

家庭菜園相談室



今月の
テーマ

「栄養豊富な家庭の万能野菜!!」
～キャベツ～

キャベツはサラダや炒め物、煮物などさまざまな料理に使える万能野菜です。
ビタミンやカリウム、カルシウムを豊富に含み、栄養価にも優れた野菜です。

图1 作型目安

野菜名	作型	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
キャベツ	早生品種		▲●	—————		■ ■ ■	■ ■ ■			
	中晩生		▲●	—————				■ ■ ■ ■		
				▲●	—————				■ ■ ■ ■ ■	

▲ 種まき ● 植え付け ■ 収穫

※同じ作型（早生・中晩生など）でも品種により収穫時期などが異なります。

栽培のポイント

- 夏の育苗には、ある程度の経験が必要のため、JAの直売所やホームセンターなどで苗を購入するのがおすすめです。
- 水はけの悪い畑では根腐れや病気の原因になるため、高畝にするなど排水対策を徹底しましょう。中晩性品種は耐湿性がある一方で耐湿性は弱く、特に結球期以降は湿害を受けやすいため注意が必要です。
- キャベツは、生育初期に虫に芯を食害されると結球できなくなるため、防虫ネットなど適切な防除をしましょう。
- 株間を広く取って外葉を大きく育てると大玉になり、狭くすると小玉になります。結球開始期までに充実した外葉を形成させることが大切です。

種まき・
育 苗

3号ポット(直径9 $\frac{1}{2}$ in)に種まき用培養土を入れ、5~6粒ずつ種をまきます。
発芽が揃ったら間引きし、3本程度にします。
本葉2~3枚で1本に間引きし、本葉5~6枚まで育苗します。また最近では、セルトレー(128穴)で種まき・育苗することも増えて
います。

畑の準備

植え付けの2週間前に苦土石灰100 g/m^2 と完熟たい肥1 kg/m^2 をまき、深さ30 cm 位までよく耕します。植え付けの1週間前には化成肥料(畑作名人)120 g/m^2 を施し全体によく湿和しましょう。

連 作

アブラナ科(ハクサイ・ブロッコリーなど)は連作をすると根こぶ病が発生しやすくなるため、連作は避けましょう。2年以上の輪作を推奨します。

栽植密度

畝幅60～70センチ、株間は、早生系で35～40センチ程度、中晩生系は外葉が大きくなるので40～45センチ、畝高10～20センチの畝を立てます。(水はけの悪い畑では高畝にします)

マルチを敷く場合は、シルバーまたは銀線入りのフィルムを使用するとアブラムシ除けに効果があります。

植え付け

葉数が5~6枚の苗を植え付けます。植え付けの際に根鉢を崩さないよう注意し、高温期の植え付けとなるため、植え付け後のから水は十分に行いましょう。

病虫害

定植後は、ハイマダラノメイガなどによる芯の食害、その後は結球期まで外葉がハスモンヨトウなど夜蛾の幼虫による食害を受けやすくなりますので、防虫ネットなどで対策をしましょう。病害については、近年の高温傾向で、黒腐病（葉の縁にV字型の病斑ができる）が増えてきています。また、大雨や台風の後には葉や茎が痛み、病害が発生しやすくなるため、予防として殺菌剤の散布を推奨します。

追肥・土寄せ

追肥（畑作名人40[㊦]/㎡）は中耕と土寄せを兼ねて、植え付けから30～40日後頃（本葉15～20枚頃）に行います。苗が小さいうちは株の周囲に施し、大きくなってからは畝の肩に肥料をまき、土を削りながら株元へ土寄せします。

收穫

球が十分に肥大し、手で押さえて、硬く締まっていれば収穫適期です。
早生品種は、収穫が遅れると裂球しやすいため、適期収穫を心がけましょう。

その他、家庭菜園に関する相談は、JAの支店または営農経済センターまでご連絡ください。