QUESTION ROOM

家庭菜園相談室

今月のテーマ

中華料理の定番！様々な料理の彩りに！ ～チンゲンサイ～

チンゲンサイは日本で馴染みのある中国野菜の代表格です。シャキシャキとした食感とほのかに甘みのある淡泊な味わいが特徴です。肉厚なチンゲンサイを育てるには、適度な間引きで株間を確保することが大切です。

作型目安

	8月	9月	10月	11月	12月
チンゲンサイ（秋まき）		●---------●		■■■	■■

● 種まき　═══ 防虫ネット　■ 収穫

栽培のポイント

- ○涼しい気候を好む一方で、夏の暑さにも比較的強く、春から秋まで栽培が可能ですが、夏の暑い時期はできるだけ避けましょう。春まき栽培もしくは秋まき栽培がおすすめです。
- ○ダイコンや白菜、キャベツなどと同じアブラナ科の野菜で、アオムシの食害にあいやすいので注意が必要です。
- ○ミニチンゲンサイという小さい種類のチンゲンサイは、栽培期間が短く、早く収穫することができます。
- ○チンゲンサイはプランター栽培も可能です。

畑の準備	種まきの2週間前に苦土石灰100グラム/㎡と油粕100グラム/㎡を施し、深さ30センチ位までよく耕します。 さらに1週間前には化成肥料（畑作名人N:P:K=13:13:13）100グラム/㎡を施しよく耕します。 畝幅60～80センチ、高さ10～15センチ程の畝を立てます。雑草対策にマルチの使用もおすすめです。
種まき	畑に種まきする場合は、畝の表面を平らにならし、深さ1センチ、条間15センチのまき筋をつけます。 まき筋は、支柱や木板を土に押し付けると簡単につけることができます。プランターにまく場合は、大きな縦長のプランターなら、真っ直ぐ平行に2列にまき筋をつけます。条間は15センチが目安ですが、ミニチンゲンサイは約10センチで良いです。 まき筋ができたら、約2センチ間隔で、1粒ずつ種をまきます。種をまき終わったら、平くわなどで1センチほど覆土し、軽く鎮圧して水をかけます。 プランターの場合は、手で土をかけて、軽く土を押さえて水をかけます。 ※チンゲンサイは、苗を育ててから植え替えをすることも可能です。セルトレイやポットに2～3粒ずつ種まきし、本葉2～4枚までに1本立ちに間引きします。
防虫ネット	チンゲンサイは、害虫被害の多い野菜なので、種まき後はすぐに寒冷紗や不織布などでトンネル掛けをするなどの害虫対策をしましょう。 栽培期間中はできるだけネットを開けないで、収穫が終わるまで掛けておきましょう。
水やり	畑の土が乾燥してきたら水やりをします。この際、寒冷紗、不織布の上からかけても問題ありません。
間引き	発芽が揃ったら、混み合ったところを間引きます。1回目の間引きは本葉3～4枚の頃に株間7～8センチになるように、2回目の間引きは本葉5～6枚で株間15センチになるように間引きます。セルトレイやポットで育苗した苗は、根鉢を崩さないように丁寧に抜き取り、畑に株間、条間それぞれ15センチ間隔になるように植え付け、たっぷりと水をかけます。
追肥・土寄せ	最終間引きをした後、化成肥料（N:P:K=8:8:8）を20グラム/㎡程度施します。株の周りを軽くかき混ぜ、株が倒れないように株元に土寄せします。
病害虫防除	アオムシ、カブラハバチ（芋虫）などの害虫は、防虫ネットで概ね予防できます。 病害では、白さび病、べと病などが主な病気です。アブラナ科の連作を避け、早期防除に心掛けましょう。
収穫	種まき後約55日で、草丈が15～20センチになったら収穫します。 ミニチンゲンサイは、草丈が10～15センチで収穫します。 葉柄の下の部分（尻）が張っていれば収穫適期です。大きめのものから抜き取り収穫します。

その他、家庭菜園に関する相談は、JAの支店または営農経済センターまでご連絡ください。