

⑩コマツナの育て方

雨除け栽培で病気防止

コマツナはアブラナ科の野菜です。江戸時代から作られ、東京の小松川地区の地名から名前が付いた関東を代表する葉野菜です。連作が可能で厳寒期を除けば1年を通して育てられます。

コマツナに含まれる栄養素は、βカロテン（ビタミンA）、ビタミンK、ビタミンB群、ビタミンC、ミネラル類はカルシウムやカリウムなどを豊富に含んでいる健康野菜です。

①畑の準備

種まきの2週間ほど前に、苦土石灰1平方メートルあたり100グラムを全面施肥し、よく耕します。その1週間後に、90センチ前後の畦を作って1平方メートルあたり堆肥2キログラム、化成肥料100グラムを畦全面に施して耕します。

②種まき

畦を平らにして、種のまき溝を板きれなどで15～20センチ間隔に作ります。種子は1センチ間隔にまき、覆土をしてたっぷりと水をかけます。約3～4日で発芽します。種まきする時は、厚まきすると苗が込み合って徒長しやすくなるので、注意しましょう。

③間引き

発芽後、本葉が出始めたら1回目の間引きをします。双葉が奇形のもの、小さいもの、間伸びしたもの等を間引き、子葉が触れ合わない程度の間隔にします。さらに、本葉4、5枚のころに5～6センチに間引き、最終的な株間にします。

④追肥・土寄せ

生育期間が短いので基肥主体で育てますが、葉の生育が遅い場合には、液肥などを水で薄めて間引き後に施します。間引き後に、根元が倒れる場合には、苗がまっすぐ立つ程度に土寄せをします。

⑤病害虫防除

夏場になるとヨトウムシ、アオムシ、コナガなどの害虫が多くなるので、発生初期に捕殺しましょう。種まき後すぐに1センチ目以下の目合の防虫ネットまたは寒冷紗や不織布などで、全体を覆うようにすると効果的です。病害では、白さび病、炭そ病が発生するので、雨よけ栽培をすればかなり防ぐことができます。

⑥収穫

収穫適期の株は草丈25～30センチです。株元を握って引き抜き、根の隙を包丁やハサミで切断します。種まき4週間程度で収穫できます。（鹿児島市都市農業センター）

