



## ④1 キャベツを育てよう

# 排水良好な土壌を好む

キャベツはヨーロッパが原産で、15～20度前後の涼しい気候を好みます。土壌の適応性は広いですが、耕土の深い排水良好な土壌を好みます。栄養面ではビタミンCやカルシウムを含む栄養価の高い野菜です。特にビタミンUが胃腸を整える作用があります。

### 1. 播種

夏まきは8月中旬から下旬ごろ、初秋まきは9月上旬から10月上旬ごろまでにまきます。育苗箱に市販の育苗用土を詰め、板などを用い、条間8センチの溝を切り、種子を条まきし、軽く覆土してかん水します。乾燥防止のために新聞紙などで覆い、乾いたらかん水します。発芽したら新聞紙を取り除きます。育苗をする場所は寒冷紗などで覆い、気温の上昇を防ぎます。

### 2. 仮植

本葉が2枚になったら、直径9センチ程度のポットに鉢上げします。

### 3. 畑の準備

植え付けの2週間前までに1平方メートルあたり苦土石灰100グラムを施し、土をよく耕します。その1週間後に、1平方メートルあたり堆肥3キログラム、化成肥料（成分8・8・8）150グラムを施して耕し、幅が100センチの畝（床幅60センチ、通路40センチ）を作ります。

### 4. 定植

本葉が5、6枚のころ、株間は40センチで1条に、朝晩の涼しい時間帯に浅めに植え付け、かん水します。定植後は、活着を促すため3～5日間はかん水をします。

### 5. 土寄せ、追肥、除草

結球開始までに外葉を大きく育てることが大玉育成のポイントで、定植後、2週間おきに2回追肥をします。追肥用の化成肥料（成分16・0・16）を1平方メートルあたり20グラム施し、中耕（畝を軽く耕す）して株元に土を寄せます。

### 6. 病害虫防除

病気は、べと病、軟腐病などが発生するので殺菌剤を散布し予防します。害虫はアオムシ、コナガ、ヨトウムシなどが発生するので、こまめに見回り幼虫や卵を見つけたら捕殺します。発生が多いときは殺虫剤も活用しましょう。

### 7. 収穫

手でおさえて球が固く締まってきたら収穫します。夏まきは11月から12月ごろに、初秋まきは2月から3月ごろに収穫できます。外葉を下に押さえつけ包丁などで根元を切ります。

（鹿児島市都市農業センター）

