

あなたもチャレンジ！ 家庭菜園

煮物にしても色鮮やか チンゲンサイ

板木技術士事務所●板木利隆

中国華中地方の原産で漢名は「青梗菜」。戦後中国から導入、または過去のものが再導入された野菜は多いのですが、根付いたものは少数しかありません。その数少ない例がチンゲンサイなのです。

人気のもと、火を通すと緑色が鮮やかさを増し、煮崩れ、目減りが少なく、あくがないなど、煮物、炒め物、おひたし、あるいは漬物にと、使い道が広いからです。

冷涼な気候を好み、生育適温は 15～22 度ですが、暑さ寒さにも葉茎菜類のうちではかなり耐える方で、4 月下旬～9 月中旬まで幅広く種まきでき、育てやすいので家庭菜園には打ってつけです。

畑にじかまき、または育苗して植え付け、両方できますが、長期間収穫を楽しむにはじかまき、畑の回転を良くするには育苗を、と使い分けます。

じかまきの場合には、まず全面に完熟堆肥、油かす、化成肥料を 15cm くらいの深さに耕し込み、準備しておいた畑に、くわ幅より広めの 18～20cm 幅のまき溝を作り、2～3cm 間隔に、満遍なく種をまきます。覆土は 5～6mm ぐらいとし、夏に向かう栽培では防乾、防暑のために、その上に切りわらまたはもみ殻などを薄く敷いておきます。

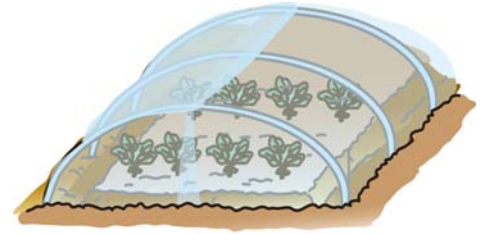
発芽したら本葉 2～3 枚の頃 4～5cm 間隔に間引きます。その後も逐次間引き、最終株間を夏は 16～17cm、冬は 14～15cm ぐらいにします。まき溝の幅を広くしておいたのは、間引きながら次々に収穫し、長い間収穫を楽しむためです。

生育中 15～20 日に 1 回、列の両側に肥料をばらまき、くわで軽く土に耕し込むようにしながら中耕します。

高温期にはアブラナ科野菜共通のコナガ、ヨトウムシなど害虫にやられやすいので、べた掛け資材やネット類を被覆したり、薬剤散布したりして防除します。

下の方の葉に隙間ができるので、泥はねにより葉が汚れやすいですが、これを防ぐにはフィルムマルチが有効です。この場合にはセルトレイ（128～200 穴）に種まきし、本葉 5～6 枚の苗に仕上げ穴開きマルチを敷いた畑に植え付けます。じかまきの場合には穴開きマルチフィルムに、1 穴 4～5 粒まき、育つにつれて間引き、草丈 4～5 枚の頃 1 本立ちにします。

種まき後春は 45～55 日、夏は 35～45 日、冬は 50～65 日たち草丈が 15～20cm、150g ぐらいに育ったら収穫適期です。夏には株張りが悪く軟弱なものになりやすいです。株間を広く取り、肥切れさせずにしっかりしたものに育て上げましょう。



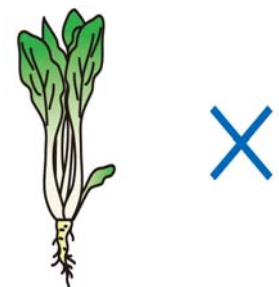
高温期の害虫防除には防虫ネットやべた掛け資材が有効



葉が長く下の方が膨らみ中ほどがくびれているものが優品



春早くまき過ぎると低温に遭いとう立ちしてしまう



夏株間が狭いと軟弱になりやすい