

家庭菜園相談室

今月の
テーマ

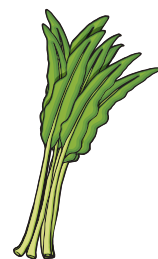
夏場でも生育旺盛な中国野菜～クウシンサイ～

クウシンサイ（空心菜）は、茎が空洞であることからこのような名前がつけました。クウシンサイは、葉物が不足する夏場にありととても重宝する野菜です。サツマイモと同じヒルガオ科の野菜ですが、サツマイモは肥料が多いとツルぼけ（ツルや葉っぱばかり伸びてイモができない）するのに対して、クウシンサイは肥料をたくさん必要とします。次々と伸びる新芽を収穫していきますので、追肥を欠かさないようにするのが栽培のコツです。中国野菜として「エンツァイ」の名前で種が売られています。

図1 作型目安

	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月
クウシンサイ	●	▲	●	▲	★	★	★

● 播種 ▲ 植え付け ★ 摘心・収穫 ■ 追肥・中耕



栽培のポイント

- 直まきもできますが、ポットに種をまいて、気温が十分上がったなら苗を植え付けることをおすすめします。
- 生育が旺盛なので、畑で他の野菜と混植すると一緒に植えた野菜が負けてしまいます。
- 乾燥を嫌うので、畑で栽培する時には、土が乾かないようにマルチや敷きわらをしましょう。
- 茂り過ぎを防ぐため、脇芽はどんどん摘み取ります。
- 化成肥料（窒素）が効き過ぎると、えぐみが出る場合があります。
- オススメ品種：「なつサラダ」…若採りしたものは柔らかく、生食でサラダに向いています。

種まき

種子は皮が硬いので、発芽しやすくなるように一昼夜水に浸けます。
3～4号ポット（直径9～12㎝）に市販の種まき用土を8分目まで入れ、3～5粒の種をまきます。
発芽が揃ったら1本に間引き、本葉3～4枚まで育苗します。

畑の準備

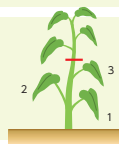
種まきの2週間前に苦土石灰100g/㎡を施し、深さ30㎝位までよく耕します。
1週間前には化成肥料（畑作名人N:P:K=13:13:13）100g/㎡を施しよく耕します。
畝幅70～100㎝、高さ10㎝程に畝を立て、マルチを敷きます。

植え付け

本葉が3～4枚になったら、畑に植え付けます。マルチに30㎝間隔にカッターナイフなどで十字の切り込みを入れ、植穴を掘り、深植えしないように植え付けたらやさしく根元に水を掛けます。

摘心・収穫

クウシンサイの草丈が30㎝ほどに伸びたら、収穫と摘心を兼ねて、主茎を下から3葉目で切ります。
摘心後は、わき芽がどんどん伸びるので、繰り返し収穫できます。



追肥・土寄せ

収穫が始まると、養分をたくさん必要とするので、2週間おきに500倍に薄めた液体肥料、または化成肥料（野菜の達人N:P:K=15:14:10）30g/㎡を施します。肥料が切れると茎が硬くなってしまいますので、追肥は欠かさず行いましょう。

病害虫防除

ほとんど病害虫は発生しませんが、ヨトウムシやイモコガが発生することがあります。
ヨトウムシは、夜になると出てきて茎や葉を食害しますので、防虫ネットのトンネルなどで侵入を防ぎましょう。農薬は「エンサイ」、「葉菜類」、「野菜類」に登録があるものが使用できます。

その他、家庭菜園に関する相談は、JAのTACまでご連絡ください。