

親子でつくろう!

食べて応援、作って応援

ベランダ
菜園

栽培の難易度

難 中 易

コンテナの大きさ



中型



エゴマ
(シソ科)

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												

エゴマは
シソの仲間

見た目もシソに似て、葉は厚くやや苦みがあり、焼肉と一緒に食べたりされます。最近はお実を絞ったエゴマ油が、認知症予防、がんやアレルギー体質の改善など、さまざまな効果があるといわれ注目を集めています。

1. スタート 種まき

鉢底石を敷き詰めたプランターや鉢に用土を入れ、スジまきか全体に種をばらまいて、鉢底から水が流れ出るまで水をたっぷりやる。好光性種子なので種まき時の覆土はごく薄くかける。

スジまきの場合

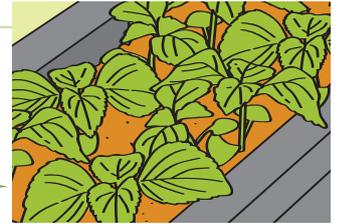


POINT

乾燥に弱いので、種が流れないように気をつけて、たっぷり水を与える。水で濡らした新聞紙、またはビニールをかぶせておくと発芽しやすい。発芽しかけたらかぶせたものを取る。

2. 20日～ 間引き

発芽は3～4日ほど。発芽して本葉が出始めたら、生育の悪い小さい株を抜いて間引きする。本葉4枚までに、3cm間隔にする。



POINT

エゴマは生命力が強いので追肥はしなくてよい。湿り気のある涼しい場所を好むので、夏場は半日陰になるような場所などに置く。

3. 90日～ 収穫(葉)

葉は本葉が10枚以上になったら下の葉から順次収穫が可能。3～5節くらいまで主枝が生育したら、摘芯してわき芽の生育を促進すると、長く収穫を楽しめる。

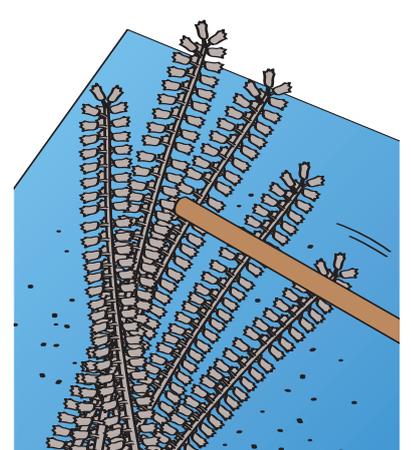
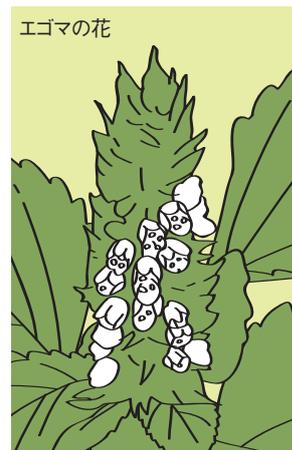


POINT

エゴマの葉の収穫を増やすためには、「摘芯」という作業が重要。上への成長を抑えて葉を育てる。

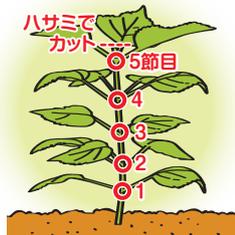
4. 140日～ 収穫(実)

9月ごろになるとエゴマの花が開花。実(種)は、花が落ちてから約30日ぐらいで収穫。風通しのいい日陰でよく乾燥させ、乾燥したら新聞紙やビニールの上のせて棒などで叩いて実を落とす。



エゴマの摘芯

- ① エゴマが下から数えて6節くらいまで生長したら、3～5節目あたりを摘芯する。
- ② プランターの大きさ、育てたいエゴマのサイズによって、3～5節のいずれかの個所を摘芯。5節目をハサミでカット。
- ③ 摘芯することで、これから側枝が伸びる。
- ④ その側枝に葉が4枚出たあたりで、側枝も摘芯。さらに側枝から孫枝をつけて収穫が増える。



平成29年産 えなコシヒカリ

～食べて地元農家を応援しましょう!～

お持ち帰り価格
¥2,090
(5kg税込)



昨年2月、食味コンテストにおいて2年連続「特A」ランクを受賞した「えなコシヒカリ」。29年産も美味しいお米になりました。JAとうとでは29年産の「えなコシヒカリ」を昨年10月より販売しています。販売店舗は経済店舗のほか、ホワイト支店、笠原支店、市之倉支店、下石支店、駄知支店、陶支店、上野町支店、土岐支店の金融店舗、農産物等直売所「きなあつ瑞浪」で販売しています。また、地元産「業務用精米」は経済店舗で取り扱っています。「えなコシヒカリ」、「業務用精米」ともに配達も賜りますので、是非ご利用ください。

※食味コンテストは毎年2月に開催されるため、平成29年産米は本年2月に評価を受けることになりました。



お問い合わせ先：JAとうと経済部 TEL 0572-68-5120