

プランターで家庭菜園

おすすめ野菜③ ～リーフレタス～



○種まき適期：4月上旬～5月上旬

○収穫時期：6月上旬～7月上旬（種まきから60日ほど）

☞おすすめは赤と緑のコントラストが美しく、病気に強く育てやすい「フレアルーシュ」など。

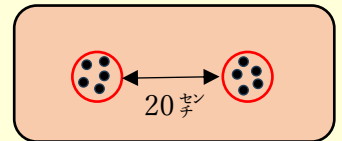
【必要なもの】

- ・リーフレタスの種
- ・プランター（2株の場合）：縦20センチ×幅50センチ×深さ20センチ程度のもの
- ・培養土：基本的な肥料分が入っている、野菜用の培養土が最適（おすすめは広報誌5ページ）。
- ・その他：鉢底石、スコップ、ジョウロ、肥料（おすすめは広報誌5ページ）など。

【栽培方法】 ※栽培適所：日当たりと風通しが良い、軒下やベランダの屋根下など

1. 種まき

プランターの底が見えなくなる程度に鉢底石を敷き、プランターの縁から2センチ程下まで培養土を入れます。20センチほど間隔を開けて深さ1センチくらいの穴を2か所作り、1穴につきリーフレタスの種を5粒ほどまきます。土を薄めにかぶせてから、たっぷり水を与えます。



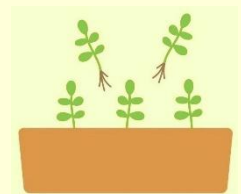
2. 栽培管理

①間引き

株の日当たりや風通しを良くするため、重なりあった株を取り除く「間引き」を2回行います。1回目は本葉が2枚出たところに元気な3株を残して間引きます。2回目は高さが10センチくらいになったところに元気な1本を残して残りを間引きます。

②水やり

土の表面が乾いたら、底穴から水が流れ出るまでジョウロでたっぷり水やりします（1日1回程度）。



③追肥

2回目の間引きの後から、約2週間おきに、化成肥料（追肥）を1回10グラム程与えます。株元から少し離れた場所で土と混ぜ、株元へ土寄せします（肥料袋に記載の使用法を守る）。

3. 収穫

直径25～30センチ、葉が10枚ほどになったら収穫時期です。株の外側の葉から順に摘み取り、内側を残すようにすると、中心の新しい葉が育つので数回に分けて収穫を楽しめます。

※大きくなりすぎると苦味が出てくるので、種まきから90日ほど経ったらすべて収穫しましょう。