

野菜

オクラ

## 家庭菜園で手軽に栽培

—— 鮫島 國親

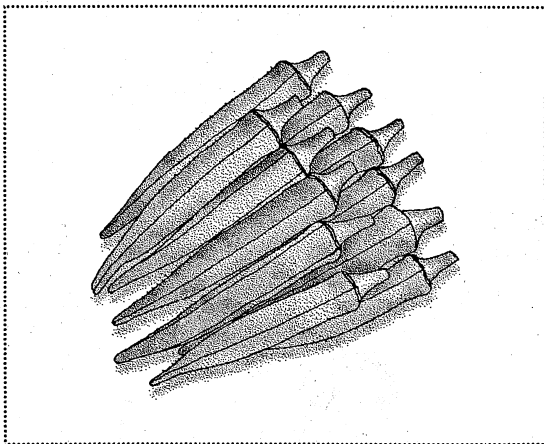


若いサヤを刻んだときに出る独特のぬめりと風味が特徴の緑黄色野菜です。食物繊維、ビタミン類、カルシウムなどを多く含み栄養価が高いことから、近年急速に消費が伸びてきています。

鹿児島県は暖地の有利性を生かした早出し栽培が盛んです。ハイビスカスの仲間、大きな黄色い花（中央は赤）が夜から早朝にかけて咲き、昼にはしぼんでしまいます。軟らかい若サヤは天ぷら、酢の物、あえ物、スープなどに幅広く利用されます。また、さつとゆでて小口切りにし、しょうゆとかつお節をかけて食べるとおいしさが一層引き立ちます。今回は夏場に家庭菜園で手軽に作れる露地栽培を紹介します。

生育適温は20-30度、発芽適温は28-30度です。土壌はあまり選びませんが、耕土の深い肥沃な土壌を好みます。乾燥には強いですが、乾燥が続くと生育が劣り、サヤの品質が低下します。連作すると土壌病害やネコブセンチュウの被害が出やすくなるので、**輪作が望ましい**です。

種まきの適期は霜の恐れがなくなる5月ごろです。日当たりの良い場所を選びましょう。本ぼには1平方メートル当たり苦土石灰100グラム、堆肥1-2キログラム、化学肥料60グラム（三要素15%の場合）を目安として施します。栽植密度はうね幅160センチ、株間15-20センチ、二条（条間45センチ）とします。直まきが一般的です。



一穴4粒程度まいて適当な水分状態を保ちます。冷涼な地域では地温を確保するために透明ポリや黒ポリをマルチして発芽や初期生育を促進しましょう。本葉5-6枚のころ、一穴2-3本残して他は間引きします。

追肥は草勢を見ながら行います（化学肥料10-20グラム/回）。草勢が弱ると生長点から開花位置までが短くなります。生育が進み、葉がこみ合ってくると光線不足となり、花の着きが悪くなるので、収穫サヤの下1-2枚を残して下葉を除去しましょう。

5月にまくと7月から収穫が始まり10月ごろまで楽しめます。開花後4-7日、サヤ長8-10センチで収穫します。

（鹿児島県農業開発総合センター副所長）

平成20年6月12日（木）／南日本新聞