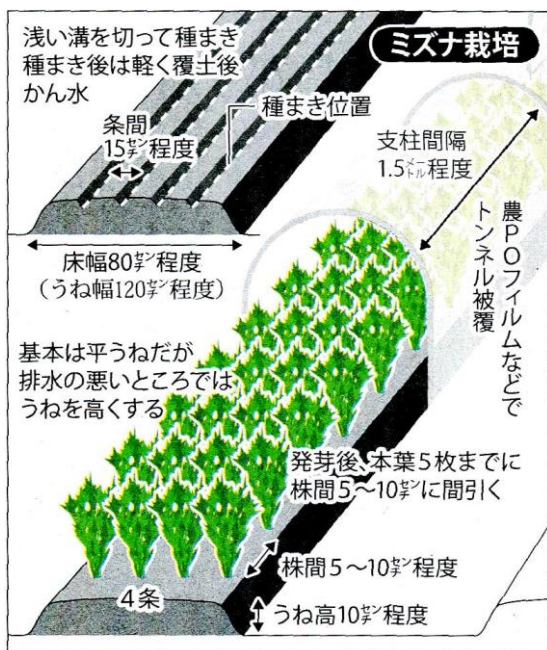




生育適温は15～25度

ミズナ（水菜）はツケナ類の仲間で、アブラナ科の1，2年生草本です。コマツナなど、多くのツケナ類は中国原産ですが、ミズナは日本原産の野菜といわれています。また、京菜とも呼ばれ、古くから京都周辺で作られており、近畿地方では鯨肉と煮込んだ「ハリハリ鍋」が有名でしたが、商業捕鯨が中止となってからは、鯨肉の代わりに豚肉などが代用されています。ハリハリの名のとおりシャキシャキとした食感は鍋料理だけでなくサラダなどにも欠かせない食材となっています。

さらに、老化防止作用があるトコフェロール（ビタミンE）やビタミンC・B、鉄分などを多く含み機能性野菜としても注目されています。



生育適温は15～25度で、夏期を除けば、ほぼ周年栽培が可能です。旬は寒い時期で、霜にあうと風味が一層増すとされています。今回はトンネルを利用した冬播き春どり栽培を紹介します。

冬播き栽培は生育前半が厳寒期にあたるため農POフィルム等の保温資材をトンネル被覆し、発芽や生育を促します。

土質は特に選びませんが、砂質土壌が収穫・調整が容易です。種まきの1週間前までにほ場を準備し、1平方メートル当たり堆肥2kg、苦土石灰120g、化学肥料100g（チッ素、リン酸、カリ15%の場合）程度を施します。耕うん後、床幅80cm程度の平床を作り、条間15cmの四条植えで浅い溝を切り、条まきします。種まき後はたっぷりかん水して、発芽をそろえます。発芽後、本葉5枚までに株間5～10cm程度に間引きし、一本立にします。

ミズナは10度以下の低温に一定期間あうと花芽分化し、春先からの高温長日条件で、分化した花芽がさらに生育し抽だいします。そのため、収穫は遅くなりすぎないように気をつけ、50g程度の子株から300g程度の中株で収穫します。収穫までの日数は冬播きで60日位必要です。収穫後は、し折れが激しいので午前中に収穫し、10度前後で保存しましょう。

（鹿児島県農業開発総合センター園芸作物部野菜研究室主任研究員）

平成27年12月10日（木）／南日本新聞