

ハクサイ

漬物、鍋ものの定番野菜、収穫の早い遅いは品種で決める

特徴 まず秋まきから始めるとよい。収穫時期は早生・晩生等で調整する。
よく結球させるのは最初難しいが挑戦するに値する野菜。
晩生は約三か月から五か月育てる事を考慮する。

栽培

	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
早生	中植		収	穫			
中晩生	初種 下植			収	穫		
晩生	初種 下植				収		穫

収穫を長期連続にするためには表の様に種類を変えて生育期間を調整する。

播種 早生種は、播種時期が早く高温の為病虫害が出やすい… 購入苗が無難
中晩生、晩生は9月初旬に7~8cmのポットに播種 … 直播きでも良いが防虫が
難しい

本葉が出始める頃間引き、最終1本にする。

強い光の遮光と、虫を避けるため細めの網などを利用すると良い。

畝作り 畝幅60 ~ 90cm ・ ・ 苦土石灰、堆肥を^す漉き込み、連作は避けたい。

待ち肥 ・ ・ 堆肥と化成を15cm位の植穴の底に入れ覆土してその上に植える。

植付 植え幅、晩生は60cm以上、早生は50cm程度。
特に気温の高い時は、早生は植付直後に枯れやすいので根付くまで遮光するのがポイント。



追肥の時期

追肥 追肥は根づいたら、化成を苗の周囲に施す。(葉物専用の肥料もある)

収穫 手で押さえてグズグズせずしっかりしていること。
外葉をつけたまま、新聞紙でくるみ、涼しい所に立てて置くと1か月ほど保つ。



玉作りの時期
肥料が切れると玉にならない



芯部分
中心が次第に高くなる



葉の枚数は何枚か？

ホウレンソウ

ポパイも大好き、力の源泉。みんなで囲む常夜鍋

- 性質
- ・酸性土壌は不適応。
 - ・耐寒性あり、水分にも強い。
 - ・密植は軟弱徒長する。
 - ・日長に敏感・・夏は作りにくい
 - ・マルチ、トンネル、遮光などで栽培時期の幅は拡大できる。

栽培

8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	播種	間引き	収	穫			
		播種			収	穫	

日本種 : 葉が深く切れ込み株元が赤く甘味がある。

西洋種 : 葉が丸味を帯びる、とう立ちしやすく、
やや春播きに向く。

交雑種 : 豊葉、ニューアジア、アトラス

畝作り

苦土石灰で中和。

堆肥、鶏糞、化成を漉き込む。

条播き用に畝を造る、条間は10cm程度。



種まき直前

種まき

種を水にひたして布にくるみ冷蔵庫で発芽させる方法もある。

発芽処理済みの種がよい(発芽適温 20℃)

播き溝にたっぷりの水をやる。

種間は4 ~ 5cm。

播種後0.5 ~ 1cmの覆土・その上にVS堆肥、そして水をやり、発芽まで乾燥させないのがコツ。

- 間引き 1回目 本葉1～2枚程度
(発芽後二週間程度)
- 2回目 本葉3～4枚程度の時、株間を10cm程度にする。

間引きした苗を移植する方法もある。



双葉が出揃う

追肥 2回目間引き後に化成を施し軽い土寄せ、後半の播種はどうしても長期の生育になるので再度追肥が必要になる場合がある。追肥は株間に施す。

- 収穫 ① 本葉5～6枚の時、間引き収穫してもよい。
- ② 播種後50～60日 丈15～20cm頃から収穫。



収穫可能にまで成長



順調に生育している株

保存

収穫洗浄後、すぐに冷暗所に保管、数日の場合は、水に濡らした新聞紙等で包み解放状態のポリ袋に入れ冷蔵庫に立てて保存。長期の場合は、茹で、小分け、ラップし冷凍。

ダイコン

主役、脇役、何でもござれ、初期育苗でこれ自在

種類 冬取り・・・ 耐病総太り、 聖護院、 YR くらま
春取り・・・ 天すい、 天れい、 春らんまん

性質 寒さに強く、暑さに弱い。 肥料の過不足が商品価値を下げる。
生育適温 15 ～ 20 ℃
PH は、5.3 ～ 6.8

栽培 通常①と②が多い、その場合②の播種は①より二週間程度遅らせる

	播 種	収 穫		
		10月	11月	12月
耐病総太①	8 下～9 上	10 月下	12	
耐病総太②	9 中		12～2	
耐病総太③	10 中			1～3
天すい	10 上・中			3～4
夢想	3 中 トンネル			5～6

生育は11月以降の気温に左右される。10月中旬以降の種まきはトンネルが必要。

畝づくり

- ① 日当たりのよい場所に、堆肥はよく粉碎して漉き込む。
- ② 残茎、小石など丁寧に取り除くこと。
- ③ 90cm 程度の畝に 10cm 程度の二条の播き溝を作る、目標量で畝の長さを決定。

播種

- ① 播き溝に十分な水を注ぐ。
- ② 25cm 間隔で 3 粒蒔く。
- ③ 畝作り時に残した土で覆土を行う。
モミ手または篩を利用。
- ④ 覆土上に VS 堆肥を施す。
- ⑤ 最後に水。(緩やかに)



巻尺を利用



篩による覆土

初期管理

大雨、犬の侵入等対策をしながら、三日ほどで発芽、四日目には生え揃う。



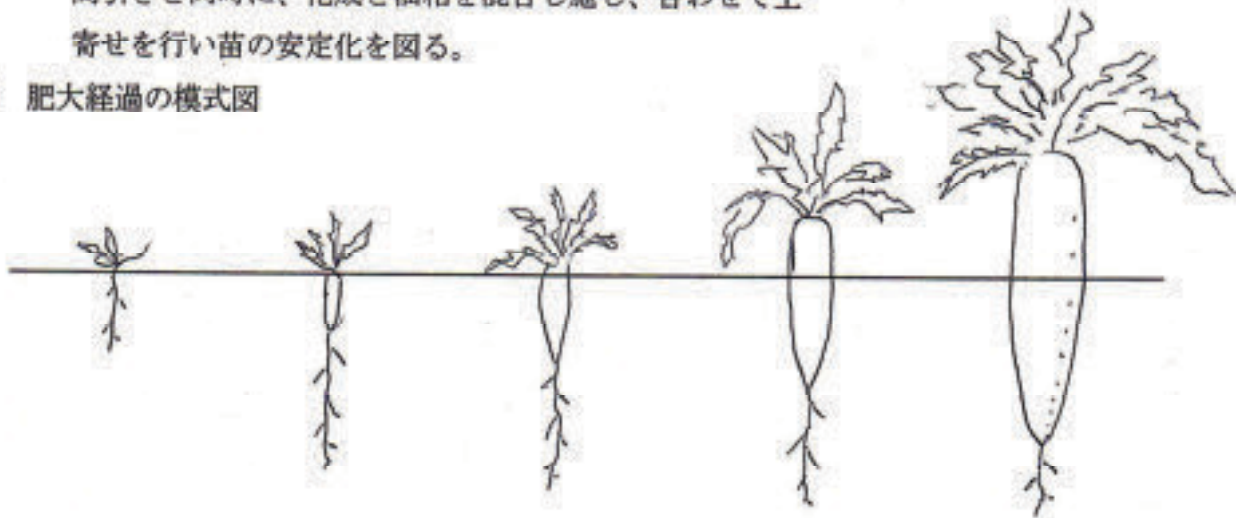
① 間引き

日当たりを良くすることと、優良株の選抜の為、1回～3回実施する。
遅くとも本葉5枚までに終了すること。

② 追肥

間引きと同時に、化成と油粕を混合し施し、合わせて土寄せを行い苗の安定化を図る。

③ 肥大経過の模式図



直根の伸長

直根・支根の伸長

上部の肥大

直根の肥大
支根の伸長

肥大の完成

※ 成育中期までは主として地上部の成長・・・初期成長を重視・・・チッソ成分
成育後期は、地下部の成長・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ カリ成分

④ 障害

大根中心部の「^す鬆」の発生の原因・・・初期成長の未発達

葉の生え際の腐れは・・・チッソ過多

後期の葉の黄色化・・・肥料不足・・・対策として速効性肥料を施用



レタス

1000 年来のパリパリ野菜、元肥勝負の気むずかし屋

特徴 地中海地方が原産。冷涼な気候を好む。

- ・結球しないリーフレタス・・・緑葉のものや赤色のサニーレタス。リーフは生育が 60 日程度と短く暑さ寒さに強く育てやすい。



- ・結球する玉レタス、半結球のサラダ菜、立性のコスレタスなどがあるが、玉レタスの冬季栽培は一つの目標になる。

結球レタス

栽培

	9 月	10 月	11 月	12 月	1 月	2 月
露地	上～中旬	植付		収穫		
トンネル	下～	中旬植付	トンネル	トンネル②		収穫
春まき	3 月下～4 月中		5 月下～6 月中	収穫		

早生：カイザー

中晩生：グリーンフィールド

播種 ポットまたはセルを利用する。



↑ 種はいかにも小さい

種蒔培土に充分水を与え、種を 3 ～ 4 粒ピンセットを使って少し培度に差し込むようにして蒔く。その上に培土を薄く覆土し、霧吹きで土を均す。セル全体を一枚の新聞紙で覆い、新聞紙を湿らせたのち明るい日蔭に保存。発芽まで新聞紙を湿らせるだけでよい。発芽温度は 18～23℃。発芽後水やりにジョロは避け、少しずつ苗の遠い位置から注水する。間引きし一本にする。

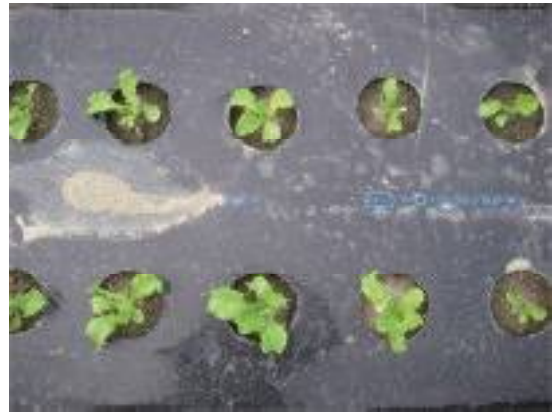
畝作り 適正 PH は 6.0～7.0。 苦土石灰による調整。

追肥がやや施しにくいので堆肥、油粕、化成(葉物)を全層にすきこんでおく雑草対策、寒冷対策としてあらかじめマルチを張ると便利である。

二条植えが作業上良いので、畝幅は 1m 程度に作る。

植付 苗を購入する場合は葉の先端までピンと張った色艶のよいものを選ぶ。

育苗したものは、本葉が2～3枚になったら植え付ける。
株間は30～35cm程度を取る。
浅く植えて周りから土を寄せて安定化をはかる。



二条植え

管理

水をジョロで直接かけると苗が倒れるので、面倒だが苗を倒さぬよう周囲に少しずつ注ぐ。

過水は病気にかかりやすくするので乾けば与える程度。

追肥をやる場合は根から少し離れたところへ施す。

収穫

植付から50～60日経ち、やや硬めに締まってきたら収穫する。
露地栽培は12月初旬からの収穫の場合は自然に結球してくれる。
切り口の乳液が葉に着くと葉が変色する。

トンネル

12月に入ると最低温度が0℃前後の日が出始め遅植えの苗の生育はゆっくりとなるのでそれを補うため、ポリシートでトンネルを作る。

さらに12月下旬にはもう一枚のシートでトンネルを二重構造にする。



結球レタスの
トンネル →

リーフレタスの場合

夏蒔きの場合

8月下旬から9月中旬の播種。

9月下旬から10月中旬の植え付け、土寄せを行い10月下旬から12月上旬に収穫。

春まきの場合

2月上旬から3月下旬の播種。

3月中旬から5月上旬に植え付け、土寄せを行い、
4月下旬から6月上旬に収穫。

ジャガイモ

酸性土壌好みで石灰多肥注意

特徴：ナス科の根菜類。生育適温は 20℃前後と冷涼な気候を好む。

連作を嫌うナス科(トマト、ナス、ピーマン、ジャガイモ)を作っていない場所を選ぶ。

ジャガイモは日に当たると青くなりその部分には毒素(ソラニン、チャコニン)があるので食べる時は皮を厚く剥いて調理する。炊いても毒素は消えないので要注意。



春作の早植えは霜の被害を受けやすい。

栽培時期、品種：春作 男爵、メイクイン、デジマ、キタアカリ 秋作 デジマ

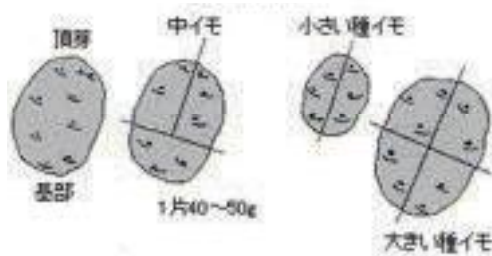
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
植付		←→		春	作				←→	秋	作	
収穫						←→					←→	

畝作り：畝幅 100～140cm、1 条又は 2 条千鳥植え。

植付：種芋は購入が無難。芋を半分に切り、切り口を 2～3 日乾燥させる。

切り口に灰又は消石灰を着けるのも良い。切り口を下にして 30～35cm 間隔に植える。浅く植えると青芋が出来るため 10～15cm の深さに植える。

種イモの切り方



芽かき： 草丈 8～10 cm 程度になった時 2 本に芽かきをする。

施肥： アルカリ性に傾くと表面ががさがさの芋になる。石灰質肥料は多施用しない。

- ・元肥 1 m²当たり堆肥 800g、化成肥料 300g を施用する。
 - ・追肥 1 m²当たり 30～50 g を株間に 2 回施用する。
- つぼみが見えた頃 2 回目追肥で大玉になる。



ジャガイモの開花期



一株のジャガイモ・大玉で数も多い

土寄せ： 芽かき後株元に追肥をし、土寄せをする。

(芋が肥大して土から出て日に当たると緑色になるのを防ぐ)

萌芽後 15 日後頃(草丈 15～20cm 程度になった頃) 土寄せをする。

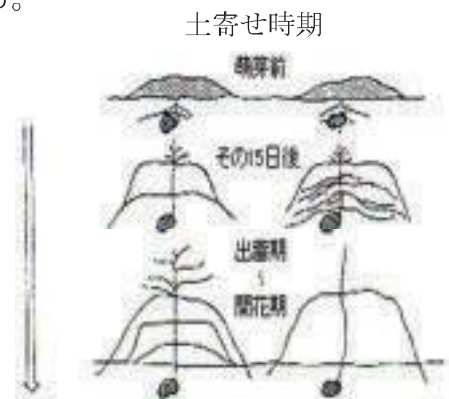
開花期に 2 回目の芽かきと追肥をして土寄せをする。

収穫：

収穫方法は芋を傷つけないように丁寧に掘る。

スコップで掘ると楽に掘れる。

日陰で 2～3 日乾燥させてから紙袋、段ボール箱等に入れて風通しの良い冷暗所に保存する。



スコップでの収穫



種芋に消石灰を付けるか
トップジン M を塗る



萌芽した芋は
発芽が早い

タマネギ

血液をさらさらにする、万能野菜 15cm間隔の少面積で多収

育苗： 9月20日頃に普通の畑なら無肥料で苦土石灰か石灰を少しやり、耕して上をたいらに均して、水を充分にかける。水が退いたら種を花崗土に混ぜて播き易くする。播いたら種が隠れる程度、砂を掛け、其の上にビニールを張り其の上に枯れ草を厚く敷く。(高温化を防ぐ湿度を保つ為) 4~5日で生えて来るから、時々覗いて見る。生えて来たら、ビニールと草を取り除き、寒冷紗で覆う。10日程で苗がしっかりして来たら すべて取り除く。



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
←				→				←		→	
				収穫期				播種		苗立て 植付	

植え付け： 11月10日頃本畑に植える。土作りは石灰と園芸887化成は1㎡当たり200gを施肥し深く耕して低い広い畝にする。

黒マルチを張り、上に土を1cmの厚さに覆土する。縦20cm横15cm間隔に指で押さえて穴をあけて植え付ける。覆土が半分に減る。

「注」土が少ないと風でマルチがゆれて中が乾燥して苗が傷む。

病害予防： 3月末頃、温度が上り、成長を始めたら、1回目の予防「トップジンM2000倍液」で予防する。2回目は4月20日頃、3回目は5月15日頃に3回予防すれば、腐敗は少なくなる。

追肥： 4月頃、肥料が少ないと思ったら、マルチの上から園芸887化成を施肥する。

収穫： 早生種は5月末頃収穫、晩生種は6月15日頃収穫出来る。5~6本束にして、振り分けにして、はぜに陰干しにする。



タマネギの保存

栽培（滝宮地区の例）

播種	早・晩生	9月26日～10月初め		
植付	早生	11月1日	晩生	11月16日
収穫	早生	5月6日	晩生	5月下旬

茎が倒れる・・・収穫のサイン
倒れる前の玉が小さい時・・・葉共に調理

保存

- ① 収穫は晴天日に行う。抜き取った玉ねぎは畑の畝上で一日以上天日干し。
目的は、軟腐病原菌の減少。
- ② 根を切り、皮を1枚取る、数個ずつ束ねる。
ボールに酢を入れ、根の部分进行浸ける。
振り分けて竿掛けにして干す。
- ③ 落下数の比較
5月下旬各100個ずつ吊るして12月末までの落下数を調査した。

	無処理	一か月前消石灰	酢につけた物
落下数	16個	14個	5個



保存成績は、食酢に根切り部を漬けたものが一番良かった。

カブ

サラダ、煮物、漬物等古くから親しまれる野菜
乾燥と過水に注意。早めの育成がコツ

特徴

日本では最も古くから栽培されている野菜（日本書紀に記載）、全国的に地方色豊かな品種が育成されている。

直径5～6cm程度の物を小カブといい、

直径13cm程度を中カブ、

直径15cmを超えるものは大カブに分類、

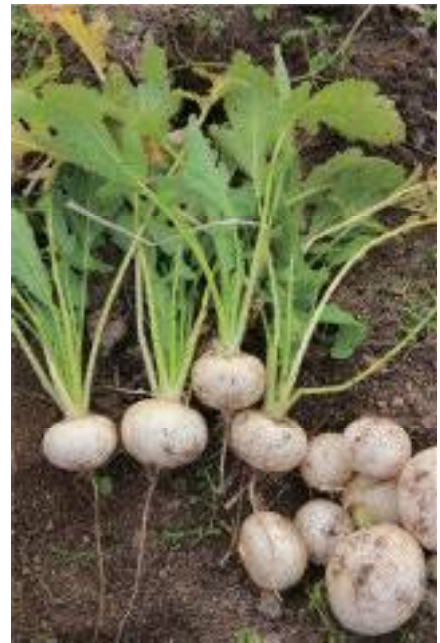
色は白、赤、紫、形も長いものから丸いものまで幅広く存在する。

アブラナ科の植物なので連作は避けること。

（根こぶ病の発生）品種として、ウィルスに

強い、“耐病ひかり” サラダや漬物に”スワン”

肉質が軟らかく甘みのある”福小町”などが評価を受けている。



大小様々の”耐病ひかり”

栽培

2	3	4	5	6	8	9	10	11	12
◎					○～	～	○◎～	～	～
	○～	～○	◎～	～◎					

○：種まき

◎：収穫

畝作り

日当たりのよい所、根が浅いので保水性と排水の両面の良い所。

苦土石灰で調整し、堆肥と化成、有機質を全層に漉き込む。

また、障害物は取り除くこと、未熟な有機物は避けること。

種蒔

畝幅が90cm程度なら小カブで四条のすじ播きが良い

条が作られたら充分灌水し播種。乾燥防止と土の跳ね返り

防止のため、その上に切りわらかVS堆肥を撒く。



発芽

間引き 最終的に株間は 10～13cm にする方向で間引きを行う。
一回目は本葉 2 ～ 3 枚の時株間調整をしながら 2 ～ 3 本にする。二回目は本葉 5 ～ 6 枚の時に 1 本とする。
カブは葉が成育してから根が肥大するので葉が間延びしないよう間引きしたい。

管理 間引きが完了したとき少量の化成を施し、同時に土寄せを行う。
乾燥すると成育が遅れ品質が低下するので、適宜灌水する。
極端な乾燥と過水は、「裂根」の原因になる。
土壌水分保持の方法としてマルチや敷き藁利用もある。

収穫 収穫は 小カブ・・・播種後 30 ～ 40 日
中カブ・・・播種後 40 ～ 60 日
大カブ・・・播種後 60 ～ 80 日
収穫が遅れるとスが入るので要注意
冬の畑では極端に肥大はしないが、二月に入ると表皮から内側に向かって繊維化が次第に進行するようになる。やや皮を厚く剥けばよいが、食感の低下は免れない。

ナ バ ナ

早春の香りとしていただく
摘心でたくさんの脇芽を伸ばそう

特徴

在来ナバナの葉は淡緑色で薄く軟らかい。

主として花蕾を食する。

西洋ナバナは葉色が濃く肉厚で、

主として茎葉を食べる。

冷涼な気候を好む、氷点下になっても大丈夫。

低温に感応して花芽分化するので夏から秋にかけて種をまき、冬から春に収穫するのが一般的。

最適 PH は 6.0 ～ 6.5



栽培

	9	10	11	12	1	2	3
早生	△ □		○～	～			
中晩		△	□			○～	～

早生 : 秋華 表中は、播種 △ 植付 □ 収穫 ○

中晩 : 花飾りなど

畝作り

日当たりを好む、苦土石灰で酸性度を調整、堆肥を漉き込んでおく
また、化成のみでなく魚粉など有機質肥料を施すこと。

畝幅は 90cm～ 1m 程度だと大きく育つ。

連作は避ける。

種蒔

直播きか畑の片隅で平播きにするのもよい。

発芽したら間引きを実施、競り合うとしっかりした苗が育たない。

移植に弱いとする説明もあるが、掘り取る前に少し水を掛け、根の周りの土を振るわず丁寧に移植すればよい。

管理

本葉 2~3 枚の時植え付け、根付いたら一回目の追肥。

本葉が 5~6 枚の時二回目の追肥：化成 887 または葉物専用肥料。

中心にとう立ちがあつて、草丈 40cm 程度で蕾が出てきたら早めに適心して脇芽の発芽を促す。

収穫が始まったら一か月に一回程度の追肥を行う
花が咲いても食することはできるが、その前の食感を楽しみたい。



下葉が良く成長している

収穫

花蕾の上部から 10cm 程度、葉 1~2 枚残し摘み取る。
花が咲くと茎葉がやや硬くなり食味が落ちる。



脇芽は葉の数だけ

タカナ

さぬきの三大地域野菜、マンバ、ひやっかとも言う
連作注意！

特徴：アブラナ科の越年草でカラシナの変種。

平安時代頃に中国から伝来していた。西日本で広く栽培されている。

葉や茎は柔らかく、辛味があり青葉と紫葉がある。

主に漬け物として食用にされている。熊本県阿蘇地方(阿蘇高菜)、福岡県筑後地方(三池高菜)での栽培が盛んで、この地方では高菜漬は名物となっている。また、炒め物としても食用されている。食物繊維やミネラルが豊富で大腸ガンや便秘予防に役立つと言われている。

連作を嫌うので1～2年は避ける。



栽培時期

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
播種									←→			
収穫	←→	←→	→								←→	→

育苗： 播種は直蒔きと育苗後移植も出来る。
直蒔きの時は双葉が出たら間引きをする。



高菜の苗

畝作り： 畝幅は 80cm～1m。
元肥は有機質肥料と石灰質肥料を施用する。

植付： 本葉 4～5 枚で株間 35～40cm にする。
2 条植えなら千鳥植えとする。

施肥： 追肥は一回目：本葉 4～5 枚になった頃
二回目：1 ヶ月後に行う。

施肥後に土寄せを行う。

収穫： 株元から切り取って収穫する。
間引きして翌春に収穫する場合は外葉から少しずつ、かぎ取って収穫する。

防除： 虫は少ないが食の痕跡が有れば殺虫剤(コテツ等)を散布する。



高菜のおにぎり

※ さぬきの三大地域野菜

葉ゴボウ・ タカナ・ 平サヤインゲン

ソラマメ

高たんぱく高デンプンの高級野菜
早期摘心で良品多収穫

特徴：地中海、西南アジアが原産で暑さに弱い。紀元前5000年頃から栽培され、中国を經由して日本には8世紀ごろ渡来。βカロチン、ビタミンB1、B2、C、カリウム、鉄、亜鉛、リン、カルシウム、食物繊維など多くの栄養素を含んでいる。疲労回復や肥満の予防、動脈硬化や便秘等の予防効果がある。



栽培時期

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
植付					←→					←→	○	
収穫					収	穫				播種	植付	

品種 大粒：陵西一寸、人徳一寸、河内一寸、 小粒：早生ソラマメ、さぬき長さや早生

育苗：苗床やポット鉢で育苗をする。(お歯黒を下にして1粒ずつ植え付ける)直蒔きは2～3粒ずつ播種。床土は野菜を作っていない土(水田の土)や購入培土を利用する。
播種時期 10月中下旬、早蒔きは霜害を受けやすい。連作を嫌う。



畝作り：堆肥 2kg/m²や苦土石灰 120g/m²を入れて2週間程度置き、播種又は植え付け1週間前に少量の化成肥料 70～80g/m²を入れて畝幅 80～100cmにする。

ソラマメの囲い→



倒伏防止のため支柱をひもで囲む

植付：本葉 2 枚の 11 月中旬頃一条に植え付け、株間 25～30cm(大粒系は 50cm 程度)

摘心：本葉 4 枚程度の頃 3 枚に摘心をすると分けつが早く茎の太さや高さが揃う。

土寄せ：放任は倒伏し易くなるので、追肥 40～50 g/m²を施用後、しっかり土寄せをする。



再摘心：花芽が見えて来たら側枝 7～8 本残して弱い茎を根からつみ取り

追肥 40～50 g/m²を施用後土寄せをする。

茎の先は、実の充実と倒伏防止とアブラムシ対策のため摘心する。

収穫：莢の縁が濃くなり下垂したら収穫を始める。種子等にする時は背筋が黒褐色で
光沢が出始めた頃が適期。



シュンギク

香川の野菜、高栄養価の野菜

保水性の土壌を好む

特徴 冷涼な気候を好み、生育の適温は 15～20℃。適応する温度の幅は広く、簡単な防寒で周年栽培が可能。
土壌の乾燥には弱いので保水性のある土壌を好む。



中葉種

栽培時期・品種

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
露地			播種			遮 光	収穫					
	← 収穫	→ 播種	←→			←→		←→			←→	←→

品種：大葉種(寒さに弱い)、中葉種(中間)、小葉種(寒さにやや強い)

栽培管理

種子は発芽し易い。播種後覆土は浅くすると発芽が良い。苗の移植も出来る。
蒔き畝の乾燥防止のため切りわらか籾殻等を散布する。



大葉種

間引き：播種後 3 日ぐらいで発芽し、本葉 1～2 枚展開した時に葉が相互に触れない程度に間引く。2 回目の間引きは本葉 4～5 枚頃株間 6～7cm にする。3 回目の間引きは草丈 10 cm 頃株間 10～15 cm に間引く。

追肥：2 回目の間引きを終えたら追肥の始まり。2～3 週間に 1 度のペースで追肥を施用すること。

土寄せは間引き後に行う。

畝作り：播種は畝幅は 80cm～1m の 2 条か、畝幅 60～75cm の 1 条蒔きにする。

施肥元肥：有機質等の肥料と石灰質肥料を施用する。

施肥例（1 m²当たり）

種類	元肥	追肥 1	追肥 2
苦土石灰	1 5 0 g		
堆 肥	2 0 0 0 g		
菜種油粕	1 0 0 g	5 0 g	5 0 g
高度化成肥料 (14-10-13)	1 0 0 g	1 0 0 g	5 0 g

収穫：草丈が 15 cm 以上になれば収穫できる。その後わき芽が出てくるので何度も収穫する。



春菊の花



春菊の和え物

- ・うどんの彩り野菜
- ・味噌汁
- ・水炊き鍋



エンドウ

豆ご飯は、懐かしいふるさとの匂いと味を甦らせる
 土壌の中和がカギ

性質 越冬する・寒さに強いが暑さには弱い。
 28℃以上になると生育が鈍る。
 連作に弱い代表的な作物。
 5～6年は同じ場所に作付しない。

伸び始めたサヤエンドウ



種類 さや(莢)を食べる・・・ サヤエンドウ・・・兵庫絹さや、仏国大莢
 実を食べる・・・ 実エンドウ・・・久留米豊、南海みどり
 さやと実を食べる・・・ スナックエンドウ・・・スナックエンドウ、グルメなど

栽培

	10	11	12	1	2	3	4	5	6
播種	中旬 ～	月上旬						収穫 ～	

どの種類も同じ方法で、播種から収穫まで行う。
 あまり播種が早いと蔓が伸びすぎ、極寒時に冷害に会う時があるので注意。

畝作り 酸性土壌が苦手の為、苦土石灰で調整する。目安として 150g/m² 程度
 元肥は、堆肥と PK 肥料を少々漉き込んでおく。 適正 PH 6.5 前後

種蒔 (ビール瓶の底などを使って)40cm 程度の間隔でチドリで二条に蒔き穴を作る。
 たっぷり水を含ませてから一つの穴に 3～4 粒蒔き、土を 2～3cm 程度の覆土を
 行う。
 種皮をかぶったまま発芽する場合は覆土が少ない。
 ポット播きを行い移植するのも一方法。

管理

- 追肥① 春先につるが伸び始める頃(2月下旬から3月始め)化成を40~50g/m²程度施す。
このとき土寄せをしっかり行うこと。
蔓が伸び始めたら早めに支柱を立てるか、網を張る。
畝の両端から竹などを中央で交差するように立てる。
網の場合は、チドリの中央に張る
- 追肥② 花が咲き始めたら二回目の追肥(一回目と同量)と土寄せ、花が咲いている時極端な乾燥は避けたい。



実エンドウの花

孫つるの摘み取り

エンドウは適心しないで栽培すると、側枝が多く伸び良く育った割には収穫に結びつかない。原因は側枝が込み合うと、風通しが悪くまた日当たりが悪くなること。

もう一つの原因は、親づるには花が沢山つくが、子づる、孫づるになるにしたがって花が少なくなる。

その対策として つるは親つると子蔓のみにすること。孫づるは早めに摘み取るのがコツ。

収穫

収穫の目安は種類によって異なる。 収穫が遅れると硬くなって風味が落ちる。

- ・ サヤエンドウ… 実が目立つ前
- ・ 実エンドウ … サヤにしわが出始めたころ
- ・ スナップエンドウ… 実が太ってきたころ

実の保存

保存する場合は、熱湯(または薄く塩を入れた熱湯)に浸け、さっと揚げて冷却。完全密封をして冷凍保存。



さやエンドウ



実エンドウの翡翠煮

葉ゴボウ

さぬきの三大地域野菜、整腸作用が大きい
春に伸びる細目の茎が美味

特徴： 平安時代頃に中国から薬として日本に伝来した。
食物繊維やミネラルが豊富。



栽培時期：

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
播種トンネル	←トンネル		→						←	→播種		
露地			←	→						←	→播種	
			←	→						←	→	

粘土質でも栽培が出来るが収穫労力があるため砂壤土で排水が良いところがよい。

畝作り 播種は畝幅 80cm～1m の 2 条か 畝幅 60～75cm の
1 条蒔きにする。



下味をつけて天ぷらに

育苗・栽培管理：

播種は直蒔きとする。

種子は発芽し難いので 12～24 時間水に浸しておく。

播種後覆土を厚くすると発芽が悪いので薄くすると発芽が良い。

蒔き畝の乾燥防止のため切りわらか籾殻等を散布する。

またビニール被覆も良いが日除け被覆が必要。

間引き：播種後 20 日ぐらいで発芽し本葉 1 枚展開する時に株間 3～4cm に間引きをする。

葉刈り：年内に伸長した葉は硬く質が劣る。トンネル栽培では秋に生育した葉に十分霜にあてて、倒伏した葉柄や枯れた葉を年始め頃刈り取り、展開葉 1～2 枚残し、トンネル被覆をする。

施肥元肥： 有機質等の肥料と石灰質肥料を施用する。

施肥例（1 m²当たり）

種類	元肥	追肥 1	追肥 2
苦土石灰 堆肥	1 5 0 g 2 0 0 0 g		
菜種油粕	1 0 0 g	5 0 g	5 0 g
高度化成肥料 (14-10-13)	1 0 0 g	5 0 g	5 0 g

収穫： 葉柄の長さが 35～40cm になった頃収穫する。

根の長さが 15～20cm で根の径が 1 cm 以上になった頃収穫する。