



国消国産・地産地消に あたしもチャレンジ!



販売農家の皆さんはもちろんのことですが、「猫の額」の畑やプランター栽培も、国消国産・地産地消につながっています。

野菜作りの楽しみは、まずは種選びから。おおまかな品種選びのポイントと、8~9ページでは広報誌に寄せられた皆さんからのお便りを紹介します。



品種の選び方 野菜作りの第1歩

野菜の品種を選ぶ時のポイントは、
①その土地の気候や栽培時期に合っているか
②病気や害虫に強く、作りやすいか
③利用・調理に適しているかなどを見極めることです。

販売農家では、家庭菜園を新しい野菜、品種の試作に活用するのにも良いでしょう。

【絵袋を確認】

種苗会社のカタログや絵袋には大切な情報がコンパクトに記載されています(図1)。

・作りやすさ、耐病性、耐寒性などの特徴

アブラナ科野菜では名前に「CR」が付いていれば根こぶ病に強い品種、「YR」は萎黄病に強い品種です。病気に強い品種を選び、少ない農薬で作りたいでしょう。また、冬の野菜では耐寒性、夏の野菜では耐暑性があれば安心です。

・発芽・生育適温など

発芽や生育に関する温度や発芽までの日数などが記されています。種まき時期の目安にしましょう。生育の短い品種を「早生」、長い品種を「晩生」、こ

れらの中間を「中生」と呼びます。例えば、タマネギの早晩性(早生・晩生)の性質のどれに当てはまるかと貯蔵性は深い関わりがあり、早生品種は貯蔵性が低く、晩生品種は貯蔵性に優れています(図2)。ハクサイやスイートコーンでは早晩性が80日や90日などの生育日数で示されることもあります。

【栽培指針をチェック】

地域で定着している品種をJAで作成する栽培指針で調べたり、種苗取扱店などで聞いたりしてみましよう。こうした品種を作り比べると、我が家に適した品種選びができます。また、栽培指針には地域の栽培カレンダー(作型図)が示されているので、これに沿って作業を行います。

・ミニ野菜

【話題の品種】

密植ができて栽培期間が短く、作りやすい品種が多くあります。ハクサイ、カボチャ、カリフラワー、ダイコンには、食味の良い品種がたくさんあります。

・新顔野菜に挑戦

未知の野菜には作る楽しみと食べる楽しみがあり、食卓での会話も弾むでしょう。イタリア野菜には話題の品種がいろいろあります。

・機能性野菜に注目

赤、黄、紫などの色素には健康に良い機能があるといわれています。リコピンの多いトマト、ベータカロテンを多く含むニンジン、ケルセチンに加え、アントシアニンを多く含む赤タマネギなどがあります。

図1 絵袋の表記(例)

ホーム桃太郎		
品種の特徴		
発芽適温	生育適温	発芽日数
.....
まき時と収穫期 月 3 4 5 6 7 8 9 10 冷涼地 中間・暖地		
栽培方法 ① 種まき ② 定植 ③ 収穫		
有効期限 2023年10月 発芽率85%以上 生産地 長野県 ○○種苗株式会社		

図2 タマネギの栽培カレンダー(作型図)



私の“マイベスト野菜” & “育ててみたい野菜”

広報誌10月号～12月号で「今まで育てたことのある“マイベスト野菜”と“育ててみたい野菜”」を読者の皆さんに募集したところ、たくさんの回答をいただきました。ありがとうございました。

今回はそのお便りの一部とそれに対するアドバイス・コメントを“JAから一言”として紹介させていただきます。一緒に春からの野菜作り談議に花を咲かせましょう。

私の“マイベスト野菜”

ミニトマト(アイコ)

ミニトマト(アイコ)は2株でトータル1,300個以上採れました。 恵那市岩村町 Kさん



JAから一言

1,300個はすごいですね!ミニトマトは品種が多くて、色や味の特徴が様々です。初心者でもはじめやすく利用も幅広いミニトマトはおすすめです!

レタス

レタスを今年から育てています。朝の食卓、モーニングの主演になっています。

中津川市福岡 Hさん



JAから一言

種まきから発芽までは新聞紙で覆い、乾燥を防ぎましょう。育苗中は強い日差しを避けるの良い苗ができます。

ツルムラサキ

ツルムラサキです。次々に葉をつけ、霜がおりるまで食べられます。やわらかくて、ぬめりがあり、おひたしにすると最高です。



恵那市長島町 Aさん

オクラ

去年と今年とオクラを育てました。夏になにかと役に立つ野菜ですし、大きくなりすぎたものは子どもがハンコとして遊んでいました!

中津川市落合 Oさん



エダマメ

失敗しないエダマメです!夏のお供、ビールに1番合います。

中津川市苗木 Nさん



ジャガイモ

ジャガイモを作っ
て3年目。



1年目はキタアカリを初めて作りました。すごく美味しかったので、2年目も作りましたが、植えるのが遅かったことが災いし、収穫時は雨続きでなかなか採れませんでした。半分くらい保存中に腐ってしまいました。「今年は早め」と思い種芋を買いに行きましたが、キタアカリはどこも売り切れで仕方なくサヤアカネを買いました。

次の日、お店にキタアカリが沢山出ていて「えー、安い」という感じでした。両方植えましたよ。サヤアカネもコロッケなどに使用し美味しかった。

中津川市蛭川 Tさん

JAから一言

実は3～5日と収穫時期が短いエダマメ。見極め方はさやが膨らんで、指で押さえると中の豆が飛び出すようになれば収穫の時期。遅れると実が固くなりますが、ゆでれば柔らかくなります。

私の“育ててみたい野菜”



白ナス

白ナスを頂いて食べてみたらトロップとしていておいしかった。そのため作ってみたんですが、病気になったのか上手に作れませんでした。

恵那市山岡町 Kさん

JAから一言

ナスに多い病気として、株の片側だけ葉が黄色くなったり、しおれる半身萎凋病や、葉がしおれてやがて枯死する青枯病あおがれびょうがあります。なった場合は菌が移らないようにしながら、病気になった株を取り除きます。こうした病気は土壌に常に存在する菌が増えることで起こり、一度出ると何年も影響があります。翌年以降のナス栽培は、土壌病害に強い接木苗の使用や、可能であれば栽培する畑や場所を替えてみましょう。



ツルナ

ツルナです！ホウレンソウのようで、臭みなく食べやすく貧血の人にも良いと聞いています。

中津川市付知町 Yさん

JAから一言

お店では売っていない野菜ができるのは家庭菜園の醍醐味ですね！ツルナは動脈硬化や心筋梗塞の予防になるβカロテンや骨粗しょう症の治療薬とも知られるビタミンKが多く含まれています。

長ナス

長ナスを知人から頂きとてもおいしかったので作ってみたいです。

恵那市岩村町 Kさん



ニラ

ニラを育ててみたいです。夫がニラが好きで、毎日のようにスーパーで買っています。我が家で収穫できたらうれしいです。

恵那市飯地町 Kさん

JAから一言

秋に種まきし、翌年3～4月に植えつけ、夏～秋まで株を育てるとよいニラができるようです。少し時間のかかる野菜ですが、何度でも刈り取って収穫できるのでぜひ挑戦してください。

大豆、黒豆、小豆

私は大豆、黒豆、小豆を上手に作りたいと毎年挑戦するのですが、一度もうまく出来ていません。いつも葉ばかりで実は少しだけです。何とか上手にたくさんの実を収穫したいと思っています。

恵那市中野方町 Kさん

JAから一言

実が少なくなる原因の1つとして考えられるのが“つるぼけ”です。土中の窒素が多くなっている可能性があります。施肥が多かったり、前年作の肥料が残っていることも考えられますので振り返ってみてください。

ズッキーニ

なかなかうまく育てられません。

中津川市蛭川 Dさん

JAから一言

ズッキーニは人の手で受粉することをおすすめします。受粉が不十分だと形や色の良くない実になります。受粉時は晴天9時に真に雄花を摘み取って雌花に花粉をつけます。ズッキーニはウイルス病やうどんこ病が発生しやすく、花に灰色カビ病がでて果実が腐ってしまうこともあります。害虫では、アブラムシ、ウリハムシが多く発生しやすいので、被害が大きくなる前に防除します。

家庭菜園から国消国産、地産地消を実践してみよう

国民が必要として消費する食料は、出来るだけその国で生産する“国消国産”と、地元で生産されたものを地元で消費する“地産地消”をJAひがしみのが推進します。

下記のJAのお店では種や苗、生産資材を販売しています。「JAの苗はやっぱりいい苗だね！」そんな嬉しい言葉もいただいています。また、グリーンセンターの産直会員になって自分の手がけた野菜を売ることもできますよ。

JAグリーンセンターは農家だけではなく地域の皆さんにご利用いただけるお店です。

		定休日	電話番号
中津川グリーンセンター	(4月～9月) 午前8時半～午後6時半 (10月～3月) 午前9時～午後6時	水曜日	0573-62-4147
えなグリーンセンター	午前9時～午後6時	水曜日	0573-20-2636
恵南アグリセンター生産資材取扱所	午前9時～午後5時半	水、木曜日※1	0573-56-3430
恵那北グリーンセンター	午前9時～午後6時	第1月曜日※2	0573-72-2233

※1令和5年2月1日からは毎週水・日曜日定休となります。※2令和5年2月1日からは毎週月曜日定休となります。