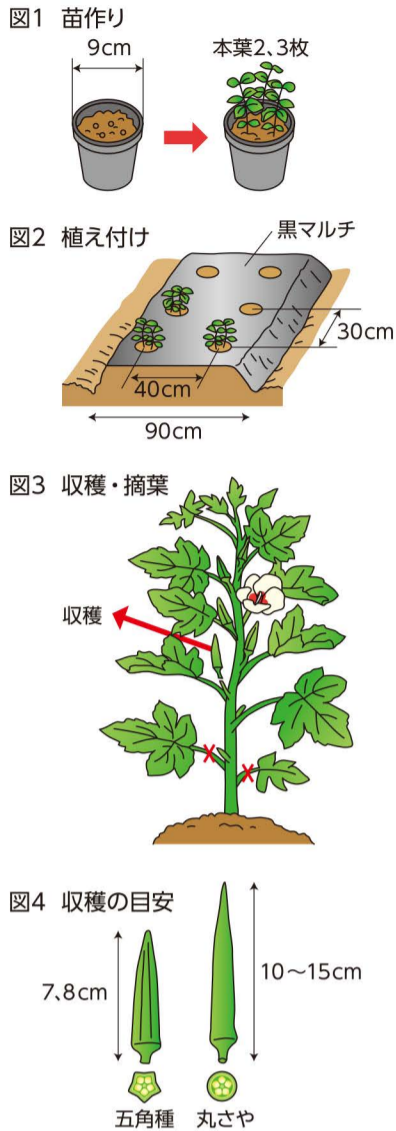


彩
・
菜
・
栽

2026年
4月

園芸研究家 ● 成松次郎



栽培カレンダー (オクラ)

	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
冷涼地			●	▲	○	■	■	
中間地	●	▲	○	■	■			
暖地	●	▲	○	■	■			

● 種まき ▲ 苗作り ○ 植え付け ○ トンネル ■ 生育 ■ 収穫

オクラ 密植栽培で生長を抑えて柔らかい実を楽しむ

アフリカ原産のオクラは暑さに強く、真夏に美しい黄色の花が次々に咲いて、実になります。一方で寒さには弱く、10度以下の低温になると生育が停止してしまいます。

【品種】

「アーリーファイブ」(タキイ種苗)、「ピークファイブ」(サカタのタネ)、「ブルースカイ」(ヴィルモランみかど)などの五角種や、大きく育っても堅くなりにくい丸さや種の「ヘルシエ」(タキイ種苗)、「みどり丸ノ助」(サカタのタネ)などがあります。

【畑の準備】 *NPK=窒素・リン酸・カリ

植え付け2週間前に1平方m当たり苦土石灰100g程度を散布して耕耘しておきます。次に、1週間前に化成肥料(NPK*各成分10%)200gと堆肥2kgを施して土とよく混ぜておきます。元肥の窒素量が多いと実の付きが悪くなるので注意が必要です。2条植えではベッド幅は約90cmにし、地温を確保するため黒マルチを張ります。

【種まき】

高温性のため、まだ地温が低い時期に早まきしても発芽しにくく育ちも悪くなってしまいます。地温が15度以上になってから種まきします。



ポットで栽培して植え替える場合は、9cmポリポットに4、5粒まき、発芽後の間引きはしません(図1)。間引かずに栽培することで生長を抑制し、実が堅くなることを抑えます。じかまきでは株間30cm間隔に5、6粒の種をまき、1cmほど覆土して軽く鎮圧します。種は強く吸水しにくいので、一晩水に漬けてからまくと良いでしょう。

【管理】

2条植え(または、じかまき)では条間約40cm、株間約30cmとし、本葉2、3枚の間引きをしない苗を植え付けます(図2)。じかまきでは本葉2、3枚のときに間引いて4本残します。

追肥は、1回目の収穫の開始時期に1平方m当たり化成肥料30g、それ以降は

月2回、1回当たり1平方m当たり50gを与えます。マルチ栽培では、マルチをめぐって畝の両側に化成肥料を散布します。

収穫ごとに着果した節の下の葉1、2枚を残し、その下の葉を取り除きます(図3)。摘葉は通風、採光が良くなり側枝の発生と着果を促します。

【病害虫防除】

アブラムシ、カメムシ、ハスモンヨトウは登録農薬で早めに防除します。なお、ネコブセンチュウが根に付くと生育が悪くなるので、前年作の野菜に被害があれば、他の畑または別の畝を選びましょう。

【収穫】

開花後7〜10日の若いさを、五角種は長さ7、8cm、丸さや種は長さ10〜15cmで収穫します(図4)。日照不足や低温が原因で、実に米粒大の突起物ができる「いぼ果」となる場合がありますが、食べても差し支えありません。

みんなのコンテナ菜園

葉じそ 刺身のつま、薬味、天ぷらに



「大葉青しそ」生育旺盛で栽培しやすい葉ジソ

種まきはGWから6月中旬までに

発芽適温は20〜25度と高めです。種は皮が硬く、発芽に光が必要なので、種まき前に芽出し処理し、覆土を薄くして、4月下旬までは保温して出芽させます。

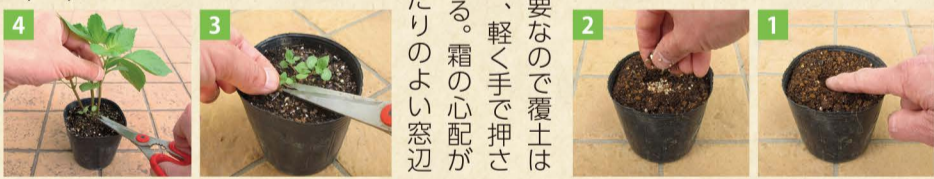
シソは花が咲くと葉の収穫が難しくなるので、種まきは日長が14時間を超えるゴールデンウィークから6月中旬ごろまでにすると長く収穫できます。

1 種まき

種まきの2日前から種を水に漬け、朝晩に水を替え芽出し処理する。直径9cmほどのポリ鉢へ培養土を入れ、真ん中に深さ5mmほどのくぼみをつけ、種10粒ほどをまく(写真1)。発芽に必要なので覆土はごく薄くかけ(写真2)、軽く手で押さえ、やさしく水やりする。霜の心配がなくなるまでは日当たりのよい窓辺で育て、出芽後は外で育てる。

2 間引き・植え付け

種まき後6〜8日で芽が出る。本葉2枚までにはさみで3株に間引く(写真3)。さらに種まき後30〜40日に種まき後30〜40日、本葉6枚で1株ずつ、



直径30cmのポリ鉢(約15L)に培養土とB化成約38gを混ぜ入れ植え付ける(写真5)。植え付け後はたっぷり水やりする。

3 収穫・追肥

収穫は植え付け後30日ほど、本葉10枚から行う。最初の収穫から1週間おきに化成肥料(NPK各成分8-8-8)約1gを施し(写真7)、水やりする。

4 摘葉・整枝

枝や葉が混みあい暗くなると、花芽ができやすく風通しが悪く病気も出やすくなるため、側枝を4〜5本に整理し、下葉も取り除く(写真8、左)。整枝前、右：整枝後。



乾燥を嫌い、土の水分と栄養が少ないと、葉が小さく色も薄くなるのでまめに追肥と水やりをする。特に梅雨明け後は乾きやすいので半日陰に移動するのも方法。高温期に乾燥すると葉裏にハダニ類が大量発生して品質を損なうので毎日の水やりとともに見つけたら霧吹きなどで洗い落とすように。

写真・文：園芸研究家 淡野一郎
写真©ICHIRO AWANO