

# 軟弱野菜(ほうれんそう、こまつな)

## ここが魅力

- ・ 播種から収穫までの生育期間が短い。
- ・ 必要とする資材が少なく、初期投資が小さい。
- ・ 野菜が軽量なので、高齢者や女性の労力でも対応できる。



こまつな収穫

## 作 型

月	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
春播き		○ ————	収穫								
		播種 ○ ————	収穫								
夏播き				○ ————	収穫						
				○ ————	収穫						
秋播き						○ ————	収穫				
						○ ————	収穫				
晩秋播き								○ ————	収穫		
								○ ————	収穫		

※生育日数は、適温期では、ほうれんそうが30日前後、こまつなが25日前後  
冬の低温期では、ほうれんそうが60～80日程度、こまつなが50～70日程度

## 栽培方法

### 栽植密度

シートテープを利用し、条間15cmで播種する。

### 施 肥

収穫までの期間が短いので、基肥主体の施肥とする。  
(窒素 1.2、リン酸 3.1、加里 1.2kg/10a)

### 発生しやすい病害虫

ほうれんそう：立枯病、株腐病、萎ちょう病、べと病、  
ヨウトムシ、アブラムシ、タネバエ、  
ホウレンソウケナガコナダニ

こまつな：白さび病、萎黄病、立枯病、  
コナガ、アブラムシ、キスジノミハムシ、カブラハバチ

### 栽培の ポイント

- ・ 1人で1週間に収穫できる面積は、50坪を目安とする。
- ・ 継続的に出荷するため、順次、播種する。  
(一度にたくさんの面積を播種しない)。
- ・ 高温期(7月～8月)は、ハウス内の気温上昇と強日射を防ぐため、遮光率30%程度の遮光資材で覆う。
- ・ 収穫、調製作業は日中を避け、涼しい時間帯に行う。