

POINT ①  
連作障害の  
回避が容易



狭い農地で同じような野菜ばかりを育てていると、「連作障害」といって徐々に作物の生育が悪くなってしまいます。それを避けるために、別の作物を栽培するなど、複数の野菜をローテーションさせることがほぼ必須になります。プランター菜園の場合は、土をまるごと入れ替えることが可能なので、安価な土を購入し使い捨てにすることで、このような問題を根本から回避することが可能です。つまり、専門的な小難しいことを考えずに、育てたい時に育てたい野菜を自由に育てることができます。また、土をリサイクルする場合も、前に何を育てたのかを記載した袋などにストックしておきローテーションさせながら使うようにすると、プランター一つで柔軟に好きな野菜を育てることが可能です。

POINT ③  
土を選べる



これもプランター菜園ならではの魅力です。世の中にはいろいろな種類の土があります。自然の土を自分でブレンドしてオリジナル培養土を作って楽しむこともできますし、様々な銘柄の市販培養土を試してみることもできます。当然ながら、土によって野菜の味に違いが出ます。畑の場合はそこにある土を使う以外ありませんが、プランターの場合は土そのものを自由に選ぶことができ、それによって育てる野菜を自分好みにできるという魅力があるのです。いい土には、いい野菜が育つといわれますが、プランターなら畑以上にこだわり抜いた野菜を育てることができるというわけです。

POINT ②  
無農薬栽培が  
しやすい



せっかく自分で野菜を育てるのなら、安全な無農薬にこだわりたいもの。畑の場合は土の中を経由して侵入する害虫の影響避けられないため、防虫ネットを使用したとしても虫害を完全に防ぐことは困難です。プランターの場合は、側面、底面がプランターによって外界と完全に遮断されているため、ここから害虫が侵入する恐れはありません。害虫の侵入は必ずプランターの上部からということになりますので、上面をしっかりネットで塞ぐことができれば、虫害を回避することが可能になります。つまり、畑の場合は技術がいくら高くても自然の影響が完全に避けられないところがありますが、プランターの場合は技術次第で無農薬でもとてもきれいな野菜を育てることができるのです。

POINT ④  
移動できる



プランターは移動することができます。普段は日当たりのよい庭の真ん中においてある野菜も、台風の時には風の少ない軒先に移動することが可能です。地味なことですが、特に果菜の場合、長い月日をかけて育てた収穫間際の実が、台風で成すすべもなく全部落ちてしまった時のショックは大きいものです。プランター菜園ならプランターごと安全な場所に避難させることができるので、収穫をより安定的にコントロールすることができます。



プランター菜園の魅力とは？

まずは、

ベランダファーム！

野菜を育てるのは初めてというビギナーにうってつけなのが、プランター栽培。自宅の庭やマンションのベランダなど、

限られたスペースで手軽に野菜を育てることができる。

これまで固定種野菜を中心に数々の野菜をプランター栽培してきたYURINさん。YURINさんが手がける『大好き！プランター菜園』(<http://plantersien.com/>)は、

ベランダファームに人気のウェブサイトを、

そんなプランター栽培のスペシャリストに、ベランダファームの魅力、そして栽培のノウハウを教えてもらった。

文・写真 YURIN

最近、菜園初心者で、いきなり畑を借りて菜園を始める方が増えてきています。ブームに乗って始めてみたのはいいけれど、実際にやってみるといろいろと大変で結局続かず、すぐやめてしまう方も多々います。公共団体が貸し出す畑などは、多くが有料です。例えば、横浜市だったら年間約3万円。もったいないと思いませんか？ 持ち家の方なら、庭の一部を土壌改良して小さな畑のように使うこともできますが、区画の整理にそれなりのコストがかかる上に、飽きてしまったらといって、元通りに庭を復元するのも容易ではありません。ですが、プランター菜園ならもっと気軽に家庭菜園をスタートすることができます。必要なのはプランターと培養土とタネだけ。培養土には肥料も含まれている場合が大半なので、本当にこれだけで野菜を育てることができるのです。試しに一度プランターで野菜を育てる体験をしてみても、「向いてない！」と思ったとしても千円程度の出費ですみます。また、逆に面白いと思えば、おしゃれなプランターやジョウロを買ったり、こだわりの肥料や土を揃えて、より自分らしくこだわりの野菜を育てる楽しみを広げることができます。家庭菜園を始めたと思ったら、まずはプランター菜園に挑戦してみてください！

## 土

- 培養土が楽チンで経済的
- 出費をいとわない
- 粒状がおすすめ



ビギナーは、あらかじめメーカーが野菜栽培用に配合した「培養土」を購入するのがいいでしょう。赤玉土+腐葉土+バーミキュライト+パーライト+元肥（もとごえ＝あらかじめ土に混ぜておく肥料成分）をそれぞれ購入して混ぜ合わせる手間が省ける上、プランターのように少量の土が必要な場合には個別に買うより経済的です。そして何より、すぐに栽培をスタートできて楽チンなのです。

培養土も値段でみても本当にピンきりで、どれを選んだらよいか悩むでしょう。有名メーカー製の土は価格は高めですが、あらゆる面で品質管理が徹底されていて安心です。年に一回程度、ちょっと手間をかけるだけで何年にもわたって再生利用して使い続けることができますので、長期的にみれば経済的です。

また培養土には、普通の細かい土らしい土と、ペレット状に加工された粒状培養土があります。プランター菜園には、粒内に強い保肥性、保水性を備え、粒間からの排水性が良好な粒状培養土が理想的です。

## 肥料

- ベランダ栽培では無機肥料がベター
- 液肥、化成肥料、緩効性肥料の3種類を用意
- 8-8-8 など均等なバランスのものを



広大な畑では、肥料を一切与えない、いわゆる無肥料栽培も可能ですが、プランター栽培で無肥料は原理的にまず不可能ですので、プランター栽培ではより肥料の役割が大きくなります。肥料には、無機肥料と有機肥料（鶏糞や油粕など）の2種類があります。家庭菜園では無農薬栽培にこだわっている方も多いと思いますが、有機肥料を使って無農薬のプランター菜園を行おうとすると、どうしても不衛生になったり、虫が大量に発生したり、異臭がしたりして好ましくありません。ですので、無機系肥料（有機配合を含む）をおすすめします。無機系肥料は効果の速さによって、液肥>化成肥料>緩効性肥料に分類されます。それぞれ用途が異なるので、この3つをひと通り準備しておいたほうがいいでしょう。窒素、リン、カリが肥料の三大要素ですが、市販されている肥料にはこれらのバランスが8-8-8のように記載されています。プランター栽培においてはどの野菜にも万能に使うことができるので、同じバランスで配合された肥料を用意しておくのがおすすめです。

## プランター

- プラスチック製がおすすめ
- サイズは16Lが使いやすい
- すのこはマスト！



## 初めに必要なものは？

手軽にスタートできるのがプランター菜園ですが、プランターと土がなければ始まりません。また、元気においしく育てるためには肥料も必要となります。まずは、この3つさえ用意すれば、すぐにでもプランター栽培を始めることができます。

プランターにはプラスチックのほか、木製、陶器などいろいろな素材のものが流通しているのですが、プランター菜園にはプラスチック製がおすすめです。プランターを小さな畑のように使うプランター菜園では、土の量が多くなってしまうことは避けられず、結果として全体重量がかなり重くなってしまいます。プラスチック製プランターはプランター自体の重量がとて軽いので、庭の掃除をする時などプランターを移動させる

せたい時に比較的楽に持ち運ぶことができる上、価格的にも安価で、プランター側面からの水分の蒸発もないため水分コントロールが比較的しやすいという利点があります。

容量ですが、小さすぎると根を張ることができないスペースが限られてしまうため、生育不良になったり、病気がかかったりと、トラブルの元になってしまう場合があります。そのため、できるだけ大きなものを使いたいです。が、重量も大きくなってしまいます。みやま小かぶやごせき晩生小松菜でしたら、16Lのプランターが取り扱いやすいでしょう。

意外と見落としがちですが、すのこはとても重要です！ 取り外し可能なすのこがなく、底面を直接メッシュ状にして排水を確保しているものがありますが、このような製品は強度が弱く、また栽培の後半で根が底面から張り出してメッシュをふさぎ、根腐れが発生して生育不良の原因となったり、栽培終了後には根がプランター底面に複雑に絡んでいて処理が面倒になる場合が多いので、あまりおすすめしません。しっかりとしたすのこの製品（取り外し可能なタイプ）を選びましょう。また、排水穴は側面についているものが水はけもよくおすすめです。



葉と葉が重なった  
たらすぐに

### きほん③ 間引き

間引きとは、込み合った株の一部を取り除くことにより株間を広げ、風通しを確保して病気の発生を防ぐとともに、日照や栄養を優良株に集中させるための作業で、おいしい野菜を作る上で必須の作業です。芽が出そろい、葉が重なり合ってきたら間引きのタイミングです。遅すぎるとすでに生育が悪くなり始めていて手遅れになるので、適期を逃さず行うのがポイントです。具体的には、写真の上の条のような状態が間引きのタイミング。葉が隣の株と重なり合い、完全に双葉が展開しています。株間が数mmというレベルなので、ピンセットを使い、周囲の株に触れないように慎重に根元をつかんで引き抜きましょう。手前の条が間引き後です。株元まで光がしっかりと届いていることがわかるでしょう。間引きを行ったら土寄せ（株元に土を寄せる作業）も行っておくといいでしょ。



株元からできる  
だけ離して

### きほん④ 追肥

追肥とは、後から肥料を追加することです。タネをまく前にあらかじめ土に施しておく肥料は「元肥」と呼ばれるのに対し、植物が吸収してしまった肥料を補うために後から肥料を施すことを「追肥」といいます。初心者がよくやりがちな間違えは、株元に化成肥料を置いてしまうことです。株元に肥料を置いたほうが効果的に吸収されるように思えるのですが、株元に肥料を置いてしまうと高濃度の肥料が根に直接あたり、根腐れが発生して生育を悪化させてしまいます。プランター菜園では、基本的に株元から可能な限り離して肥料を置くのがポイントです。写真は追肥直後の様子ですが、青色でマークした部分に肥料を置いています。追肥に液肥を使う場合は、全面散布で特に問題ありません。また畑などでは肥料を埋めるのが一般的ですが、プランター菜園においては土の上に置くだけで十分です。

## みやま小かぶ・ごせき晩生小松菜の プランター栽培 きほんのき

みやま小かぶ・ごせき晩生小松菜をプランターで栽培するために必要な4つのポイント覚えておきましょう。プランターでほかの野菜を栽培するのにも役立つ、きほんのきです。

### きほん① タネまき

すじ  
条まきが  
一般的



タネまきにはいろいろな方法がありますが、プランター菜園において実用的な方法は4つに絞られます。一般的な菜種葉類（小松菜、ほうれん草など）は条まき、大きく育つ野菜（白菜、チンゲンサイなど）は点まきか千鳥まき、ベビーリーフなどの小さな野菜はばらまき、と覚えておけば間違いありません。条まきは、基本的かつ一般的なタネまき法で、等間隔にプランターの長辺と平行に播種を行います。特に、小松菜やほうれん草などの短期栽培の葉菜類に適しています。写真は、1つのプランターに対して3列の条まきなので「3条まき（3条植え）」と呼ばれます。この方法の利点は、仮に株間（株と株の間隔）が詰まってしまっても、条（植えた列）と条の間には一定の空間が確保されているために風通しがよく、条間からの日照も確保できるため、ある程度密集させても生育へ与える影響が少ないことです。

やりすぎは  
ダメ！

### きほん② 水やり



プランター栽培で、初心者には一番多い失敗は水のやりすぎです。やる気のある初心者ほど、頻繁にたっぷり水を与えがちなので、結果的に根が酸欠状態となり、病原菌が繁殖して根が腐り、最後には枯れてしまいます。野菜の根に必要なのは、一般に水や肥料だと思われていますが、それ以上に重要なのは酸素なので、空気が根に触れないと酸欠で枯れてしまいます。つまり、土をしつかり乾かしてあげることが重要なのです。水やりのタイミングの基本は、表面が乾いてからと覚えておきましょう。水やりには、毎日（もしくは決まった日数間隔で）あげる定型と、土の表面が乾いた時にあげる要時型があります。どちらがよいということはありませんが、定型でしたら水やりを生活サイクルに組み込むことができます。忙しい方に向いています。水やりの時間は季節を問わず、基本は朝と覚えておけば間違いありません。





ピンセットを使ってやさしく

### STEP ③

## 1 度目の間引き

間引きは、本葉が1〜3枚の間に2回に分けて行うのが基本です。状態のよいものを残して、虫害を受けたもの、成長の悪いものを選んで間引きますが、適期だとほとんど差が出ずどれもよく育つ場合が多いので、実際は株間を意識して「場所を基準に」間引いたらいでしょう。ピンセットを使うと便利ですが、内側の挟む部分に溝があるタイプが滑らずに使いやすいです。写真は1度目の間引き直後です。



## みやま小かぶの育て方

みやま小かぶのタネまきに最適な季節は、秋と春。比較的、簡単に育てられるので、失敗することが少ない野菜です。プランターの用意ができれば、早速タネをまいてみましょう。

3日ほどで発芽



乾いたらたっぷり

### STEP ②

## 水やり

毎日、土表面が乾いたら、プランターの排水口から勢いよく流れ出るまでたっぷり水を与えます。3日ほどで発芽します。頻繁に水を与えすぎると、根腐れによる生育不良の原因になりますので気をつけて。写真は2条まきの発芽直後です。

### STEP ①

## タネまき

かぶは栽培期間が短いため、どんな大きさのプランターでもよく育ちます。奥行きが25cmなら2条、奥行きが35cmなら3条まきがおススメ。播種間隔は0.5cmが目安です。今回の付録のタネは数が多くはないので、1条まきでいいでしょう。タネが隠れる程度に土をかぶせます。



## みやま小かぶの育て方



かぶを栽培したことがない人は、大根や人参のように地下部で肥大するものと勘違いしている場合が多いのですが、実際は地上部で肥大して細い根が地下に伸びています。株間が左の写真のようにしっかりと詰まったら、遅れることなく収穫しましょう。一般的な野菜とは違って固定種のみやま小かぶは不揃いですが、一斉に同時収穫するとサイズの違いによる食味の変化も楽しむことができます！

### STEP ⑥ 収穫

不揃いでも  
おいしい！



### CHECK 虫は大敵！

かぶはアブラナ科なので、害虫に非常に好まれます。播種直後から収穫直前まで、防虫ネットを使用して害虫の侵入を防ぐことが、無農薬でも虫食いのないきれいなかぶを収穫するポイントです！（詳細は30ページをご覧ください）

また、防虫ネットの使用有無を問わず、毎朝、葉裏

をチェックして、アブラムシやコナガなどの害虫は見つけ次第捕殺します。葉も調理して利用できるのですが、葉の食害を防ぐことも大切ですが、根を直接食害し、根の中にもぐりこむ虫も多いため、根に小さな穴が開いている株を発見したら速やかに取り除き、早期防除に努めることが大切です。



栽培期間は短いのですが、肥料切れによって「す入り」してしまう場合があるので定期的な追肥を心がけます。元肥が入っていない培養土や古土なら間引きついでに元肥を1回施し、以降3週間おきを目安に定期的に追肥します。葉の色合いを見て明らかに栄養不足と考えられる場合（葉色が薄い、黄色っぽい）は、液肥で対応します。ただし、水のあげすぎや日照不足による生育不良を肥料不足と見誤って追肥してしまうと逆効果なので注意を！

### STEP ④ 追肥

定期的  
に  
ほどよい量を



目安は  
4cmほど

プランター菜園におけるみやま小かぶの最終株間は4cm前後が目安です。写真で見てわかるように、最終間引きを終えて、順調にすくすく成長しています。この生育状況だったら、株元は左の写真くらいには膨らんでいるはずですが、実際の成長が遅いようでしたら、追肥の不足を疑ってもいいでしょう。

### STEP ⑤ 二度目の 間引き





大株に育てたい場合は 6cm



### STEP ③ 間引き

間引きは、本葉が1〜3枚の間に2回に分けて行うのが基本です。状態のよいものを残して、虫害を受けたもの、成長の悪いものを選んで間引きますが、適期だとほとんど差が出ずどれもよく育つ場合が多いので、実際は株間を意識して「場所を基準に」間引いたらいいでしょう。みやま小かぶと同じくピンセットを使うと便利です。写真は1度目の間引き前と直後です。プランター菜園における最終株間は4〜5cmが目安。大株に育てたい場合は6cm、小株を早取りしてやわらかい食感を楽しみたい場合は3cmでも。



## ごせき晩生小松菜の育て方

ごせき晩生小松菜のタネまきに最適な季節も、秋と春。小松菜は、最も簡単に育てられる野菜の一つとして知られています。生育が旺盛で病気にも強いので、家庭菜園の初心者が初めて挑戦するのに最適です。



厚めにタネまきしてOK

乾いたら たっぷりと

### STEP ② 水やり

毎日、土表面が乾いたら、プランターの排水口から勢いよく流れ出るまでたっぷりと水を与えます。頻繁に水を与えすぎると、根腐れによる生育不良の原因になりますので気をつけて。

小松菜は栽培期間が短いため、どんな大きさのプランターでもよく育ちます。奥行きが25cmなら2条、奥行きが35cmなら3条まきがおすすめ。播種間隔は0.5cmが目安です。間引き菜がおいしいので、ベビリーフ収穫用に少し厚めにまいても問題ありません。発芽率は非常に高く、まいたタネの数だけ発芽してくれます。今回の付録のタネは数が多くはないので、1条まきでいいでしょう。タネが隠れる程度に土をかぶせ、毎日水やりを行えば3日ほどで発芽します。

### STEP ① タネまき





できた!

**CHECK 間引きでベビーリーフを!**

栽培に慣れてきたらわざと厚めにタネまきをして、ぎりぎりまで間引きせず粘って、一回の間引きで最終株間に調整することもできます。そうすると、おいしいベビーリーフ（間引き菜）がたくさん収穫できます。写真のように、小松菜は間引きせずに密植栽培しても元氣よく育ちます。



栽培期間が短いので、原則追肥は不要です。元肥入りの培養土なら肥料は不要。元肥が入っていない培養土や古土なら間引きついでに元肥を1回施し、以降追肥は不要です。葉の色合いを見て、葉色が薄い、黄色っぽいなど、明らかに栄養不足と考えられる場合は、即効性の固形肥料を追肥するか、液肥で対応します。みやま小かぶと同じく、水のあげすぎや日照不足による生育不良を肥料不足と見誤って追肥してしまうと逆効果なので注意を!

基本的には不要

**STEP ④ 追肥**



1ヶ月で立派に!

**STEP ⑤ 収穫**

写真は、最終間引きを終えて順調にすくすく成長しているひせき晩生小松菜です。暖かい季節なら一ヶ月ほどで立派に育ちます。大株にすると、見た目は立派ですが硬くなつて食味が落ちます。スーパで売られているサイズを目安に、それと同じかやや小さいサイズで収穫すると、本来のやわらかで風味豊かな食味が楽しめます。また、みやま小かぶと同じくアブラナ科ですので、害虫に好まれます。害虫対策はしっかりとしましょう。

上級編

# みやま小かぶ・ ごせき晩生小松菜の 育て方

今号の特別付録のタネを上手く育てることができたら、  
きつともっと本格的に栽培をしたくなるはず。  
ここではさらに経済的に上手く育てるための  
ノウハウを解説します。



## 防虫ネットで 害虫を防ぐ

みやま小かぶもごせき晩生小松菜も  
アブラナ科なので、虫が大好きな植物  
です。害虫対策には防虫ネットが有効  
なのですが、何を選んだらいいので  
しょうか？ ホームセンターに行っ  
ても、防虫ネットは1種類しか置いてい  
ない場合がほとんどで、あったとして

も同種の防虫ネットがサイズ違いで置  
いてある程度です。日本ではダイオ化  
成株式会社と、日本ワイドクロス株式  
会社のもので広く流通しています。比  
較的安価で入手しやすいのは、ダイオ  
化成株式会社「ダイオサンシャイン  
S2000」と日本ワイドクロス株式会社  
「防虫サンサンネット EX2000」です。  
どちらも目合い1mm、原料、透光率90  
%、銀糸入り（虫がキラキラ光るもの

を嫌う性質を利用して高い防虫効果を  
発揮）と性能的にはほぼ同等の商品で  
す。さらに高品質な防虫ネットとして  
日本ワイドクロス株式会社「サンサン  
ネットソフライト SL-3200」もありま  
すが、目合いを0.6mmにした上位製品で  
高価なため、一般の家庭菜園には向い  
ていません。とはいえ、一般的な  
1mm目合いではそれなりに虫が入って  
しまうのも事実。ここが悩ましいところ  
なのですが、まだ防虫ネットを全く  
使用したことがない初心者の方は、と  
りあえず入手性のよい安価な1mm目合  
い製品を試してみて、防虫ネットの性  
能に不足を感じたらこちらの製品に  
アップグレードすることをおすすめし  
ます。1mmではアブラムシ、キスジノ  
ミハムシ、アザミウマ類などの小さな  
害虫を防げないばかりか、逆に保湿効  
果、保温効果、また害虫の天敵（テン  
トウムシなどの益虫）に対する遮蔽効  
果のために、無被覆と比べ被害が逆に  
増える場合もあります。ネットの貼  
り方ですが、プランターの4隅に支柱  
を立ててヒモを張って覆い、洗濯バサ  
ミで留めるのが一般的です。曲がる支  
柱をプランターの土の端に差込み、逆  
U字状に支柱を立ててトンネル状にす  
るのもいいでしょう。

## 来年に向けて 土のリサイクル

プランター菜園では、野菜を収穫し  
たら土をすべて入れ替える必要があり  
ますが、ゴールデン粒状培養土はやや  
高価な土なので、リサイクルして何度  
も繰り返し利用することをおすすめし  
ます。野菜の収穫を終えたらそのまま  
しばらく天日で乾燥させた後、ビニ  
ルシートの上にプランターをひっくり  
返し、土をプランターから取り出しま  
す。すのこの裏面にまで根が張り詰  
めて、すのこをメッシュ状にびっしり  
覆っているはず（写真1）。根は丁  
寧に剥がし取って廃棄します。土も根  
が張り詰めて粒同士が硬く結ばれた状  
態となり、「大きな塊」になっているか  
と思います（写真2）。これをブルーシ  
ーの上に広げ、粒がぼろぼろとした本  
来の状態に戻るまで手でよくもみほぐ  
し、根もおおまかに取り除きます。手  
で除去できる大きなごみを取り去って、  
ビニルシートに広げ、天日干しをし  
ます（写真3）。この状態ではまだ細か  
な微塵や根、また大きな土の塊なども  
混入していて、培養土としては使えな  
い状態です（写真4）。十分に乾燥させ  
て土の色が白っぽくなってきたら、8  
mmメッシュのふるいを使って大きなご

みを除去します。一度短期の野菜を栽  
培した程度であればこれだけで十分な  
品質に戻り（写真5）、後の作業は不要  
である場合がほとんどです。ただ、こ  
れだけでは十分な再生ができず、微塵  
成分が多く残ってしまう場合があります。  
そのような場合は一番細かい目合  
いのフィルター（約2.5mm）を使用して、  
微塵の除去を行います。最後に、連作  
障害に繋がる悪質な土壌菌を殺菌消毒  
します。プランターに土を戻し沸騰し  
たお湯をゆっくり流しこみます。この  
時、勢いよくお湯をかけると高温+圧  
力で表面の粒がつぶれて粘土状になっ  
てしまう場合があるのでそっと注ぐの  
がコツです。熱湯消毒が済んだら土を  
プランターに入れたまま日向に置き、  
再び乾燥させます。土が乾いたら、新  
品のふかふかしたパーミキュライトを  
入れて通気性を補います。さらに、熱  
湯消毒の際に緩効性肥料の大部分が流  
出し、このままでは栄養が不足してし  
まうので、「ゴールデン粒状シリーズ  
古くなった土の再生材」を古土の容量  
の10分の1程度入れ、栄養分を補いま  
す。再生剤は通常のゴールデン粒状培  
養土の10倍の栄養を含んでいるので、  
10分の1量を古土に混ぜれば、新品の  
粒状培養土と同等の栄養状態となり、  
次作は元肥なしでそのまま利用できる  
というわけです（写真6）。



# 昔野菜 相談室

ベランダファーム編  
(お答え Yu.Fin さん)

**Q** 一般的な野菜と固定種では育て方が違いますか？ 固定種のほうが難しいのでしょうか？

**A** 栽培の方法自体は基本的に変わりません。また、必ずしも固定種の栽培が難しいとも限りません。しかし、一般的な野菜（F1種）が現代社会の流通に向いているとはいえると思います。F1種は、発芽や生育がよく揃う特性があります。商用で栽培する場合は規格に合わせる必要がありますので、すべて同じタイミングで同じサイズになってくれたほうがまとめて収穫して出荷することができ、都合がいいです。一方、固定種の場合は、発芽も生育の度合いも不揃いになる場合が多いです。これは商用栽培においては不利な特性になります。実は家庭

スの限られたプランターと違い、畑の場合は土量が圧倒的に多いため、野菜はより広く、深く、根を張ることが可能になります。それによって野菜を大きく育てることが容易です。プランターの場合は栽培面積に限られるため、やや株間を狭くとって収量を確保する必要がありますので、畑栽培と比べると収穫物はやや小ぶりになる傾向があります。

**Q** ベランダの日当りがよくないのですが、それでもプランター栽培はできますか？

**A** もちろん可能です。強い日照を必要とする夏野菜はなかなか難しいかもしれませんが、今回付録しているごせき晩生小松菜のような野菜であれば、半日陰でも問題なく栽培することができます。また、ハーブのように、やや日当たりが悪いくらいのほうがいい食味に仕上がる野菜もあります。

**Q** 集合住宅ですが、気を遣うべきマナーは？

**A** 害虫を発生させないことと、においを発生させないことです。このような観点から、有機肥料ではなく化成肥料の利用をおすすめします。

菜園においてはメリットになります。タネまきは一度に行うはずですが、まとめて全部消費できるでしょうか？ まず無理だと思えます。F1種の場合は、すべてが同時に収穫適期になってしまうのでまとめて収穫せざるを得ませんが、固定種の場合は、食べ頃の株を選んで収穫することができます。全部同時に適期にならず、一定の期間をもって順次食べ頃になるため、家庭菜園でその日採りたての野菜を自家消費したい場合は、固定種のほうが向いているといえます。

**Q** 初心者に向いている固定種野菜は？

**A** ごせき晩生小松菜です。栽培が伝統種としては比較的容易であること、一般にスーパーなどで販売されているF1系小松菜との味わいの違いが明瞭であり、伝統種ならではの価値を栽培を通して感じやすいでしょう。

**Q** 今号の付録のタネが発芽しないのですが？

**A** 固定種の場合、一般的な野菜と比べると発芽の揃いが悪い傾向にあります。発芽がまばらであっても、焦らずに数日待てば8割程度発芽する

**Q** プランター栽培を始めるのに最適な季節はありますか？

**A** 周年栽培が可能な小松菜の場合には、厳寒期を除けばいつでも栽培することができます。思い立った時が始め時です！ 春まきと秋まきが野菜の播種の2大シーズンといわれていますが、どちらかといえば、秋まきのほうが虫害が少ないため、栽培が容易で初心者にはおすすめです。

**Q** 土や肥料に値段の差がありますが、やはり高価な物のほうがいいのでしょうか？

**A** もちろん、値段に見合わないものもありますが、一般論としては、大手メーカーのある程度品質保証がしっかりしたもののほうが安心して使えると思います。土の場合、排水性、保肥性、通気性なども重要ですが、大前提として、化学物質による汚染や雑菌、雑草のタネの混入などが無いことのほうがより重要です。肥料（堆肥）の場合、粗悪なものでは発酵が不十分で異臭がしたり、栽培中に虫が発生したりする場合があります。実際に色々使い比べてみると、ある程度高価で品質が保証されたもののほうが、トラブルなく安心して使えるように感じます。

のが普通です。タネが隠れる程度に土をかぶせて毎日水やりをしているにもかかわらず全く発芽しない場合、播種の時期が適切でない可能性があります。みやま小かぶ、ごせき晩生小松菜は、どちらも発芽温度は15〜20℃前後が最適といわれていますので、できるだけ外気温が発芽適温に近い時期にタネまきを行うといいでしょう。

**Q** みやま小かぶを収穫したのですが、実が小さいようです。どうしてでしょうか？

**A** 株間が狭いとどうしても生育が悪くなりますので、もう少し株間を広げてみてください。ただし、大きくしすぎると食味が悪くなりますので、みやま小かぶの場合は少し小さめの状態で早採り収穫するのがおすすめです。

**Q** 畑栽培とプランターでは、味や生育に違いはありますか？

**A** 野菜の品質は土や環境の影響が大きく受けるため、当然、どんな畑で栽培するのか、プランターならどんな培養土を使うのかによって味に違いは出ますが、一概にどちらがおいしいとはもちろん言えません。スパー

**Q** 留守中の水やり、どうしたらいいですか？

**A** 冬季であれば一週間程度水やりをしなくても大きな被害はない場合が多いですが、夏季は対策が必要です。ペットボトルの口に取り付けて利用できる自動水やりグッズがホームセンターや100円ショップなどで販売されていますので、それらを利用するといいでしょう。

**Q** 冬の対策は？

**A** ごせき晩生小松菜、みやま小かぶともに寒さには強いのですが、厳寒期は生育が緩慢になりますのでビニールフィルムを利用したトンネル栽培をおすすめします。

**Q** 夏の対策は？

**A** 害虫がどうしても多くなりやすいため、防虫ネットで害虫の侵入を予防しましょう。厳密な防除にはそれなりのスキルが必要なので、慣れないうちは害虫の少なくなる9月中旬以降がおすすめです。

**Q** 台風の備えは？

**A** 何よりもプランター自体が転倒しないように注意しましょう。壁がある場合はプランターを一時的に壁際に移動しておくことで転倒リスクを簡単に低減できます。移動することが難しい場合は、レンガなど重いものをプランターの周囲に置いたり、ロープを利用するなどして転倒を防止しましょう。

**Q** 野菜が元気がないのですが？

**A** 初心者が一番多い失敗は水のやりすぎです。水のやりすぎによって根が腐り、細菌が土壌に繁殖して野菜が弱る可能性にあります。水をあげる前に土の表面が乾いているかどうか確認し、乾いていればプランターの排水口から水が流れ出るまでしっかりと灌水を行いましょう。

**Q** 野菜に小バエがたくさんついて困っています。どうしたらよいですか？

**A** 粗悪な土や肥料を使用した場合に、これらが栄養源となって虫が大量に発生する場合があります。特に慣れないうちは、しっかりとした

**Q** 畑が小さくて、タネが余ってしまいました。

**A** 確かに家庭菜園には多すぎるかもしれませんね。そんな時は、誰かに譲るか、乾燥剤を入れて冷蔵庫で保管するとよいでしょう。湿気と高温を避ければ、アブラナ科のタネは2〜3年はもちます。ただし、それ以上になると発芽率が落ちてしまうので注意しましょう。思い切ってプランターなどに密植させて、双葉のうちに収穫して、スプラウトのかわれ大根として食べてもよいと思います。

**Q** 虫食いが心配です。

**A** 昔野菜は、農薬や化学肥料がでさる以前から日本にある作物なので、基本的にそれらを使わなくても栽培できます。秋まきならば寒い時期に生長するので、一部は食われても全滅することはありません。虫食いが多いいのは、時期がずれている。風通しが悪い。土壌が窒素過多で、虫を呼ぶことなどが考えられます。春まきは暖かい時期に生長するので、虫が発生するリスクも高くなります。プロの農家

メーカーの培養土、さらに肥料も有機肥料ではなく化成肥料を使うことをおすすめします。無農薬栽培の場合は害虫が増えてしまつてからではなかなか手の打ちようがないため、防虫ネットなどを使用していかに「予防」するかが重要です。

**Q** 防虫ネット以外に虫を防ぐ方法は？

**A** ほかの書籍では、木酢液をはじめとするとする非化学系成分の使用が推奨されていることがあると思いますが、必ずしもその有効性に対する安全性が高いとも言えないところがあります。あまりおすすめしませんが、無農薬にこだわらないのであれば、市販の農薬を使用するのもよいと思います。害虫の少ない時期を選んで栽培すれば、無農薬で防虫ネットを使用しなくてもそれほど虫害を受けずに栽培することは可能です。

## 畑編

(お答え 山澤清さん)

**Q** 初めて栽培するのですが、どんな土を選べばよいですか？

なら別ですが、家庭菜園なら、毎日見回ってアブラムシやモンシロチョウの幼虫を手で取り除くのがベスト。それが難しければ、早目に防虫ネットを張って、虫の侵入を防ぎましょう。

## タネ採り編

(お答え 山澤清さん)

**Q** 春まきでも、タネ採りできますか？

**A** かぶも小松菜も、本来は秋にまいて冬場の寒い時期に収穫。冬タネを採るのが基本のサイクルです。春まきの場合、花の時期に梅雨がきたり、雨に降られて花にカビが生えたり、そのまま芽を出したりして、中途半端に終わってしまうことが多いです。アブラナ科の作物の原産地は寒い地方なので、秋にまいて、翌年の6月にタネを採るのが一般的。春まきは本来の生育ステージとは違うので、食用のかぶや小松菜を育てることはできますが、タネを採ろうと思ったら9〜10月にまきましょう。

**A** かぶも小松菜も初心者向きの作物で、あまり肥料を必要としません。耕す場所に雑草が生えていれば、基本的に肥料はなくても育ちます。よほど水はけの悪い泥地か、水はけのよすぎる砂地には、堆肥を入れる程度で十分です。

**Q** 土が痩せているようで、あまり大きく育ちません。昔はなかつたと思いますが、化学肥料を使ってもよいでしょうか？

**A** 小さな畑は、ひと握り程度で充分です。肥料をやりすぎると、葉だけ大きくなったり、生長を阻害したりするので注意してください。

**Q** せっかくタネをまいたのに、ちつとも発芽しません。

**A** 気温が十分であれば、発芽しない原因として、水が足りない。逆に水や覆土が多すぎて、タネが酸欠を起こしているなどが考えられます。また、種子にはそれぞれ寿命があるので、それを過ぎているのかもしれない。条件を確認して、もう一度まきなおしてみましょう。

**Q** プランターでもタネ採りはできますか？

**A** はい。プランターから抜かずにそのまま残しておけば、春になると花芽が出てきて、チョウチョが飛んできて受粉します。アブラナ科の植物は、自分の花のおしべとめしべが受粉する「自家受粉」を繰り返すと「自家不和合性」といって、自分の花では結実しない性質のものがあります。ですから、1本だけではタネができない可能性もあります。「他家受粉」には、虫の媒介が必要です。プロの農家なら10株以上必要ですが、家庭菜園やプランターなら、2株ぐらい残しておいたほうがよいでしょう。

**Q** 小松菜とかぶの畑が隣り合わせなのですが、タネ採りする時に交雑しないか心配です。

**A** タネまきの時期をずらすなどして、開花時期に時間差をつけましょう。どちらが先に咲くかは場所によって違いますが、先に咲くほうを風下に植える程度交雑は防げます。奥の手として「人工授粉」があります。花が咲いたらすぐ、手で花びらの上をなでるようにして、虫がくる前に受粉させるのです。