

たかな (カラシナ)

高菜のピリッとした辛み成分は、食欲を増進させるとともに料理にアクセントを添えてくれます。緑黄色野菜で、βカロチンやビタミンC、ビタミンB類などの栄養成分を含んでいます。

8月の農作業

作型 耐寒性が強く、生育日数も短く、畑があいている期間に収穫できる。種まき、覆土は丁寧に。

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	品 種 名
秋 植 え	■	■	■	■	■	■	■	○	○				大葉タカナ、葉カラシ菜、黄カラシ菜

○：種まき ■：収穫

畑の準備・定植

土づくり a当たり	
堆肥	300kg
セルカ(有機石灰)	10kg
植え付け1ヶ月前に土と良く混合	
元肥 a当たり	
醗酵鶏糞	30kg
畝立時施用	

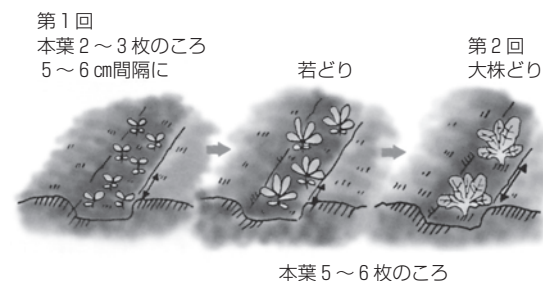
- ・醗酵鶏糞30kgを畝の中心(芯肥)に施用して畝をつくる。(10cm以上の間土をいれる)
- ・畝幅60~80cm

種まき

- ・まき溝いっぱい種をまく。(2~3cm間隔に種をまく)
- ・種が小さいので厚まきにならないように。
- ・覆土は5mm位にして、くわで鎮圧する。
- ・切りわらをして、覆土が乾燥しないようにする。

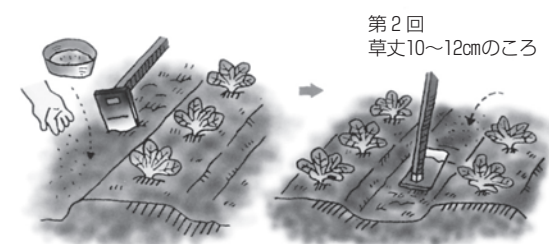
間引き

- ・第1回 本葉2~3枚の頃 5~6cmの間隔に。
- ・第2回 本葉5~6枚の頃 10~20cmの間隔に。(若どりする場合10cm 大株どり20cm)



追肥・中耕

- ・第1回間引き後、畝肩を中耕(けずり)、油粕10kg/aを施し、土寄せする。
- ・第2回間引き後、中耕、土寄せを行い、生育の悪い場合は野菜専用肥料5kg/a施用し土寄せする。



防除

病虫害	耕種防除
アオムシ コナガ	寒冷紗等で飛来を防止する
アブラムシ類	光反射テープを畝上に張る 寒冷紗で飛来を防止する

収穫

- ・草丈20cm以上で収穫できる。
- ・春収穫ものは、25~30cm位の大きいものが風味に富む。(とうが出はじめたら全部収穫する。)

裏面はリーフレタスを掲載しています。

農作業のページは取りはずして別に保存し活用してください。

No.280 平成26年8月18日発行

リーフレタス

緑黄色野菜のレタスは栄養分が少ないと言われていたが、高血圧予防に効果があるカリウムなどのミネラルや抗酸化作用のあるβカロチンをたくさん含んでいます。

8月の農作業

作型 栽培期間が短く、結球レタスより育てやすい。高温で花芽分化するので、播種時期に合わせて品種を選ぶ。比較的暑さや寒さに強いが、酸性土壌と乾燥を嫌う。

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	品 種 名	
秋 植 え								○	○	△	△	■	■	赤葉種 晩抽レッドファイヤー、 レッドウェーブ 緑葉種 ダンシング、 グリーンウェーブ

○：種まき △：植え付け ■：収穫

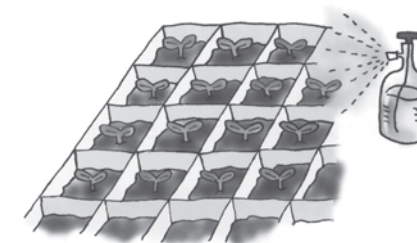
畑の準備・定植

土づくり a当たり	
堆肥	400kg
セルカ(有機石灰)	10~15kg
醗酵鶏糞	40kg
植え付け1ヶ月前に土と良く混合	

- ・畝幅80~100cm
- ・株間30cm (2条間 条間40cm)

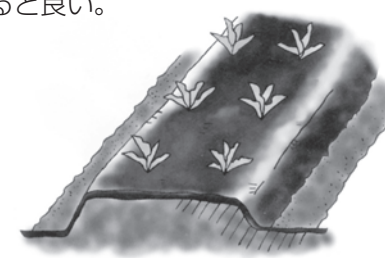
種まき・育苗

- ・セルトレイ(72穴)に、コーティング種子を1粒ずつまく。
- ・本葉3~4枚(播種後20~25日頃)植え付ける。
- ・発芽に光を必要とするので覆土は薄くする。
- ・発芽するまで、種子が流れないように噴霧器で灌水する。



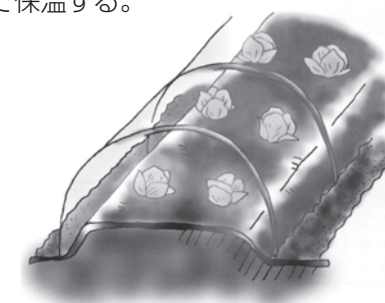
植え付け

- ・株間30cm、条間40cmで朝植えする。水をたっぷりやってから植え付けをする。
- ・黒ポリマルチをして保温、雑草防止、育成促進をしてやると良い。



収穫

- ・葉が13~18枚になったら株ごと収穫する。(播種から70~80日頃が収穫適期)
- ・冬も収穫を続ける場合、11月ごろからビニールトンネルで保温する。



裏面はたかな(カラシナ)を掲載しています。

農作業のページは取りはずして別に保存し活用してください。

No.280 平成26年8月18日発行