

# 家庭菜園相談室

今月の  
テーマ

## 和・洋・中いろいろな料理で大活躍！ ～ハクサイ～



ハクサイは味が淡白でくせがないため、鍋や煮物などの和食はもちろん、洋食や中華でも欠かせない食材です。また、ビタミンC、カルシウム、カロテン、植物繊維を多く含む野菜として有名です。

図1 作型目安

野菜名	作型	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
ハクサイ	早生	▲	●		■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■			
	中晩生		▲	●			■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■	■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■

▲ 種まき ● 植え付け ■ 収穫

※同じ作型(早生・晩生など)でも品種により収穫時期などが異なるためラベルをよく確認する

栽培の  
ポイント

- キャベツやブロッコリーなどのアブラナ科野菜との連作を避けるとともに、排水対策や病害虫対策を徹底しましょう。
- ハクサイは直まき・移植栽培のいずれも可能ですが、根張りが弱いので、育苗をする場合は根を傷めないように注意し、本葉5~6枚頃に定植します。
- 植え付け直後はハイマダラノメイガによる生長点の食害に注意し、防虫ネットを利用して被害を防ぎましょう。

種まき・  
育苗

3号ポットに種まき用培養土を入れ、4粒離して種まきします。このとき、覆土は薄めにします。発芽が揃ったら間引きして3本程度にし、本葉2~3枚で2本立ち、本葉4~5枚で1本立ちにします。  
直まきの場合は、下記の栽植密度の植穴に5~6粒の種子をまき、子葉展開時に3~4本立ち、本葉2枚で2本立ち、本葉6枚程度で1本立ちにします。

畑の準備

植え付けまたは直まきの2週間前に苦土石灰100g/m<sup>2</sup>と完熟たい肥1kg/m<sup>2</sup>を施し、深さ30cm程度までよく耕します。植え付けの1週間前には化成肥料(畑作名人 N-P-K:13-13-13)100g/m<sup>2</sup>を施し、全体によく混和します。

栽植密度

畝幅60~70cm、株間40~50cm、畝高10~20cmの畝を立てます。水はけの悪い畑では高畝にしましょう。マルチを使用する場合は、シルバーマルチを利用するとアブラムシの飛来防止に効果があります。

植え付け

育苗した苗の本葉が5~6枚の頃に植え付けます。根鉢を崩さないように植え付け、株元にたっぷり水をやります。植え付け後は、防虫ネットによるトンネルをかけます。

追肥・  
土寄せ

第1回目は、定植後2週間ほど経過し、本葉8~9枚頃に追肥(畑作名人30g/m<sup>2</sup>)を行います。  
第2回目は、中耕と土寄せを兼ねて定植後30~40日後頃(本葉15~20枚頃)に行います。生育初期は株の周囲に施肥し、生育が進んだら畝の肩に肥料を施し、土を削りながら株元に土寄せします。

病害虫

軟腐病、べと病、根こぶ病などが重要病害となります。特に軟腐病は、結球期以降に発生しやすく、地際部から腐敗が始まり悪臭を放ちます。防除には、銅剤、抗生物質などの予防散布が有効です。また害虫では、特にハスモンヨトウなど、近年の高温により、晩秋まで発生期間が長くなっていますので、注意してください。

生理障害

葉にゴマ粒状の斑点がでるゴマ症(窒素過剰)や葉の縁腐れや芯腐れ症状を示す石灰欠乏症(カルシウム欠乏症)、生長点部や葉柄部が褐変するホウ素欠乏症などがあります。生理障害は基本的に食べることができますが、腐敗や異臭がある場合は食用を避けてください。

収穫

結球部を手で押してみて、球が硬く締まっているようであれば収穫適期です。株をやや斜めに倒し、外葉との間に包丁を入れて切り取ります。収穫せずにほ場に残留しておく場合や、収穫が1月以降になる場合は、寒さが厳しくなる前(※図1結束12月中旬頃)に、8~9分程度結球した状態で外葉を包み、上部をヒモで軽く縛っておくと、雪や霜による寒害を軽減できます。なお、外葉を縛る前には、内葉にアブラムシなどがいないか、確認しましょう。

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。