

本葉が1〜2枚出たら間引いて1本にし、本葉が4枚のころ定植します。

畑の準備・定植

定植の2週間前に苦土石灰と堆肥を、1週間前に化成肥料を撒いてよく耕しておきます。畝は幅60cm、高さは10cmほどにし、白黒マルチを張ります。

条間30cm、株間30cmの千鳥植えにします。深植えしないよう、双葉が土に隠れないように植えます。たっぷり水をやりましょう。定植後は乾燥予防のために不織布をかけておきます。

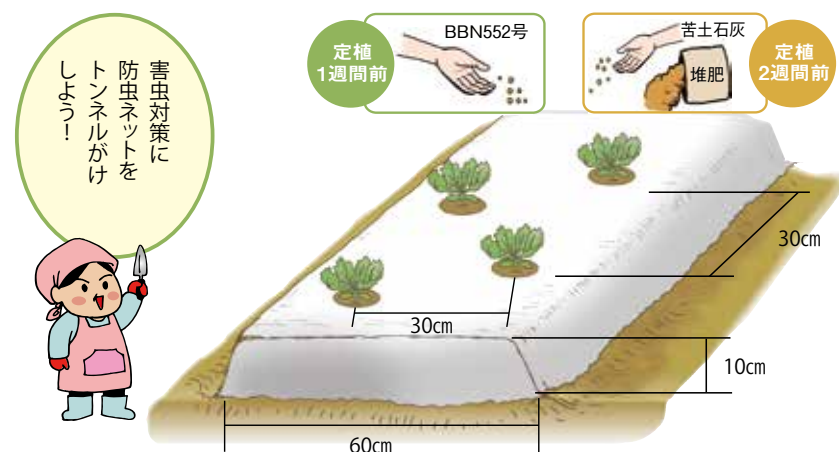
害虫が多い季節です。植える前にラベルを確認して粒状の殺虫剤を使ったり、防虫ネットをトンネルがけするなど、対策をしましょう。

※農薬を使う際は必ずラベルを確認し、ヘッドレタスは「レタス類」「レタス」「野菜類」とラベルに記載があるものを使います。同様にリーフレタス、サニーレタス、サンチュ、サラダナ、コスレタスなどは「レタス類」「非結球レタス」「野菜類」の記載、ステムレタスは「くきちしゃ」「野菜類」の記載があるものを、用量用法を守って使いましょう。

管理

根が浅く、水分や肥料に反応しやすいので、急激な環境変化が苦手です。過湿や過乾燥に注意しましょう。

定植2週間後に株元に追肥をします。



レタスの頭を手のひらで軽く押さえてみて、弾力があり球がやや硬く締まったところ(8分結球ぐらい)、球の下方から切り取ります。切り口から出る乳液は、水を浸した布などでふき取りましょう。

収穫

結球するヘッドレタスは、玉が締まって、頭部や側部に弾力を感じられるようになったら収穫です。根元に刃物を入れて切り取ります。

リーフレタスの場合は、葉が20cmほどの長さになったら収穫ですが、刈り取らなくても外側の葉からかき取って使うこともできます。サンチュは葉を適宜かき取って収穫します。

ステムレタスは茎が伸びてくると葉をかきたくありませんが、茎が硬くなってしまうので収穫までそのままにしておきます。茎が30cm以上になったら株元から切り取ります。

おすすめ資材

害虫対策ネット 1,800円〜

黒い防虫ネット。遮光率約40%。作物や植物を害虫から守るだけでなく、真夏の強い日差しを遮ります。



防虫ネット

コナガ、アオムシ、ヨトウムシなどから作物を守ります。

サンサンネット 1,300円〜

白い防虫ネット。遮光率約10%。1年を通して使用できますが、夏場など日除けをしたいときは黒い寒冷紗の併用がおすすめ。



〇お求め・お問い合わせは、グリーンファーム各店までどうぞ。※店舗によってはお取り寄せになる場合があります。

ほうさくClub! に関するお問い合わせは、各グリーンファーム店まで

◎中央店 ☎29-8177 ◎東部店 ☎62-0665
◎よだくぼ南部店 ☎85-2400 ◎しおだ店 ☎39-8118

気軽に家庭菜園

第289回
今月は

「レタス」に挑戦!

★これがレタスのスケジュールだよ。

Calendar											
1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
春作	播種	定植			収穫						
					秋作	播種	定植	収穫			

●施肥基準 (1㎡あたり・一例) ■苦土石灰150g ■堆肥3kg ■BBN552号80g ■BB追肥N30号20g×1回

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。



レタスは大きく4種類にわけることができます。まず、「ヘッドレタス」。結球するレタスで、いわゆる玉レタスです。「リーフレタス」はサニーレタスでおなじみの結球しないタイプ。「立ちレタス」と呼ばれるのは半結球のコスレタスなどで、シーザーサラダや炒め物に使われるシャキシャキ食感のレタスです。そして、主に茎を食べる「ステムレタス」。中華料理に使われますが、実はマフラゲもステムレタスです。

どのレタスもほぼ同じ方法で栽培できます。採れたてレタスをおうちで楽しみましょう。

JA信州うへだ管内には夏レタスの産地がいくつかありますが、いずれも高地です。平地で暑い時期に収穫しようとしても、奇形になったり、トウが立ったりする可能性が高くなります。適期の栽培をお勧めします。

育苗

発芽適温は15〜20℃です。夏の育苗では30℃を超えると休眠してしまい芽が出なくなるので、濡らしたキッチンペーパーに種を挟み、乾かないようにビニール袋に入れ、冷蔵庫に2〜3日置いて、根が出たら播種します。

セルトレイを使うと育苗管理がしやすいです。育苗用の培養土を入れ、土を

ならしたら植穴を浅く作り、種を1粒播きます。好光性種子のため、覆土はごく薄くして、軽く抑えましょう。水やりはジョウロで勢いよくやると種が流れてしまうので、水を張った容器にトレイを置いて下から吸わせるか、種をまく前に水をやっておき、しっかり土を湿らせま。涼しい軒下に置き、新聞紙をかけましょう。芽が出たら新聞紙を外して、黒の防虫ネットや寒冷紗をかけて日除けをします。

好条件下ならば2日ほどで発芽します。生育適温も15〜20℃です。高温下ではトウが立ちやすくなります。

