように土をかけて、子いもの肥りを良くする。
- ② さといもは、高温・多湿を好むため、7～8月にうね間にかん水をするとう収量が増える。また、マルチ被覆をしていない場合は、乾燥防止のため、うねに敷きわらをする。

おもしろい
農産物づくり



農業者向けLINEにて
防除等の情報を配信しています!!

病虫害防除は、発生前や発病初期の対応が大切です。組合員のみなさまが作られる作物を守るため、タイムリーな情報をお届けしますので、是非、お友だち登録をお願いいたします!

LINEの
お友だち登録は
こちら!



JA OSAKA-HOKUBU

5.

じゃがいも

根菜類《ナス科》原産地：南アメリカ

3ヶ月半で種イモの15倍も収穫できる。
品種も多彩になり用途も多い。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
春作栽培		×	×									
秋作栽培								×	×			

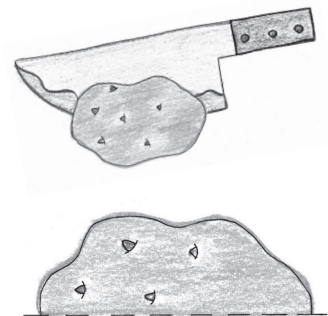
× 植えつけ ■ 収穫

栽培のポイント(春作)

- 無病の種イモを使う。(主な品種は、男爵、メークイン、キタアカリ)
- 水はけの良いところで栽培する。
- 春作は、生育を早めるとともに、雑草防除を兼ねてマルチした方が良い。
- 収穫は茎葉が枯れはじめて、土が乾いている時に行う。
- 収穫が遅れるとイモは大きくなるが、品質が悪くなり貯蔵性が劣る。
- 掘ったイモは、冷暗所で貯蔵し光に当てない。

作り方(春作)

- うね幅：1条植…80cm 株間…30cm
2条植…120cm 株間…30cm(千鳥植)
- 種イモ準備：芽の出具合を見ながら、一片が30～40gで芽が2～4個あるように切る。
切ったイモは1～2日、陰干して切り口が乾いてコルク化してから植える。
- 植えつけ：深さ5～10cmで芽を上に向けて植つける。特に霜に弱いので、早植えの場合は、やや深めに植える。
- マルチ被覆：植え付け後、一度雨に当て、その後うね全面にマルチをする。
芽が伸びてきたら、暖かい日にマルチを破って外へ芽を出してやる。
- 芽かき：本葉3～4枚になり霜の心配がなくなったら、太い芽を2本程度のこす。
- 施肥例 (1アールあたり)
元肥 (マルチ被覆の場合は全量元肥)
◎堆肥：150kg
◎ようりん：2kg
◎苦土入り化成肥料8-8-8：15kg



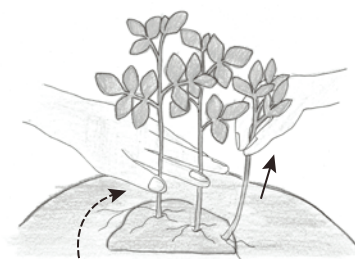
栽培のポイント(秋作)

- 栽培期間が短いので、休眠の短い品種を選ぶ。(デジマ、ニシユタカ、農林一号)
- 肥料は生育が早いので、元肥中心とする。

作 り 方(秋作)

- うね幅・株間：春作と同じ。
- 種イモ準備：高温期の植え付けになり、切ると腐りやすいため、種イモは切らずに植える。
 - ①種イモを明るい室内に並べて緑化させる。
 - ②切る場合は植え付け2日前に行い、涼しい所で乾燥させる。
- 植 え つ け：8月下旬～9月上旬
高温時期の植えつけのため、わらなどで覆い地温の上昇を防ぐ。
朝夕の涼しい時に、深さ5～10cmで芽を上にして植えつける。
- 芽 か き：芽が10cm位のびた頃に丈夫な芽を2本程度残す。

芽かき



種イモを引き上げないように
株元を押さえ、斜めの方向に
かき取ると良い。

- 土 寄 せ：1回目は芽かき後
2回目は1回目芽かきの20日後(土寄せが浅いと、緑色のイモになってしまう)
- 施 肥 例 (1アールあたり)

元 肥	追 肥 苦土入り化成肥料8-8-8
◎堆 肥：100kg	◎2回目の土寄せ時に5kg
◎苦土入り化成肥料8-8-8：10kg	
◎ようりん：4kg	

6.

だいこん

根菜類《アブラナ科》原産地：地中海沿岸、中央アジア、東南アジアなど諸説ある

古くから栽培され、優れた消化作用と整腸効果がある。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
春まき トンネル栽培			●	■	■							
春まき栽培				●	■	■	■					
夏まき栽培							●	●	■	■	■	
初秋まき栽培								●	●	■	■	■

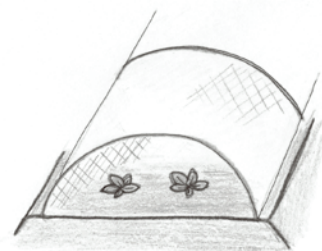
●● 播種 ■ トンネル ■ 収穫

栽培のポイント

- 一般的には暑さに弱く、寒さに強い。
- 耕土が浅すぎたり未熟な有機物、石などがあると根が変形しやすい。そのため、深く耕し、土中の石などを取り除いて栽培する。また排水の良い土壌がよい。
- ウイルス病にかかりやすいので、害虫防除を入念に行う。

成功のポイント！

暑い時期に種まきする場合は、アブラムシの飛来によりウイルス病にかかりやすいので、虫を寄せ付けないように寒冷紗等で被覆する。
未熟な堆肥は、根の変形の原因。堆肥は完熟したものを、早めに施用しておく。



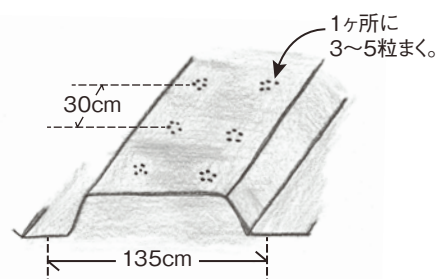
寒冷紗でアブラムシの飛来を防ぐ方法。

品 種

栽培の歴史が古く在来品種も多い。また、品種改良も盛んに行われている。地域や、種まき時期に適した品種を選んで栽培する。たとえば、**夏まき**には「YRくらま、耐病総太り(タキイ)」、**秋まき**には「三太郎(タキイ)」、**春まき**には、とう立ちが遅い(晩抽性)「春神楽、トップランナー(タキイ)」など。

作 り 方

- は 種：あらかじめ元肥を全面に施用し、深く耕して幅135cmのうねを立てる。うねに2本の浅い条を切り、30cm間隔で種子を3～5粒まく。厚さ約1cmの覆土後、くわで押さえる。は種後は、わらや寒冷紗等で被覆して乾燥を防ぐ。



- 丸大根の場合は、うね幅150cm、株間を45cmと広くする。

- 施肥例（1アールあたり）●丸大根は2割多く肥料を施す。

元肥

○苦土石灰：15kg

○苦土入り化成肥料8-8-8：15kg

●未熟堆肥、鶏糞、油粕類を元肥に入れると、岐根のだいこんになりやすい。

追肥 苦土入り化成肥料8-8-8

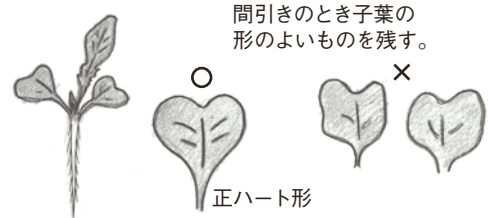
○1回目：本葉2～3枚頃に4kg

○2回目：本葉5～6枚頃に4kg

- 間引き・中耕：第1回目は、本葉2～3枚頃、2本にして、追肥、中耕、土寄せする。
第2回目は、本葉5～6枚頃、1本にして、追肥、中耕、土寄せする。

間引きは

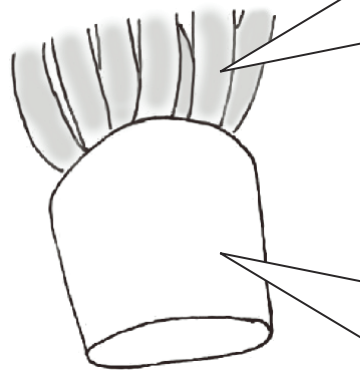
- ①生育の強すぎるもの、遅れたもの。
- ②葉色が濃く、艶のないもの。
- ③図のように子葉が奇形のもの。
- ④病害虫に侵されたものを間引く。



成功のポイント！

間引き時期が遅れないこと。形をよく見定めて入念に行う。間引き後、軽く根元に土を寄せて、ぐらつかないようにする。

- 収 穫：遅れると根に、**す**が入って食味が悪くなる。外から2～3枚の葉柄を切ってみて、**す**が入っているようだと根にも、**す**入りしている。



葉柄の断面



正常な根の場合…組織が均一



す入りの根の場合…白いスポンジ状になったり、中が空洞になっている

根の断面



正常な根の場合…全体が放射状



す入りの根の場合…白いスポンジ状になったり、中が空洞になっている

7.

にんじん

根菜類《セリ科》原産地：アフガニスタン

カロテンを豊富に含み、
ビタミンA効果が高く、B₂、Cも多い緑黄色野菜の代表種。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
トンネル栽培		●	■	■	■	■						
春まき栽培				●	■	■	■					
夏まき栽培	■	■	■				●	●	■	■	■	■
夏まき栽培 (金時人参)	■	■	■				●	●	■	■	■	■

● 播種 ■ トンネル ■ 収穫

栽培のポイント

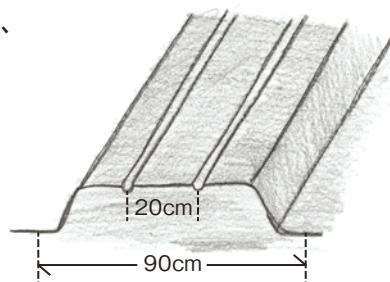
- 涼しい気候を好み、生育適温は15～20℃。生育初期は高温に強いが、生育が進むと夏の暑さで病害が出やすい。このため大阪では、**夏まき秋冬どり栽培**がしやすい。
- 低温に感応して花芽分化し、高温長日で開花するので春まきでは注意する。
- ネマトーダ(ネコブ線虫)の被害をうけやすいので、前作に被害があったところは避けて栽培する。又初期の雑草は入念に抜き取る。

品 種

品種は金時にんじん等**東洋系の長根種**と、五寸にんじん等**西洋系の短根種**に大別されており、現在は短根種の栽培が多い。また長さ10cm程度のミニにんじん等がある。

作 り 方

- 本 ぽ 準 備：1アールあたり完熟堆肥200kg及び苦土石灰10kgを、土になじませるため、1か月以上前に施すき込む。
- 施 肥：元肥を主体とし、1アールあたり苦土入り化成肥料8-8-8を12kg施用する。
- う ね 立：うね幅90cm。根が十分に伸び、また岐根がでないように、土は細かく碎いて深耕する。排水の悪いところでは、さらに高うねとする。
- は 種：条間30cmの2条まきとする。にんじんの種子は発芽率が低く、発芽に光が必要なため、まき溝は浅くして、少し厚まきする。
は種量は1アールあたり約2㍔必要。
発芽まで時間がかかるため、切りわら・寒冷紗などでおおう。
発芽までの間、十分にかん水し乾燥を防ぎ発芽率を上げる。



成功のポイント!

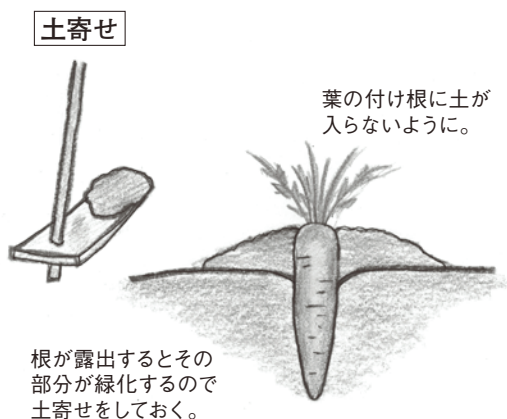
覆土した上に、雨による種子の露出、高温・乾燥防止のため、上に覆いをしておく。

- 間 引 き：本葉2～3枚頃に約3cm、本葉5～6枚頃に6～12cm程度の間隔に間引く。間引きが遅れると根の肥大が遅れるので、適期を逃がさないようにする。葉数が多く葉色の濃いものは除く。

成功のポイント!

葉が小さく初期生育は遅いので、雑草にやられやすい。小さいうちから入念に除草し、肥料切れにならないように追肥する。

- 追肥と土寄せ：最後の間引きと同時に追肥と土寄せを行う。追肥は1アールあたり苦土入り化成肥料8-8-8を5kg施用する。後半の肥料の効きすぎは根の肥大を悪くし、裂根の原因となるので追肥は遅れないように注意する。



- 収 穫：五寸系ニンジンの場合、地際の根の太さが約4cm程度になったら収穫を始める。品種、作型によって異なるが、収穫までの日数は約100～120日程度が目安である。収穫が遅れると裂根しやすいので注意する。

8.

ニンニク

根菜類《ヒガンバナ科》中央アジア

ニンニクは全国で栽培されており、品種もその地域の気候に合った在来種が多くある。糖質、ビタミンB1が多く、古くから香辛料や強壮剤として利用。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
普通栽培									×			

× 定植 ■ 収穫

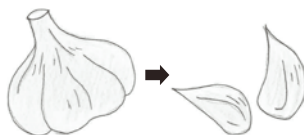
栽培のポイント

- ニンニクの発芽には1ヶ月かかる場合があるので、それ以上かかる場合は丁寧に土を掘って確認する。
- ネダニ類、線虫類の被害が大きいので、健全な種球を購入し栽培する。
- 地域に合った品種を適期に植え付ける。植え付けが遅れると生育が停滞するので注意する。

作り方

- 畑の準備：うね幅120cm、株間12cm、条間20cm、4条植え
1アールあたり約2,700株
- 施肥例（1アールあたり）

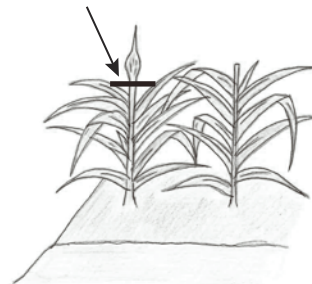
元肥	追肥 苦土入り化成肥料8-8-8
◎堆肥：200kg	◎1回目：定植40日後に5kg
◎苦土石灰：10kg	◎2回目：3月上旬頃に5kg
◎ようりん：4kg	
◎苦土入り化成肥料8-8-8：12kg	
- 種球の準備：にんにくの球中に6～10個のりん片が含まれている。植えつけ前にりん片を丁寧にばらし、病害のついているものは除く。



分球を丁寧にばらし、小さすぎるりん片は使わない。

- 定植：小さすぎるりん片は生育が遅れるので種子に使わない。植え付けの深さは、5cmとし、芽の出る方を上にして植える。
- 管理：球の肥大をよくするために、わき芽はかきとり1本にする。春になるととう立ちしてくるので蕾は摘み取る。
- 収穫・貯蔵：茎葉が3分の2ほど枯れてきたら、晴天の日に抜き取り、根を切り除いて乾かす。10株づつくらいに束ね、風通しの良い軒下などに吊るして貯蔵する。

花は蕾のうちに摘み取る。



9.

ヤーコン

根菜類《キク科》原産地：南米大陸

整腸効果のあるフラクトオリゴ糖が多量に含まれ、健康野菜として注目されている。シャキシャキとした食感でサラダやきんぴらによく合う。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
露地栽培				×	×							

× 定植 ■ 収穫

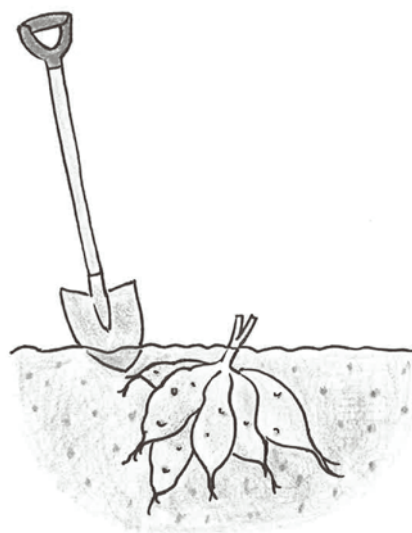
栽培のポイント

- 夏場の高温や乾燥で生長は悪くなる。一方霜にあたると枯れてしまうため、夏場の涼しいところが適地となる。
- 圃場は水はけの良い地を選ぶ。高うね栽培が適するが、うね間に滞水しないよう圃場を準備する。

作り方

- 畑の準備：うね幅100～110cm、株間40～50cm。1アールあたり200～250株程度用意する。
- 施肥例（1アールあたり）

元肥		追肥 大阪北部エコ有機3号	
◎堆肥	： 200kg	◎植え付け1か月後から1回あたり	
◎苦土石灰	： 10kg	5kgを1ヵ月ごとに施用する。	
◎大阪北部エコ有機3号	： 20kg	追肥後は土寄せする。	
- 育苗：苗を購入するか、育苗する場合は一つの種イモから10本程度の芽が出るので、1本ずつポットに鉢上げする。
- 定植：霜を避けてできるだけ早植えすると生育が進み多収となる。
- かん水：温暖地では、夏から秋にかけての約2か月間生育は停滞し、草勢が衰える。かん水を怠ると年によっては多くが枯れるか、収量は激減する。
- 収穫：一般に地上部が枯れた頃収穫する。温暖地では、収穫が遅れるほど塊根の裂開が多くなるので、品質を重視する場合は早く掘る。



1.

エンドウ 豆類《マメ科》原産地：中央アジア・中近東

紀元前7000年ごろにはすでに栽培されていた非常に古い栽培作物の一つ。ビタミンB、C、βカロチンのほかタンパク質を多く含み、収穫の段階によって様々な料理に使える。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
秋まき										●	●	

●—● 播種 ■ 収穫

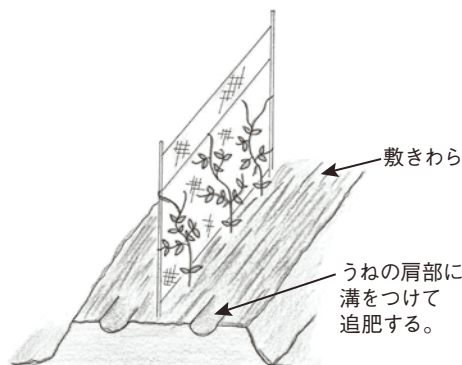
栽培のポイント

- マメ類の連作にならないようにし、日当たりと水はけの良い場所に植え付ける。
- 酸性土・過湿を嫌うので、石灰質資材や完熟たい肥を投入し、土づくりに努める。
- 種まきは地域に適した品種・時期を選ぶ。
- 早まきして大きくなると、厳寒期に寒さで枯れるので注意する。

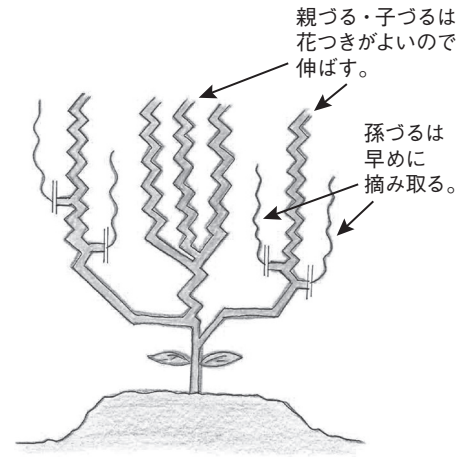
作 り 方

- 畑 の 準 備：うね幅150cm、株間30cm。排水が悪いときは高畝にする。
- 施 肥 例（1アールあたり）

元 肥	追 肥 苦土入り化成肥料8-8-8
◎堆 肥：200kg	◎1回目：開花期に3kg
◎苦土石灰：10kg	◎2回目：収穫始めに3kg
◎化成13号：20kg	
- 種 ま き：1ヶ所に3～4粒まき、3cm程度覆土する。草丈7～8cmのころ、1ヶ所2株に間引く。覆度が浅いと根が浮き上がったたり、種皮をかぶったまま発芽してくる。移植を嫌うので直まきがよいが、3号(9cm)ポットに2～3粒タネをまき、本葉が出はじめたころ、畑に植えることもできる。
- 支柱立て・追肥：蔓が伸びはじめたら、早めに支柱を立てて誘引する。厳寒期には株元に敷きわらをしたり笹などを立てて、防寒しておく。
畝の肩に追肥をしたときに土を畝に寄せあげる。つるが伸び出したら支柱を立てるか、ネットを張ってつるを誘引し、株元の孫づるを早めに摘み取り、日当たりと風通しをよくして莢つきを促す。



- 管 理：親づると子づるはよく花をつけるので伸ばし、日当たりと風通しを良くするために、花つきの悪い孫づるは早めに摘み取る。
- 収 穫：むき実用品種は開花後35日位で、さやのつやがなくなり、しわが出はじめたころに収穫する。さや用は開花後25日くらい、さやにスジが入らないうちに収穫する。



栽培ミニ知識

実エンドウ・サヤエンドウ・エンドウマメの違い

エンドウは大きく実エンドウ、サヤエンドウ、エンドウマメの3種類に分かれます。実エンドウは未成熟の種子を食べるときの呼び方で、グリーンピースがこれになります。サヤエンドウは未成熟の種子をさやごと食べるもので、絹さやのことです。エンドウマメは成熟した種子を収穫するものです。このほか、子実が大きく成熟してもさやごと食べられるスナックエンドウなどもあります。

それぞれ農薬取締法上は別の作物になりますので、農薬を使用するときは、事前に適用作物名をよく確認しましょう。



2.

えだまめ

豆類《マメ科》原産地：中国北東部

大豆の未熟な若マメ。
「畑のお肉」と言われ、高タンパクで、ビタミンAやビタミンB₁、
植物繊維が豊富で、味よし、色もよし。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
トンネル 早熟栽培			●	×								
露地栽培 (早生種)				●	×							
露地直まき 栽培(晩生種)					●	●	★					

● 播種 × 定植 トンネル ★ 摘心 収穫

栽培のポイント

- マメ類の根には空気中の窒素を取り込んで、自分の肥料分として利用する性質があるため、チッソ肥料が多いと茎葉が繁りすぎて子実の着きが悪くなる。
- 品種によって花芽分化の特性が異なり、早生種は感温性、晩生種は感光性であるため、作型にあった品種を選び、適期には種する。

作り方

- 育苗管理：育苗する場合は本ば1アールあたり早生種では6dℓ、晩生種で4dℓの種子を準備する。は種は4～5cm間隔に行い、早まきする場合はトンネルなどで保温をしながら育苗する。また、育苗期間中も鳥害対策を行う。
- 本ば管理：前作の施肥状況によって苦土石灰等を施用し、土壌酸度を矯正する。
- 施肥：元肥として1アールあたり化成13号を20kg施用して、全面混和する。前作が野菜の場合はチッソ過多とならないように減らす。
- うね立て：うね幅は早生種で120cm、晩生種で100cmとし、高さ20cmのうねを立てる。
(直播きの場合)
- は種：1か所に2～3粒ずつは種する。また本葉2枚の頃、1本に間引く。鳥害回避のため、不織布等ベタかけ資材を本葉が出るまで被覆する。
- 定植：**早生種**は株間25cm、条間40cmの2条植えとし、1アールあたり約660株とする。
晩生種では株間40cmの1条植えとし、1アールあたり約250株とする。
植え傷み防止のため、本葉1～2枚の頃までに定植する。

定植後の管理

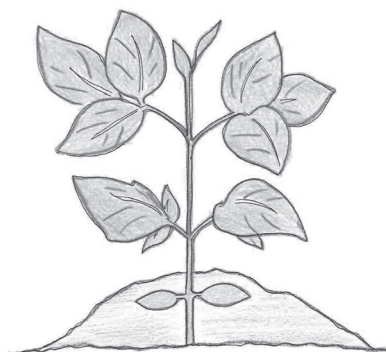
- 土 寄 せ：倒伏防止等を目的に土寄せを行う。

第1回土寄せ



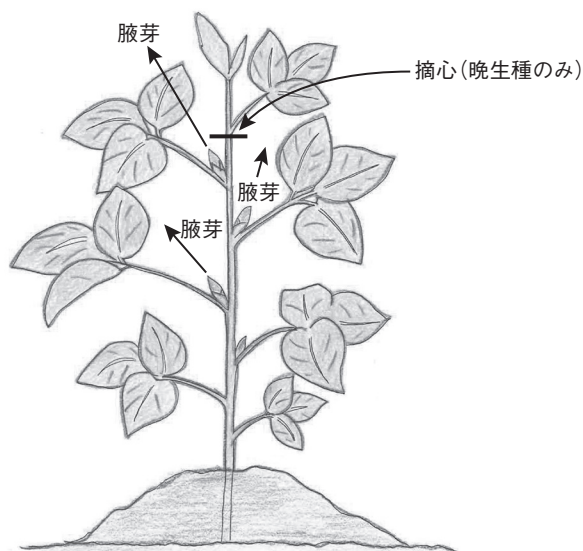
本葉3～4枚の頃、
子葉が少し隠れるくらいに。

第2回土寄せ



本葉6～8枚の頃、
子葉が隠れる程度。

- 追 肥：開花初期に1アールあたり苦土入り化成肥料8-8-8を3kg施用する。
なお、葉色が濃い場合、追肥は不要である。
- か ん 水：定植時は活着のため、十分かん水する。開花初期には不稔防止のため、
うね間かん水を行い、子実の肥大を促す。



本葉5～6枚の頃、摘心して
わき芽を伸ばす。

- 摘 心：晩生種では子実の肥大や倒伏防止のため、本葉5～6枚時に摘心して、
わき芽を伸ばしてサヤの着きを良くする。
- 収 穫：開花後40～50日頃が目安。普通えだまめはサヤの大部分が充実し、
サヤの色が薄緑から鮮緑の残っている頃に収穫できる。
一方、黒えだまめはサヤが薄黄色に熟し、子実が少し黒みを帯びた頃に
収穫すると風味が増す。収穫適期は3～4日間と短く、適期を過ぎると
過熟になり品質が落ちる。

3.

さやいんげん 豆類《マメ科》原産地：中南米

三度豆とも呼ばれ、手軽に短期間で何回もつくれる。
カロテンや食物繊維が豊富で、調理も簡単な便利野菜。
収穫したてがおいしい。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
春まき栽培 (つるなし)			●	●	■	■	■	■				
夏まき栽培 (つるなし)							●	■	■	■		
春まき栽培 (つるあり)					●	■	■	■				
夏まき栽培 (つるあり)							●	■	■	■		

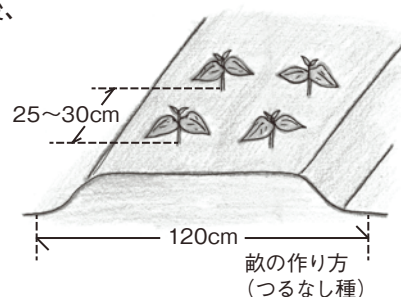
●● 播種 トンネル ■ 収穫

栽培のポイント

- 霜に弱いので遅霜に注意。一方、30℃以上では莢つきが悪くなる。
- 耐湿性が低いので、排水のよい場所を選ぶ。
- 連作障害が出やすいので、同じ場所では2～3年は作付けを避ける。

作り方

- うね立て：あらかじめ元肥を全面に施して耕うん後、つるなし種は幅120cm、つるあり種は160cmのうねを立てる。
- は 種：株間は25～30cm(つるなし種)、40cm(つるあり種)の2条植えて、一穴に3粒まきする。種子のへそ部分を下にしてまき、種子が隠れる程度に覆土をする。



- 施肥例 (1アールあたり)

元 肥

- ◎堆 肥 : 200kg
- ◎苦土石灰 : 10kg
- ◎大阪北部エコ有機3号 : 15kg

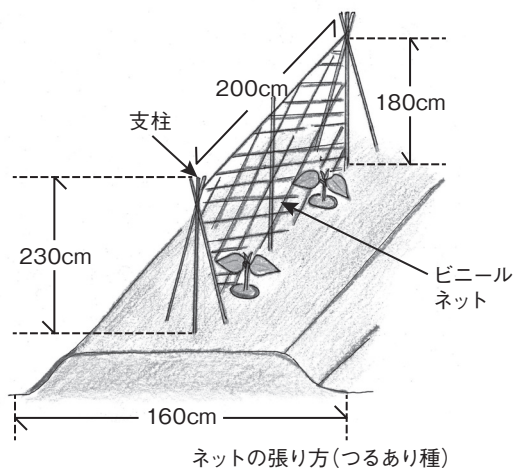
追 肥

大阪北部エコ有機3号
(つるあり種のみ)

- ◎1回目：開花期に5kg
- ◎2回目：収穫始めの頃に5kg

- 間 引 き：本葉2枚の頃に1本(つるなし種は2本)を残し、残りは地際部から切り取る。

- ネット張り：草丈が約20cmの頃に、収穫の作業性を考えて約180cmの高さにきゅう（つるあり種）りネットを張り、つるを誘引する。



- 敷 わ ら：敷わらか黒マルチで被覆すれば、乾燥防止・雑草防止や雨水の跳ね上がりで伝染するサヤの腐敗を減らすことができる。また、黒マルチの代わりにシルバーマルチで被覆すれば、アブラムシ類の飛来を避けて、ウィルス病の被害を抑えることができる。
- か ん 水：開花期に土が乾きすぎるとサヤの着きが悪くなるので、晴天が続いた場合は、かん水をする。土壌マルチをしている場合は、うね間にかん水をする。

4.

そらまめ(未成熟)

豆類《マメ科》原産地：アフリカ北部

そらまめは、旬を味わう代表的な野菜で、日本人にはなじみの深い古い野菜。初夏のころ、タンパク質と炭水化物に富んだ未成熟子実を食用として利用。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
秋まき										●●	×	

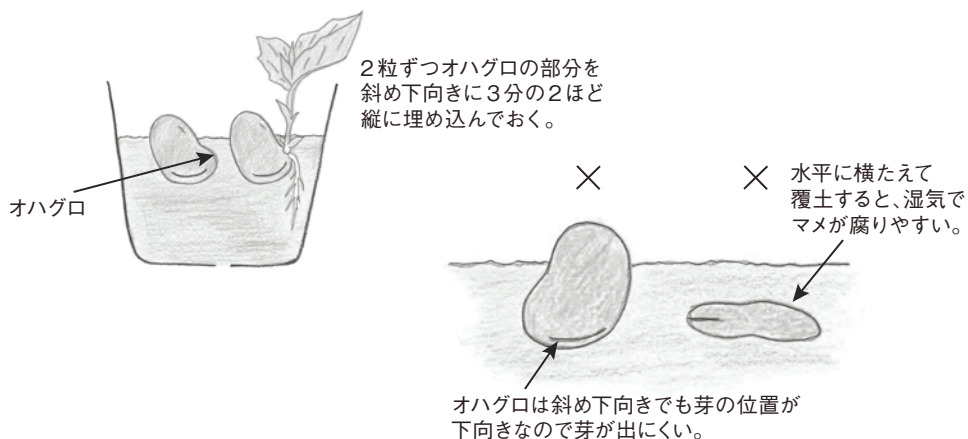
●● 播種 × 定植 収穫

栽培のポイント

- マメ類の連作にならないよう、日当たりと水はけの良い場所に植え付ける。
- アブラムシによりウイルス病が発生するので、縮んだり黄化したりした株は見つけしだい抜き取るようにする。
- マメ科作物の中でも株張りするので倒れないようにビニールひもで引っ張る。

作り方

- 苗作り：直まきもできるが、そらまめは発芽率が悪いので苗作りをした方が得策。3号(9cm)ポットに2粒ずつ、オハグロ部分(へそ)を斜め下にして豆を立て、3分の2ほど用土に埋め込み、水やりする。種を水に漬けたり、横に寝かせてまいて覆土したりすると、腐らす原因となる。



- 畑の準備：うね幅120cm、株間30cm、1アールあたり約160株

- 施肥例 (1アールあたり)

元肥

- ◎ 堆肥：300kg
- ◎ 苦土石灰：10kg
- ◎ 化成13号：20kg

追肥

- ◎ 追肥 苦土入り化成肥料8-8-8
- ◎ 1回目：開花始めごろに5kg
- ◎ 2回目：さや肥大期に5kg

- 土 寄 せ：12月上旬ごろと3月になって茎の伸長が始まったら、倒伏を防ぐため、株元へ土寄せする。蕾が膨らんで開花し始めたら、根を切らないように畝の肩部に置き肥にし、覆土する。
- か ん 水：開花結実期は水分を多く必要とする。水分が切れないようにかん水する。
- 茎 の 整 理：茎が多く出て込み合ってきたら、遅く出てきた貧弱な茎は切り取って、1株7～8本立ちにする。全体の日当たりをよくしておくとしやつきがよくなり、子実も充実する。
- 収 穫：開花後35～40日が収穫の目安となる。収穫適期はさやが十分に充実し下向きになり、さやに光沢が出て、さやの背筋部が褐色になり、子実の色が緑から緑白色に変わった頃。さやが斜め上に向いているものは未熟。



1.

シイタケ(原木) 菌類《シイタケ属》原産地：－

食卓に上る機会も多く、最もよく知られたキノコの一つ。
低カロリーにもかかわらず、旨み成分のグルタミン酸や骨を丈夫にする
ビタミンDなど数々の栄養素が豊富に含まれている。

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
原木栽培 (1年目)											●	
原木栽培 (2年目)			●		×				△			
原木栽培 (3年目以降)												

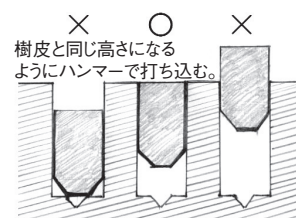
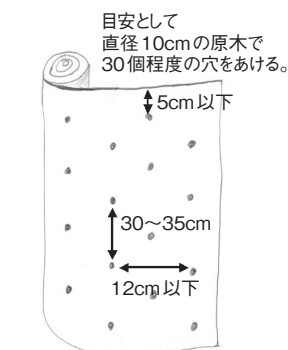
●● 植菌 仮伏せ × 本伏せ △ 天地返し 収穫

栽培のポイント

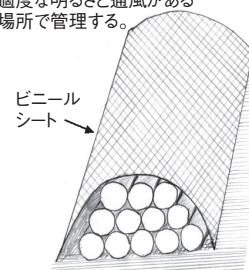
- シイタケはカビの仲間で湿度の高い暖かい環境を好むので、乾燥させないように水分管理に注意する。
- シイタケに使える農薬は数少ないので、病虫害は発生させないように注意する。

作 り 方

- 原木の調達：シイタケ栽培に用いる木(原木)はコナラ、クヌギが最適で、次いでクリ、シイ、カシが適している。原木は購入するか、秋に紅葉してから芽吹く前までの休眠期(11月から3月頃まで)に伐採したものを使う。伐採後約1ヶ月乾燥させ、栽培に都合の良い1mくらいの長さに切る。
- 植菌(接種)：原木に穴をあけて種菌を植える作業。穴の総数は原木の直径(cm)の3倍程度、列数は直径(cm)の半分以上、1列は6穴とし、千鳥状にあける。種菌の大きさにあったキリで原木に穴をあけ、そこへハンマーを使って種菌を打ち込む。その際、打ち込んだ種菌が樹皮と同じ高さになるようにする。種菌を打ち込んだ木をほだ木と呼ぶ。
- 仮 伏 せ：植菌が済んだら、ほだ木を雨の当たる日陰で薪積みにする。軽く表面がぬれる程度に水をかけ、青色のビニールなどで被覆して、保温・保湿する。ただし、梅雨明けまでこのままにしておくと、過湿と高温のため、かびや雑菌が繁殖しやすくなるので、梅雨前に被覆材を取り除く。



雨が当たって水はけがよく、直射日光の当たらない適度な明るさと通風がある場所で管理する。



- 本 伏 せ：ほだ木を雨の当たる日陰で、30～40度くらいに立てかける。適当な壁がなければ、コンクリートブロック2個に片側を乗せる。また、直射日光が当たる場所で日陰がない場合は、遮光率70%以上の遮光ネットで日陰をつくる。この時、ほだ木に直接被せてしまうと、温度が上昇し菌が死滅してしまう恐れがあるので、遮光ネットとほだ木の間には十分な間隔をあける。
- 夏場の管理：シイタケは暑さに弱いので、夕方に5分程度十分な散水をしてやると、ほだ木の温度が下がって高温障害を避けることができる。
- 天 地 返 し：シイタケを発生させる準備で、気温は20℃くらい、だいたい9月下旬ごろにほだ木の上下を反転させる。
- 収 穫：植菌をした年の秋と年明けの春は、シイタケが発生しないこともある。発生しても基本的に収穫量は少なく、本格的にとれるのは夏を2回越した秋からになる。
- 収穫後の管理：夏までは1週間以上降雨がなければ散水し、夏からは「夏場の管理」以降の管理を行う。