

③⑥ ホウレンソウに挑戦

苦土石灰施し適正pHに

ホウレンソウは、ヒユ科の一、二年草です。西アジアが原産地で、日本へは、江戸時代初期に中国から東洋種が、明治時代に欧米から西洋種が入ってきました。現在は両者の交配種が主流になっています。ホウレンソウは「緑黄色野菜の王様」といわれるほどに栄養価が高く、中でも鉄分を多く含み、ほかにカロテンやビタミン類なども豊富です。

①畑の準備

ホウレンソウは酸性土壌を嫌い、pHは5.5以下の土壌では生育が劣るので、種子まき前に苦土石灰を散布し、適正pHに調整します。種子まきの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、深く耕します。その1週間後に、うね幅90センチの平うねを作って1平方メートルあたり堆肥2キログラム、化成肥料（成分8・8・8）150グラムをうねの全面に施して耕します。

②種子まき

うねを平らにならして、種子のまき溝を板ざれなどで15センチ間隔に深さ1センチに作ります。種子は、まき溝に、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。なお、品種は、秋まき用と春まき用に大別され、春まきは日長が長くなるので、晩抽性（とう立ちの遅い）の品種を選びましょう。

③間引き

発芽がそろって本葉1、2枚の時、3、4枚の時、5、6枚の時に最終株間が6～8センチになるように間引きます。

④追肥・土寄せ

間引き後に、追肥化成（成分16・0・16）を50グラム施し、中耕をして軽く土寄せします。

⑤病害虫防除

葉に黄褐色の角ぼった病斑がでたらべト病です。薬剤散布で防除できますが、株間を広くとって風通しをよくすることが大切です。害虫ではハモグリバエ、1アブラムシ、ヨトウムシ等が発生するので、登録のとれた農薬で初期防除に努めます。

⑥収穫

草丈が25～30センチになれば収穫時期です。根がしっかり張っているので、引き抜かずにハサミで切って収穫します。根もとの赤い部分は甘みがあっておいしいので、根部を1～2センチほど残して切り取ります。



（鹿児島市都市農業センター）

令和2年3月12日（木）／南日本新聞