



⑤③ フダンソウを育てよう

生育旺盛，栽培期間長く

フダンソウは、アカザ科の野菜で、地中海沿岸が原産です。16世紀ごろ日本に伝わりました。当初は葉が小さくホウレンソウの形に似た在来種でしたが、明治時代に葉が大きく卵形で葉柄の白い西洋種が導入され、大阪や京都などで定着しました。最近では葉柄が長く赤，黄，ピンクの西洋種が育成されています。フダンソウは冷涼な気候を好み，生育適温は15～20度ですが，耐暑性は強く，夏場の栽培に耐えます。水はけのよい有機質を多く含む土壌を好みます。

1. 品種

カラフルな西洋種（スイスチャード）は「ブライトライト」「アイデアル」などの品種があります。在来種は品種名「山ホウレンソウ」などがあり，ホウレンソウの代替として，鹿児島市では7～9月にかけて栽培されます。サマーフダンソウという名称で流通しています。

2. 畑の準備

定植の2週間前に1平方メートル当たり苦土石灰100グラムを散布し，耕うんします。その1週間後，1平方メートル当たり堆肥1キログラム，化成肥料（成分15・15・15）60グラムを散布し，耕うんします。

3. 播種

暖地では，3月から10月まで播けます。在来種は初夏播きで小さな花芽をもつことがあります。畝幅100センチ（床幅60センチ，通路幅40センチ）高さ5センチの畝を作り，種子の播き溝を20センチ間隔で作し，2センチ間隔で種子を播き，播種後は鍬で覆土し，鎮圧し，灌水します。

4. 間引き

本葉が出たら，小さいものや病虫害のあるものを本葉2，3枚時，4，5枚時に順次間引き，最終の株間を35センチ程度（在来種は7センチ）にします。

5. 追肥，灌水

生育が旺盛で栽培期間も長くなみので肥料切れを起さないよう最後の間引きの頃に追肥用化成肥料を1平方メートル当たり100グラム散布します。土壌が乾いたら灌水します。

6. 病害虫

発芽後は土が湿っていると立枯病が発生しやすいので，乾燥気味にします。ヨトウムシなどが発生したら捕殺します。

7. 収穫

草丈が15センチになったら収穫を開始し，外葉からかき取り，草丈25センチになったら株ごと収穫します。在来種は，外葉をかき取らず草丈25センチで収穫します。



（鹿児島市都市農業センター）

令和3年8月12日（木）／南日本新聞