

# ピーマン (ナス科)

大型：ワンダーベル、パプリカ 中型：京みどり、京波  
小型：ししとう 甘長：伏見甘長

## 1 作業体系

月	5	6	7	8	9	10	
作業体系	定植 (初期トンネル)	収穫					
	◎ -----	□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□					
	定植 (露地)	収穫					
	◎ -----	□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□					

## 2 ここがポイント！

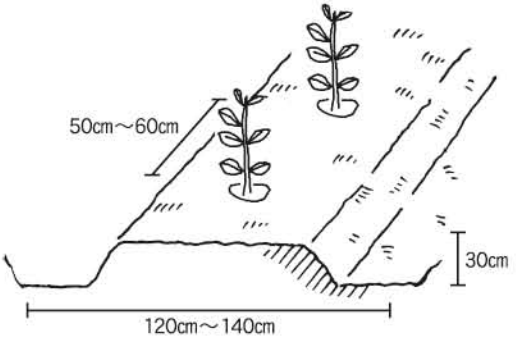
- ・品種は大型～小型まで数多くあり、用途に応じて選びます。
- ・発芽適温は28～30℃、生育適温は昼間25～30℃、夜間20℃です。
- ・ナス科野菜の連作は避けます。
- ・根は、浅根性で乾燥に弱いため、注意が必要です。
- ・高温性で、育苗期間が60～80日と長いため、購入苗の利用をおすすめします。

### ① 畑の準備

排水しやすい転作田が適します。堆肥を十分施し、地力を高めると共に、深く耕して根を少しでも深く張らせることが大切です。幅120～140cm、30cm以上の高畝にし、黒マルチをします。

### ② 植え付け

苗は、本葉10枚程度で葉が厚く、節間の短いガッチリしたものを選びます。1番花が咲く寸前に株間50～60cmで1条に植え仮支柱を立てます。



### ③ 整枝・支柱立て・敷き草

花は生長点に着花し、2本の芽が伸びてきます。1番果の下2本を残し、それ以外の枝は取り除きます。生育が進むと枝が増えて混み合うため、光が当たるよう適宜、整枝剪定を行います。

1番果を収穫するくらいまでに、株の両脇に支柱を立て、U字型に誘引していきます。梅雨明け後、地温の上昇を抑えるため、敷き草をします。

### ④ 追肥・かん水

追肥は、収穫開始後10～15日ごとに施し、成り疲れさせないようにします。乾燥に弱いため、通路部分が白く乾かない程度にかん水します。畝間かん水は早朝か夜間に行います。

### 3 施肥設計

10㎡あたりkg

肥料名（窒素－リン酸－加里）	基 肥	追 肥	備 考
土力のおかげ堆肥	50		・ 追肥は分けて施用します。
苦 土 石 灰	1.0～1.5		
BM苦土重焼燐（0－35－0）	0.4		
発酵鶏糞（2.4－7.5－4.4）	3.0～4.0		
野菜有機ペレット（10－5－7）	1.0	1.0～1.5	

### 4 収穫

大型品種は1果100g、中型品種は1果30gを目安に収穫します。収穫が遅れると品質が低下すると共に、樹勢も弱ります。

### 5 病虫害防除

ウイルス病に弱いため、初期のアブラムシに注意します。

地温が高くなると青枯れ病が発生しやすいため、排水を徹底し、敷き草や敷きワラ等で地温上昇を抑えます。

### 6 豆知識

ビタミンA、Cが豊富で、油炒めでも効果は落ちません。成人病予防の機能が豊かで、彩りも豊かな欠かせない緑黄色野菜の代表です。

（飛騨・美濃伝統野菜）

あじめコショウ

中津川市で栽培されています。果実は細長く、程よい辛さで風味があります。若採りすると辛みは少なく生食として利用できます。

		青ピーマン	赤ピーマン	シシトウ
ビタミンA（カロテン）	生	400 μg	1,100 μg	530 μg
	油炒め	420 μg	1,100 μg	540 μg
ビタミンC	生	76mg	170mg	57mg
	油炒め	79mg	180mg	49mg

五訂 日本食品標準分析表より（100gあたり）