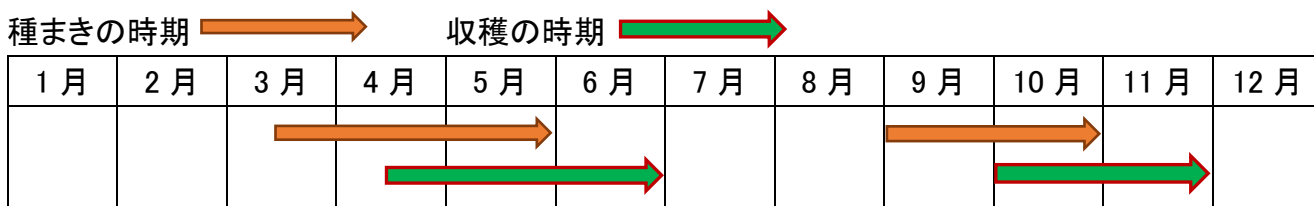


# ダンボール堆肥を使った花・野菜の植え方・育て方

※枚方市「食べのこサンデー」普及・啓発に向けた取り組み

## 「二十日大根(ラディッシュ)」の植え方・育て方(プランター等容器を使用した方法)



※地球温暖化の影響もあり枚方市では、年間を通じて「植え付け」・「収穫」が可能です。真夏日が続く7月～8月、寒さの厳しい12月～2月の間は種まきには向きません。

### 【植え方・育て方】

60cm プランターの底に鉢底石を敷き、ダンボール堆肥と真砂土(園芸用土でも可)をよく混ぜ合わせた「培養土」を9分目まで入れます。(混ぜ合わせる際には、元肥となる化成肥料少量と苦土石灰を適量混ぜ合わせ、1週間程度ねかせてから使用すると成長が良くなります。また、根菜を植えられる深さのあるプランターを選びましょう。)

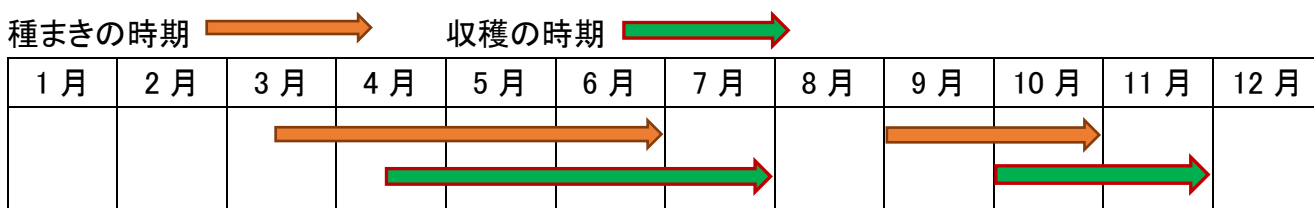
植え付けは、『条まき』(プランターの長い方の辺に沿って1.5cm程度凹ませた「まき溝」をまっすぐに2本引く。)という方法で種を植え付けます。

種まきは、等間隔で1cmあけ、植え付けた種の上には薄く(5mm程度)砂などで覆土します。

種まき後は、種が流れないように注意しながら朝夕に水やりをします。(朝夕どちらかでもよい。)

新芽が出そろい根の成長が見られると間引きが必要になります。株と株の間隔を5cm程度あけられるよう間引きします。収穫までは概ね1ヶ月の期間が必要です。

## 「小松菜(チンゲン菜)」の植え方・育て方(プランター等容器を使用した方法)



※枚方市の気候でも比較的栽培しやすいのが「小松菜」や「チンゲン菜」などの葉野菜になります。小型種のチンゲン菜は、収穫までの期間も早いことから、初級編としてチャレンジしやすい品種といえます。

### 【植え方・育て方】

60cm プランターの底に鉢底石を敷き、ダンボール堆肥と真砂土(園芸用土でも可)をよく混ぜ合わせた「培養土」を8分目まで入れます。

植え付けは、プランター全体へできるだけ種が重ならないように「ばらまき」して砂で軽く(5mm程度)覆土します。

種まき後は、種が流れないように注意しながら朝夕水やりをする。(朝夕どちらかでもよい。)3～4日で発芽しますが、本葉が1～2枚になれば3cm程度の間隔があくよう間引きし、本葉が3～4枚になれば間隔を5cm程度あけるよう間引きしてください。収穫までは概ね1ヶ月の期間が必要です。

**※チンゲン菜は、小松菜と同様の植え方・育て方で収穫できます。**

## 「ホウレン草」の植え方・育て方(プランター等容器を使用した方法)



※ホウレン草の旬は冬です。枚方市で甘みが強い美味しいホウレン草を育てたい場合は、秋まきで葉を冬の寒さにあて、1月の終わりから2月にかけて収穫するのがよいでしょう。3月の終盤から4月いっぱい春まきも可能です。

### 【植え方・育て方】

60cm プランターの底に鉢底石を敷き、ダンボール堆肥と真砂土(園芸用土でも可)、石灰を入れてよく混ぜ合わせ中性にした「培養土」を8分目まで入れます。(ホウレン草は酸性を嫌います。)

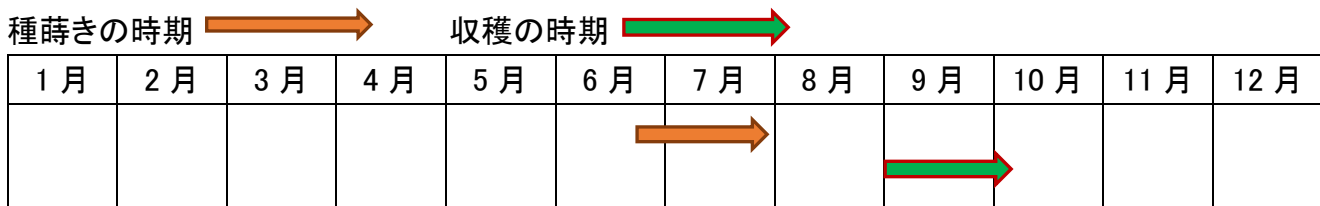
植え付けは、二十日大根と同様に2本のまき溝へ2cm~3cmの間隔で種を植え付け、砂で軽く(5mm程度)覆土します。

ホウレン草は、発芽しにくいことからティッシュペーパー等に包み一晩水に浸け、2~3日間日陰におくと芽出しできます。種まき後は、種が流れないよう注意しながら朝夕水やりをしてください。(朝夕どちらかでもよい。)

本葉が1~2枚になれば3cm程度の間隔があくよう間引きし、本葉が3~4枚になれば間隔を5cm程度あけるよう間引きしてください。

2回目の間引きの際に株の根元へ土寄せを行い、緩効性肥料を与えてください。草丈が20cm~30cmに育てば収穫時期となります。

## 「青ネギ」の植え方・育て方(プランター等容器を使用した方法)



※枚方市の気候でも難なく育つのが「青ネギ」です。お味噌汁の薬味として、また、料理の色合いとして何にでも使える「青ネギ」。是非、栽培してください。

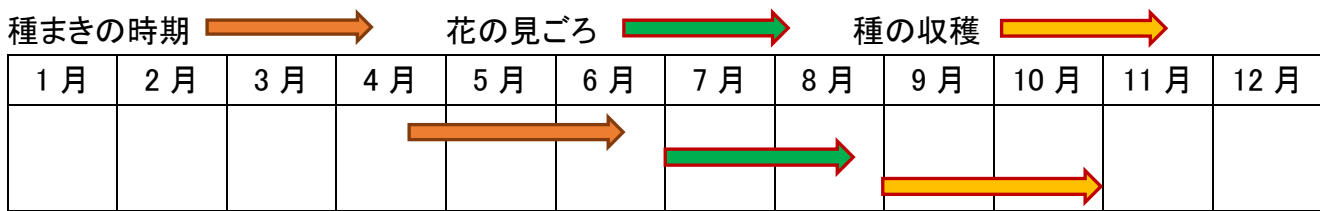
### 【植え方・育て方】

青ネギは、種から植え付けることもできますが、スーパーマーケットなどで購入した根の部分だけを植え付ける方法でも栽培は可能です。種から栽培する場合は、6月後半から7月一杯までの間がまき頃となり、60cmプランターの底に鉢底石を敷き、ダンボール堆肥と真砂土(園芸用土でも可)、石灰を入れてよく混ぜ合わせた「培養土」へ、二十日大根などと同様に条まきで植え付けます。

軽く覆土をして水やりをしっかりとすれば2カ月程度で収穫は可能です。根の部分を残して収穫することで、繰り返し収穫できる非常に便利な野菜です。

米ぬかや、お米のとぎ汁を肥料の代替として利用できる「お手軽野菜」です。

## 「ヒマワリ」の植え方・育て方(地植えによる方法)



ヒマワリは、枚方市でも大きく育ち大輪の花を咲かせます。北アメリカ原産のキク科ヒマワリ属の一年草で太陽に向かい花を咲かせることから漢字では「向日葵」と書きます。ずっしりした太い茎に緑色の大きな葉と、オレンジ色のガクがよく映えます。

### 【植え方・育て方】

ヒマワリは一年草です。種をまいた後に植え替えの必要はありませんので地植えを基本としてください。

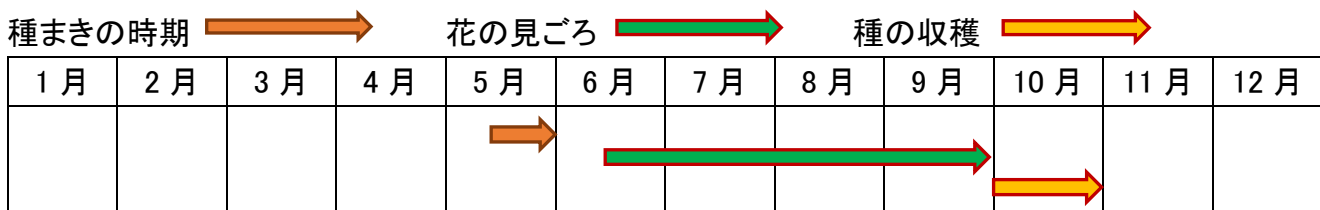
直径 5cm をこえる太い茎、背丈も 2m をこえます。ですから、ヒマワリの栽培は、事前に植え付けても支障のない場所を探すことから始めてください。土は水はけの良い中性から弱酸性を好むため、ダンボール堆肥と石灰を植え付ける場所の土とよく混ぜ合わせ(割合:土 7+ダンボール堆肥 3)、1週間程度ねかせてから種を植えます。

今回、配布しているヒマワリは、草丈が高くなる高性種のため、種を植える間隔は最低 30cm 必要です。深さ 2cm 程度の穴をあけ、種を植えたら 1cm 程度覆土するようにしてください。(3 粒蒔き、発芽したら元気の良いものを残して間引きます。)

発芽までは 2 週間程度を要しますが、水を切らさないよう毎日適度に水やりをして下さい。また施肥については、花がつくまで緩効性肥料(花付きを良くするため、リン酸を多く含んだもの)を与えてください。

花が咲き終わると種子が膨らみ始めますので、十分に膨らんだ段階で収穫し、よく乾かしてから保存しましょう。

## 「アサガオ」の植え方・育て方(植木鉢等容器を使用した方法)



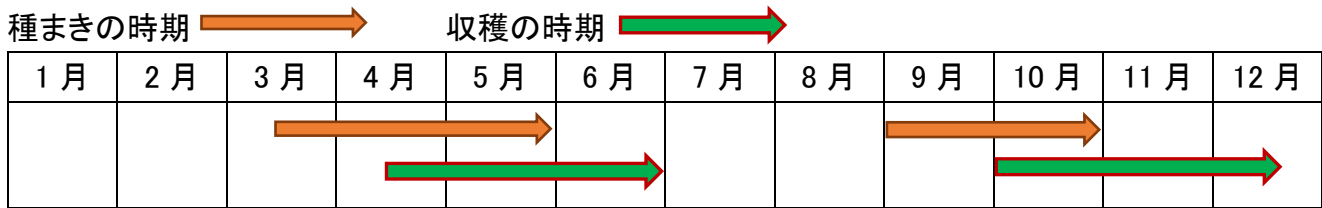
近年、夏場の「緑のカーテン」として、琉球アサガオ(多年草)を育てる方が増えていますが、今回、配布しているアサガオは一年草で種ができる品種です。地球温暖化の影響もあり、夏の風物詩であったアサガオは、枚方市の気候(真夏日が長く続く)では、夏場に花をつけることが難しくなっています。炎天下の中では水のやり方に注意してください。管理場所によっては直射日光のあたる時間帯に、水やりをすると根が焼けて枯れてしまいます。8月下旬から9月にかけて、気温が下がってくると花数を増やします。

### 【植え方・育て方】

植木鉢に植える場合、夏の平均気温が高い枚方市では、水切れを起こさないよう十分に注意しなければなりません。5月の中旬がまき頃になりますが、アサガオは中性から弱アルカリ性土壌を好むため、真砂土 5+ダンボール堆肥 4+川砂 1 と石灰をよく混ぜ合わせた土を 2 週間程度ねかせてから使用するとよいでしょう。

種まき前に一晚種を水に浸けておくと発芽しやすくなります。毎日、朝夕に水やりして管理すると 1 カ月半程度で花をつけます。週に 1 度薄めの液体肥料を与えると葉色が濃くなり花数も増やします。

## 「ミニキャロット」の植え方・育て方(プランター等容器を使用した方法)



※枚方市の気候では、春まきと秋まきの年 2 回植え付けができます。平均気温が 15℃をこえると種まきに適した時期になります。

### 【植え方・育て方】

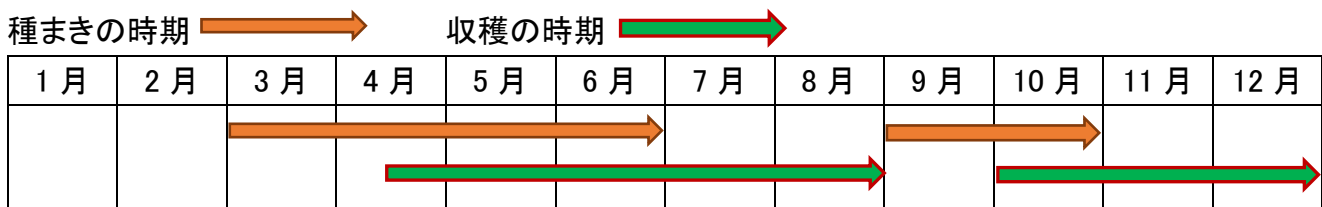
60cm プランターの底に鉢底石を敷き、ダンボール堆肥と真砂土(園芸用土でも可)をよく混ぜ合わせた「培養土」を 9 分目まで入れます。(混ぜ合わせる際には、元肥となる化成肥料少量と苦土石灰を適量混ぜ合わせ、1 週間程度ねかせてから使用すると成長が良くなります。また、根菜を植えられる深さのあるプランターを選びましょう。)

種まきは、プランター全体に重ならないよう「ばらまき」して薄く(5 mm程度)砂などで覆土します。

種まき後は、直射日光のあたらない明るい場所で管理し、種が流れないように注意しながら朝夕に水やりをします。(朝夕どちらかでもよい。)

新芽が出そろうって本葉が2~3枚になると株間を 3cm になるよう間引きします。根のふくらみが見られたら根元に土寄せをして太さが 1.5cm をこえれば収穫時期になります。

## 「小カブ」の植え方・育て方(プランター等容器を使用した方法)



※枚方市の気候では、春まきと秋まきの年 2 回植え付けができます。平均気温が 15℃をこえると種まきに適した時期になります。

### 【植え方・育て方】

60cm プランターの底に鉢底石を敷き、ダンボール堆肥と真砂土(園芸用土でも可)をよく混ぜ合わせた「培養土」を 9 分目まで入れます。(混ぜ合わせる際には、元肥となる化成肥料少量と苦土石灰を適量混ぜ合わせ、1 週間程度ねかせてから使用すると成長が良くなります。また、根菜を植えられる深さのあるプランターを選びましょう。)

植え付けは、『条まき』(プランターの中央に長い方の辺に沿ってまっすぐ 1.5cm 程度凹ませた「まき溝」を 2 本引き、種をまいた上に 5 mm程度覆土する。)で種を植え付けます。

カブは真夏の暑さを嫌うことから春先、秋口の年 2 回 15℃~20℃の気温で種まきをします。根径が 5cm 程度になれば収穫時期になりますが、それまでの間に適宜間引きが必要になります。

美味しく育てる秘訣は、植え付け時期を秋まきとすることです。冬の寒さにあてることで、より甘さが引き立つ「かぶ」へと成長します。