

② サインゲンを育てよう

開花後10～15日で収穫

サインゲンは、インゲンマメの食用の若いさやのことで、原産地は中南米など、諸説あります。日本には江戸時代に中国の隠元禅師によって伝えられたことから「インゲンマメ」という名がついたといわれています。

ゆでる前に塩をまぶして板ずりすると、表面のうぶ毛が取れるだけでなく、ゆであがったときに色鮮やかに仕上がります。最近、筋なし品種も増えました。

①畑の準備

種まき2週間ぐらい前に、苦土石灰を1平方メートルあたり200グラム全面に施し耕します。その1週間後に、1平方メートルあたり堆肥2キログラム、化成肥料80グラム、ヨウリン20グラムを施して耕し、50～60センチ（つるなし種）または、120センチ（つるあり種）のうねを作ります。

②種まき

種まきの間隔は、つるなし種で20～25センチ、つるあり種で30センチとし、1カ所に2、3粒まき、1～2センチの覆土をします。

③間引き

10日ぐらいで発芽します。本葉が2枚のころ生育の良い苗を残し、2本立ちにします。

④追肥・土寄せ

土が肥えている場合は特に施肥の必要はありませんが、生育が思わしくない場合は、本葉2、3枚の時に追肥用化成肥料を1平方メートルに20グラム施し、草木灰が手に入れば2回施します。また、除草と中耕を兼ねて土寄せをします。

⑤支柱・敷わら

つるあり種は、2本ぐらいの支柱を立て、隣のうねの支柱と合掌させて固定し、親づるだけを絡ませます。その後に出てくる子づるは自然に任せて絡ませ、支柱の高さになる前につるを摘芯します。つるなし種は、生育後半に倒伏する恐れがあるので防風対策を行い、さやが地表に直接つかないように敷わらをします。

⑥病害虫防除

炭そ病、褐斑病、ハダニ、アブラムシ（ヌイ）、コガネムシが発生します。アブラムシは、毒性の低い殺虫剤を利用して防除します。

⑦収穫

収穫が遅くなるとさやが固くなるので、さやが軟らかいうちに収穫します。開花して10～15日ほどで収穫できます。



（鹿児島市都市農業センター）