

# 親子でつくろう!

## ベランダ菜園

### ベランダ栽培のポイント

- 1.種まきは4月中旬から5月上旬。
- 2.寒さに弱いので最低でも11℃は必要。
- 3.そのため5月中旬までは保温箱の中で発芽・育苗。

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
種まき期間												
収穫期間												

栽培の難易度

難 **中** 易

コンテナの大きさ



中型



**オクラ**  
〈アオイ科〉

オクラは代表的なネバネバ野菜

「オクラ」は日本語だと思いがちですが、実は英語です。原産地はアフリカで、エジプトでは紀元前2世紀から栽培されていたといわれています。日本へは幕末ごろに伝わりましたが、食用として普及し始めたのは1960年ごろからです。今では代表的なネバネバ野菜として人気です。

### 1.1日前 芽出し

オクラの種は硬実種子で、そのまま種まきしても発芽しにくいので、一昼夜水に浸けて種皮をやわらかくして発芽を促す。

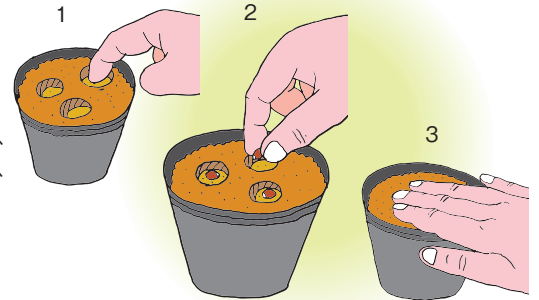


### 2. 種まき

この種を市販の培養土を入れた直径8cmのジフィーポットあるいは9cmのポリ鉢に深さ約1cmのまき穴を3つあけて1粒ずつ点まきして土をかけ、土の上を手のひらで軽く押さえてから、たっぷり水やりする。

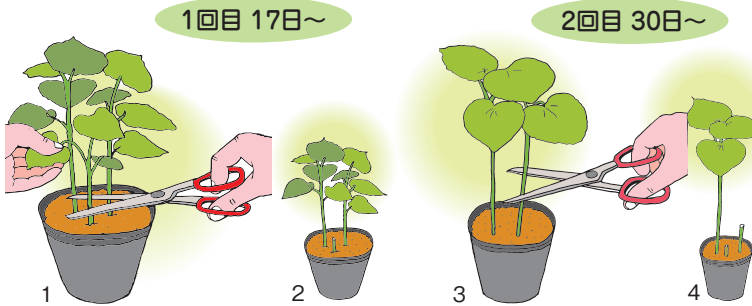
POINT

晩霜の心配がなくなる5月中旬までは保温箱の中で育てる。



### 3. 間引き

芽出しをした種は2日ほどで出芽してくる。本葉2枚までに2株に、本葉3~4枚で1株に間引く。

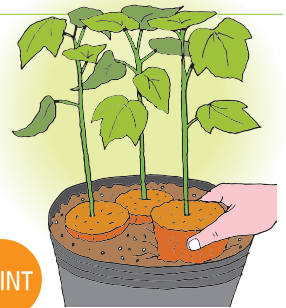


### 4.40~50日 定植

本葉6枚の大株にしてから植えつける。ほかの野菜と少々異なり、1か所に3株をひとまとめにして定植する。複数か所に定植する場合は30cm間隔にする。ひとまとめに植えつけることで株同士が互いに競って、より深く根を張り、全体の養分吸収がよくなる。一方で1株当たりの光や養分量は減り草勢が弱まり、サヤの登熟は遅くなりやわらかいオクラをゆっくり収穫できるようになる。

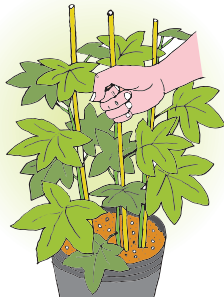
POINT

密植するので通常は徒長気味になることから、元肥を控えめに追肥中心に管理する。追肥は開花開始時と以後2週間おきに施す。



### 5. 支柱立て

約90cmの長さの支柱をコンテナの外側へ向けて差す。それにより株は外側に伸長し、光がよく当たり、風通しもよくなる。



### 6.80日~ 収穫

ハイビスカス、スイフヨウなどと同じトロアオイ属の仲間では黄色のきれいな花を咲かせる。五角オクラで開花後4~5日、サヤ長5~8cmで収穫する。丸オクラならサヤ長約20cmまで大丈夫だが、できるだけ若どりする。



POINT

肥料成分を吸う力が強く、葉が茂り過ぎると「木ボケ」して果実のつきが悪くなる。これを防ぐためにふつうは収穫した果実の下の葉2枚残してそれより下の葉を取り除く「摘葉」を行うが、軒のあるベランダなどで日当たりが必ずしもベストではない場合は、葉は摘み取らない。ただし枯れ始めた葉はエチレンを出して元気な葉まで枯らすので早めに取り除く。

## えなコシヒカリ

「えなコシヒカリ」は、平成27年産米の食味ランキングで「特A」の評価をいただき、「新潟コシヒカリ」や「秋田あきたこまち」と肩を並べる、地元産のとても美味しいお米です。平成28年産も、前年同様の美味しさを味わっていただけると思います。

JAとうとでは、経済店舗のほか、市之倉支店、笠原支店、ホワイト支店、下石支店、駄知支店、上野町支店、土岐支店、陶支店の各店舗で販売しています。

定期配送も承りますので、ご利用くださいますようお願いいたします。

