

株元に付いた雌花は摘み取ります。子づるの20節(子づるの付け根から葉20枚目)前後に咲く花に受粉させるのが理想です。雌花が咲いた朝の9時頃までに雄花の花粉を雌花につけてやりま

### 人工授粉、追肥

とがあります。棚を作り、空中栽培することもできます。場所が狭くても栽培できるのでおすすめです。実がこぶし大程度に大きくなったら玉ねぎネットに入れて、棚のネットに縛り付ける(子づるへの負担が少なく安心です)。

収穫は受粉してから約35日後です。見た目では判断しにくいので、ラベルで確認しましょう。見た目での収穫期は、強いて言えば、スイカのついている場所の巻きひげが枯れてきたり、縞がハッキリしてきたり、たたくと濁音がすることですが、わかりにくいので。

### 収穫

受粉させたらラベルを付け目印の棒も立てておくとう便利



雄花を摘み、花弁をとり去って、雌花の柱頭に転がすように花粉をつける。

必ず受粉させた日をラベルに書いて付けておきましょう。目印の棒も立てておくこと、葉っぱの海になつてしまつてもスイカの場所がわかりやすくなります。実がこぶし大になつたころ、株元から50cm~100cmほど離れたあちこちに追肥をします。

### 栄養

スイカは90%が水分ですが、残りの10%にβカロテンやビタミンC、カリウムなどを含んでいます。βカロテンが多い赤玉すいかは緑黄色野菜です。βカロテンは抗酸化力を持つているので、動脈硬化の予防や美肌に関係することで知られています。最近注目されている成分はアミノ酸の一種のシトルリンで、特にスイカに多く含まれています。筋肉増強、血流改善、冷え解消、美肌効果などに関与するといわれています。

### 料理

注目成分シトルリンは、実は皮の白い部分に多く含まれています。捨てないで食べましょう。白いところが多い大玉スイカのレシピです。

#### スイカの塩麹漬け

1. 赤い部分はおいしくいただく。使うのは食べ終わった後の皮。
2. 緑の部分は厚めに切り落とす。
3. 細く切ってビニール袋に入れ、塩麹を加えてもむ。
4. 1時間~一晩おいて、出来上がり。



#### オススメ資材

潤滑・防錆油「アグリスマイル」(300ml) 1,800円(税込)

食用の植物油脂を使用しているため、人体に無害です。剪定はさみや収穫はさみの潤滑・防錆、野菜結束機や選別機の可動部へ。無味無臭無色なので、収穫物にニオイが移りません。

○お求め・お問い合わせは、グリーンファーム各店までお気軽にどうぞ。



気軽に家庭菜園

# ほうさくClub!

第190回  
今月は

## 「小玉スイカ」に挑戦!

★これが小玉スイカのスケジュールだよ。

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
					植え付け			収穫			

Calendar

●施肥基準 (1㎡あたり一例) ■堆肥3kg ■苦土石灰150g ■BBN552号50g ■追肥N30号20g×数カ所

⚠ 文中の肥料等は一例です。地区によっては違う種類で対応している場合もあります。不明な点は、営農技術員にお問い合わせください。



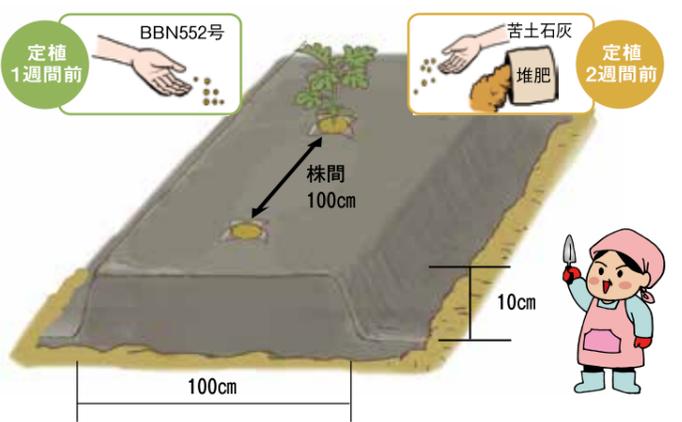
水分たっぷりで甘く、しかもその甘さがさっぱりしていて、やはり夏に美味しいスイカ。大玉スイカも家庭菜園で作れますが、もっと手軽に栽培できる小玉スイカを紹介しましょう。カラハリ砂漠が原産で、白くて苦い果実だったと考えられています。紀元前1000年あたりにエジプトやギリシャ、ローマに伝わり、栽培されるようになりました。11世紀には中国へ、16世紀にはヨーロッパ各地へ広まったようです。日本には中国経由で平安時代に入っているようで、鳥獣戯画に縞があるスイカらしき果実が描かれています。西の方から来た瓜で「西瓜」です。世界中に広がった原因はもちろんおいしいからなのですが、注目したいのは「長旅の水分補給源だった」という説です。今でも真夏の水分補給に最適なスイカ。昔から人々の心を潤してきたのです。

### 畑の準備、定植

定植の2週間前に堆肥と苦土石灰を、1週間前に肥料を入れてできるだけ深くよく耕しておきます。元肥が多いと実が付きにくくなるので、少なめにします。幅100cm、高さ10cmのうねを作りマルチを張ります。土が乾いているようならマルチを張る前に十分に水をまいておきます。株間は100cmとりまします。植穴に水を入れ水が引いてから、深植えし

### 摘心

本葉を5~6枚残して親づるの先端を摘み取ります。元気のよい子づるを3~4本残して伸ばします。そのほかの子づるは付け根から切り取ります。子づるが伸びてきたら、マルチの上から、あるいはマルチをはいで敷きわらをする絡み付いて伸びやすくなります。黒マルチのままだと熱さで茎葉が傷むこ



ないように注意して苗を植えます。寒さに弱いのでほろくめんとかや苗下ームをかぶせておく(覆き)ておきましょう。