

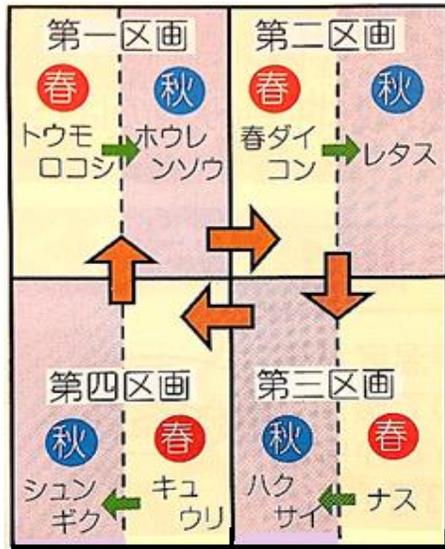
# 野菜作りのポイント 家庭菜園

色鮮やかで、いつでも料理に重宝されるトマトやニンジン・ピーマン。そして子供たちに大人気なスイカやトウモロコシ。今年も春野菜のシーズンがやって参りました。実のり・タイム各店では今年も、春蒔き野菜の種各種を豊富に取り揃えてお待ちしております。

家庭菜園は安全で新鮮な野菜はもちろん、季節感や自然を身近に感じることが出来ます。皆さんも今年は美味しく楽しい野菜作りに挑戦されてはいかがでしょうか。

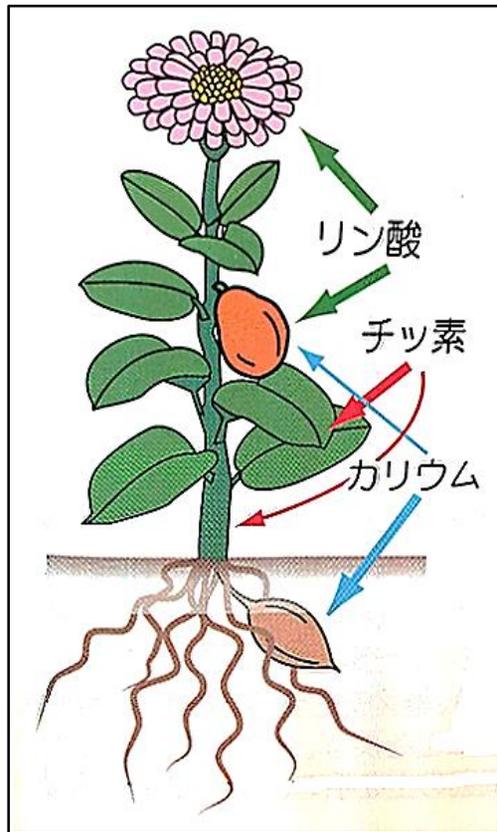


まずは土作り。植物の根が土中で生きてゆくためには酸素が必要で、土もその良い土とは、小ささまざまな土粒の集まりで、その粒の隙間に空気と水を含んでいます。ところが市販されている黒土だけでは土粒間が狭く、空気も少ないので根



▲輪作の一例。菜園を4つに区切り毎年作る野菜を変えていきます

が窒息してしまします。腐葉土などを混ぜて土を矯正してやりましょう。次に土が酸性か、アルカリ性かによって植物の生育は大きく変わってきます。わが国のように雨が降り、土中のアルカリ物質が流れてしまっているのが普通です。酸性土壌だとカルシウムやマグネシウムなどのアルカリ成分が少なくなると、有益な微生物にも影響を与えてしまします。そしてほとんどの野菜は酸性土を嫌います。苦土石灰



▲『肥料の三要素』であるリン酸(P)チッ素(N)・カリウム(K)が各々の部位に効くかを示した模式図

などを施してよく耕すことが大切です。

## 連作は避ける

同じ野菜を(または同じ科の野菜を)同じ場所で続けて作ると連作といわれます。連作すると特定の養分だけが吸収されたり、特定のウィルスや害虫がはびこるようになります。生育に支障をきたす連作障害を起こします。対処方法としては、毎年栽培する場所を変えていきます(これを輪作と言います)。プランター栽培の場合は土を取りかえましょう。またトウモロコシやニンジンのように連作に強い野菜もあります。

【良い菜園の作り方】  
土粒密度が高く、硬い酸性土である場合、まず腐葉土や堆肥をまきます。次に苦土石灰と肥料をまきます(石灰窒素は使わないようにする)。苦土石灰や肥料を混ぜながら30cmくらいの深さまでよく耕してフカフカの土にします。最後に畝(うね)を作り、表面を平らにして完成となります。

続いて、種の蒔き方について説明いたします。菜園に種を蒔く方法は全部で3通りあります。

①点まき→蒔き穴を作り1カ所に4〜5粒蒔く  
大根・白菜・トウモロコシ・枝豆・インゲン・エンドウ・レタス・カブがこの蒔き方にあたる。

②すじまき→板などでまき溝を作ってから蒔く  
ホウレン草・カブ・ニンジン・ネギ・玉葱・小松菜がこの蒔き方にあたる

③ばらまき→少し高い位置から蒔く(均一に蒔ける)。しゅんぎく・はつか大根がこの蒔き方にあたる。種を蒔いたら発芽するまで、乾燥させないようにしましょう。

同じ野菜を(または同じ科の野菜を)同じ場所で続けて作ると連作といわれます。連作すると特定の養分だけが吸収されたり、特定のウィルスや害虫がはびこるようになります。生育に支障をきたす連作障害を起こします。対処方法としては、毎年栽培する場所を変えていきます(これを輪作と言います)。プランター栽培の場合は土を取りかえましょう。またトウモロコシやニンジンのように連作に強い野菜もあります。

植物が生育するために最も大切な栄養素が窒素(N)、リン酸(P)、カリウム(K)で、肥料の三要素と言います。しかしその他にもカルシウムやマグネシウム、鉄分などの微量元素が必要で、野菜の元肥には、堆肥や油粕などの有機質肥料が適しています。追肥には配合肥料や野菜の特性に合った化成肥料を施して下さい。また化成肥料

にはよく8-8-8などの数字が記載されていますが、これらの数字は窒素(N)・リン酸(P)・カリウム(K)の数字です。つまり肥料1kg中に窒素8%(80g)、リン酸8%(80g)、カリウム8%(80g)が含まれているという意味です。肥料の三要素は各々どのような働きをするのか

①窒素(N)は最も大切な栄養素である。葉や茎の育ちを良くし、葉の緑色が濃くなります。

②リン酸(P)は新しい細胞を作るのに必要な成分である。花や果実を作るのに特に大切な成分

③カリウム(K)は、光合成を盛んにし、果菜類や特に根菜類の育ちを良くします(写真上)。

## 発芽に必要な三要素とは

種子が発芽するためには大きく分けて3つのポイントが必要です。その3つのポイントとは、①温度(その品種の発芽適温)、②水分、③酸素である。発芽の完成条件。

## みのり君

No.010



よしっ! 今日は一発カッコよく決めてみるかっ!

あ、パンクだ

みてみて、パンクよ

こりゃ釘が刺さってるね



## 実のり献立

### あさつきのおひたし

【材料(一人前)】

- ◆あさつき・・・適量
- ◆カツオ節・・・お好みで
- ◆しょうゆ・・・お好みで

- ①お湯をたっぷりと沸かして、あさつきをサッと湯がきます
- ②湯通ししたあさつきを冷水につけて冷やします。しっかり水を切って食べやすい大きさにカットし、盛り付けします
- ③カツオ節、しょうゆをかけて完成です。麺つゆでもOK!

## タイムポイントカード入会者募集中!!

ポイントカードは特典がいっぱいです。初回100円の入会料のみで年会費不要。クレジット機能無しで安心。105円のお買い物で1ポイント貯まり、500ポイント毎にレジで500円単位でご利用できます。詳しくはサービスカウンターまでお問い合わせ下さいませ。

## 機械修理専門スタッフ募集中!!

エンジン刈払機や耕運機など機械を直すのが大好きな方を大募集! 年齢・経験は問いません。まずはお気軽に下記までご連絡下さい。  
【TEL】: 086-955-3411

## タイム・実のりメール会員募集中

time@c-brain.com  
上記アドレスに空メールを送って下さい。返信メールのアドレスにアクセスして登録を行なって下さい。

