

食卓で使う今月の作物

ナス

ナスの原産地はインド。日本には8世紀ごろに伝わったといわれ、古くから食べられている野菜です。丸いもの、きんちゃく型、一口サイズの小さいものなどその種類はバラエティーに富んでいます。関西では長卵型のナスが多く栽培されています。



今年度の4月に入組しました新人職員です。先輩に色々な技術を教わり、頑張っていきます。

営農生活部 営農指導課(営農指導員)
井上 靖子

▼栽培のポイント

定植前に、完熟堆肥と化成肥料、油粕を全面に施用して、耕しておきます。その後、畝幅180cm、高さ15cmの植え付け床を作ります。定植は、株間60cm間隔で2条植えにし、深植えしないよう注意しましょう。定植後は、活着促進のため株の周囲に十分灌水します。

一番花が付いた枝とその下に出る側枝2本を残して、3本仕立てにします。通風や日当たりを良くするため、下の側芽は早めに摘み取りましょう。そして、追肥は定植してから2週間後に1回目を、その後は月1回のペースで3回、株の周囲に化成肥料を施します。

生育期間中は、アブラムシやテントウムシダマシ・ハダニ類の害虫が発生しやすいので、早めに防除しましょう。真夏になると木が弱って結実しにくくなるので、7月中旬頃に各枝の側枝を残して枝先を更新剪定します。

剪定後は、畝の肩部分に化成肥料を施し、秋ナスの収穫に備えます。収穫は、開花後15日〜20日くらいに大きくなった実をはさみで切り取ります。

【マメ知識①栄養】

ナスの90%は水

ビタミンC、B1、カリウム

ほとんどが水分でビタミンやミネラルは少ないナス。ナス紺と呼ばれる紫紺色の皮にはポリフェノールの一種が含まれており、活性酸素の働きを抑制し、動脈硬化や高血圧を予防する効果があるといわれます。

【マメ知識②おいしい時期】

6~9月

夏が旬。秋ナスというのは9月ごろのナスを指す。

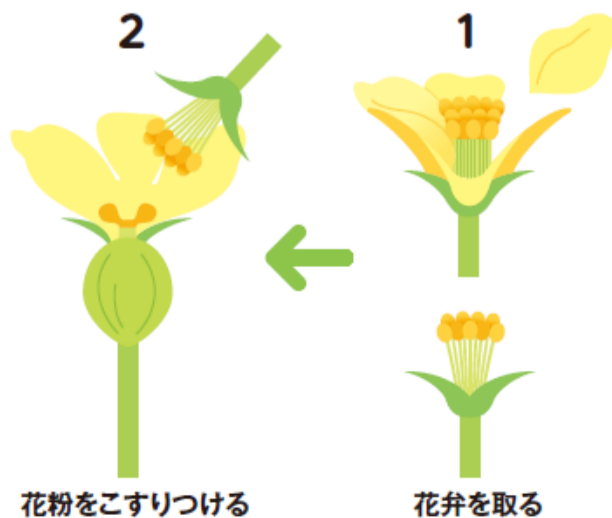
近年ではハウス栽培も増え、通年出荷されているナス。しかし、本来の旬は夏。「秋ナスは嫁に食わずな」のことわざは、「美味しいから」という意地悪と「身体を冷やすから」と気遣いの2通りの解釈があるそうです。

人工授粉

スイカ・メロン・カボチャなどのウリ科野菜は、確実に結実させるために人工授粉します。

◎手順

早朝に咲いた雄花を摘み取った後、花弁を取り除き、雌花の柱頭に花粉を丁寧にこすりつけます。授粉を終えたら、雌花に受粉日を書いたラベルを付けておきます。



花粉をこすりつける

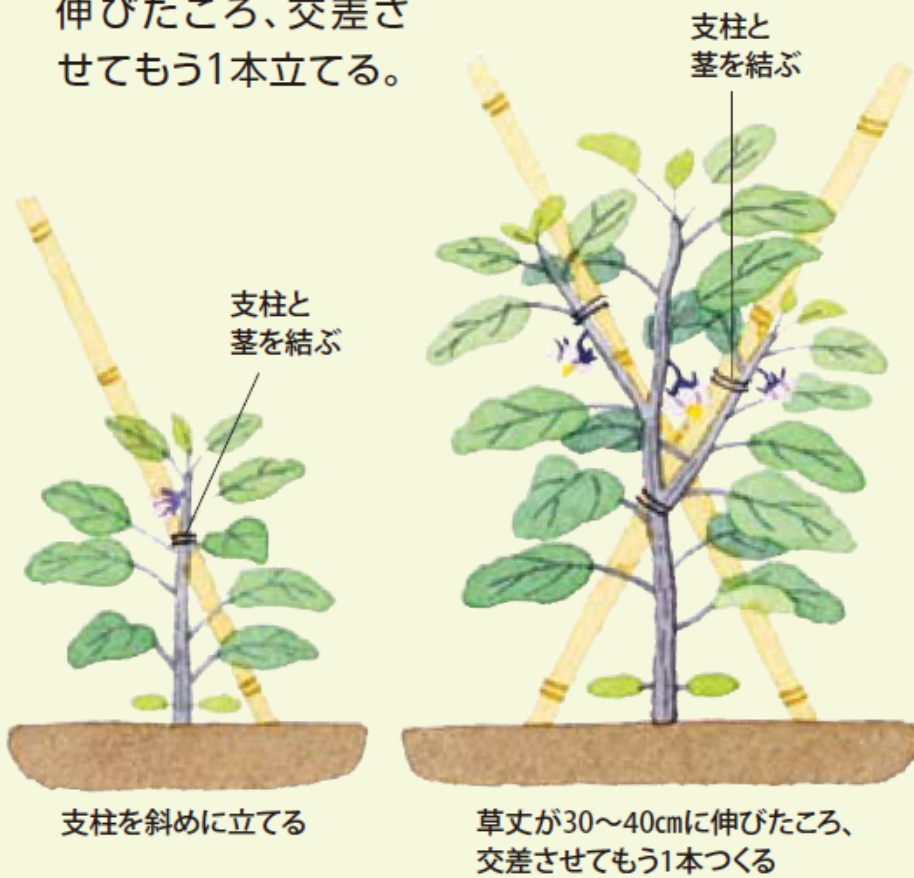
花弁を取る

◎ポイント

確実に結実させるため、絵画用の筆や耳かきの綿の部分などを使います。雄花は、その日のうちにしおれてしまえば、花粉の寿命が短いので、活力がある9時くらいまでに授粉させましょう。一つの雄花で2〜3個の雌花に授粉させることができます。

3 支柱立て・誘引

- 植え付け後、仮支柱を立てて誘因しておく。
- 草丈が30~40cmに伸びたころ、交差させてもう1本立てる。

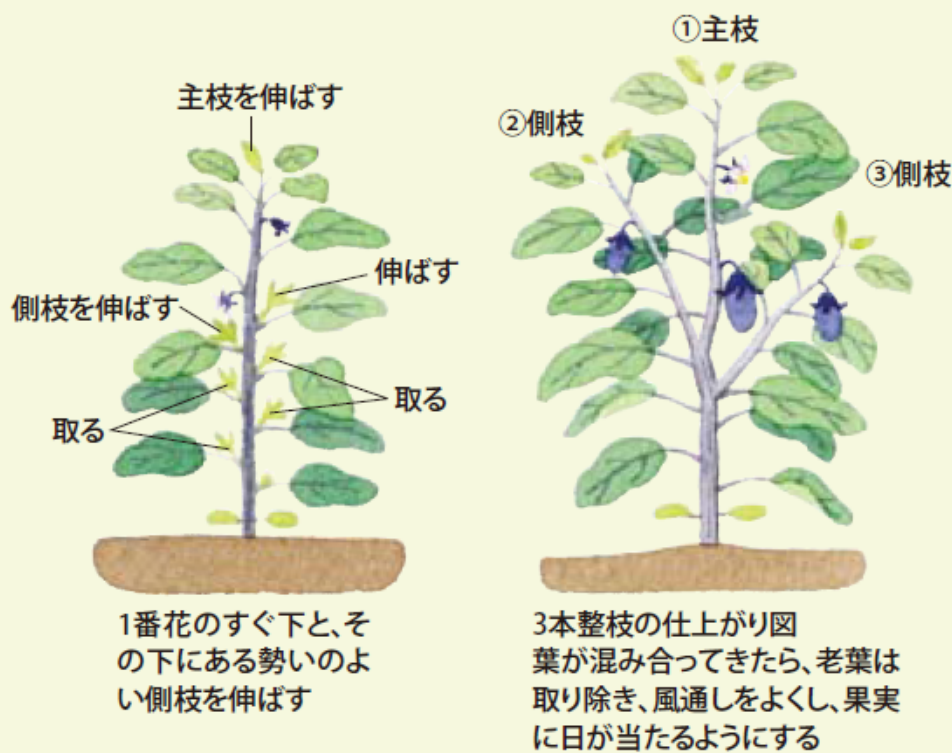


支柱を斜めに立てる

草丈が30~40cmに伸びたころ、交差させてもう1本つくる

4 整枝

- 成長すると枝が混み合ってくるので、わき芽を摘んで整枝する。
- 主枝とその下の太い2本のわき芽を伸ばす3本整枝が一般的。
- 葉が込み合ってきたら、老葉は摘除して風通しをよくし、果実に日が当たるようにする。



1番花のすぐ下と、その下にある勢いのよい側枝を伸ばす

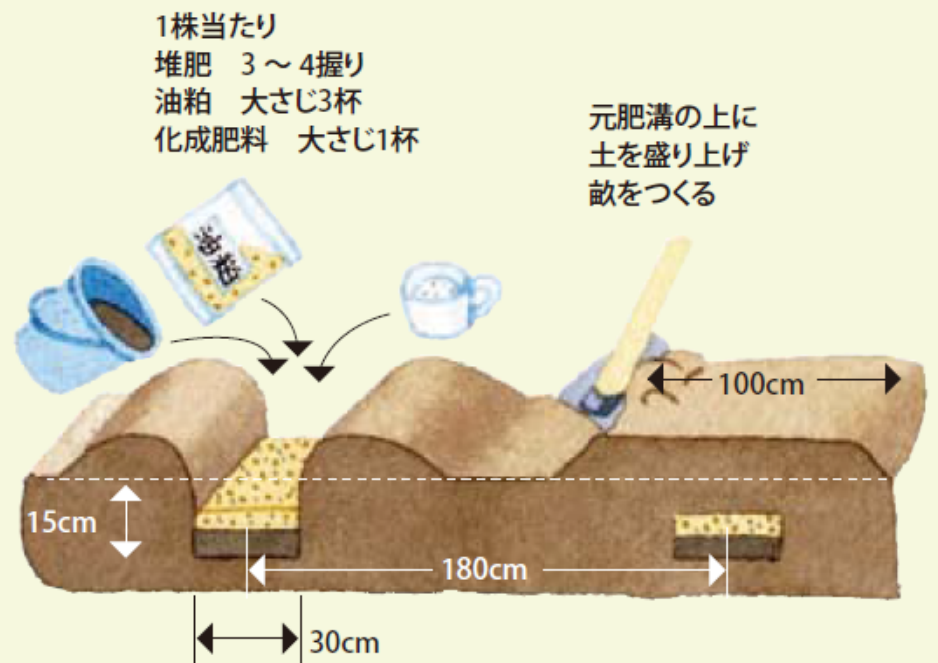
3本整枝の仕上がり図
葉が混み合ってきたら、老葉は取り除き、風通しをよくし、果実に日が当たるようにする

追肥

ナスは多肥を好むので、定植してから2週間後に1株当たり化成肥料を大さじ1杯施します。その後も1カ月に1度は様子を見ながら化成肥料を株のまわりに施しましょう。

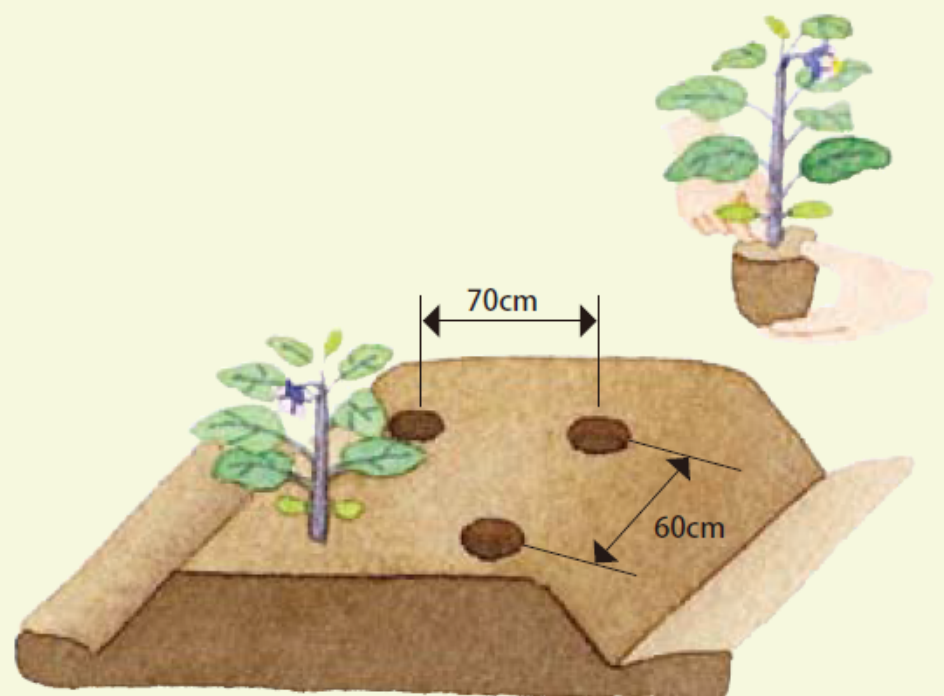
1 畑の準備

- 1株当たり、堆肥3~4握り、油粕大さじ3杯、化成肥料大さじ1杯を元肥として施す。
- 元肥溝の上に土を盛り上げ、畝を作る。



2 植え付け

- 晴天の暖かい日を選んで、2条植えで植える。1条植えの場合、畝幅は60cmにする。
- 苗の間は60cm程度確保する。
- 黒色ポリフィルムをマルチすると地温上昇、保湿、除草に有効。肥料の流亡も防げる。



苗について

購入苗の場合、小鉢が多いので、大きめの鉢に植え替えて再育苗します。葉が厚く、茎もしっかりと太くなり、1番花が咲き始めているところに定植します。