

# ほうれんそう



## 品種

**ミストラル (サカタ)**：葉は濃い緑色で光沢があり、横にあまり広がらないので収穫が簡単。寒さにも強く、べと病に抵抗性も持つので作りやすい品種。

秋播きでは40～60日で収穫できます。特に冬の霜にあたったほうれん草は一段とおいしく栄養価もたかくなります。ここでは作りやすい秋播きを紹介しますが、品種を選べば、春まき夏まきもできます。



## 作型の例 ( ◆—は種 ●—収穫 )

月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月
秋まき				◆—	—◆				●—

## 栽培管理 収穫までの期間が短いことから基肥主体で栽培します。

### 耕起

肥料を全面に散布し、根が深く張るようによく耕します。中性の土を好むので石灰質資材を施しましょう。

### 畦立て

畝を立てて播種しますが、土が細かく、水が溜まらないような場所なら平畝栽培もできます。また、ハウス栽培の場合はハウス外に排水溝を設け、雨水が入らないようにしましょう。

### 播種

条間15cmにしてスジまきし、ふるいなどを使って薄く覆土します。4～5日で発芽するので本葉が一枚でたころに3～4cm間隔になるように間引きし、草丈が7～8cmになったら5～6cm間隔に間引きします。

### 水管理

播種後は十分に水をやり、発芽まで土を乾かさないようにしましょう。発芽後は立ち枯れ病を防ぐため、本葉2～3枚まで水やりは控えめにしましょう。

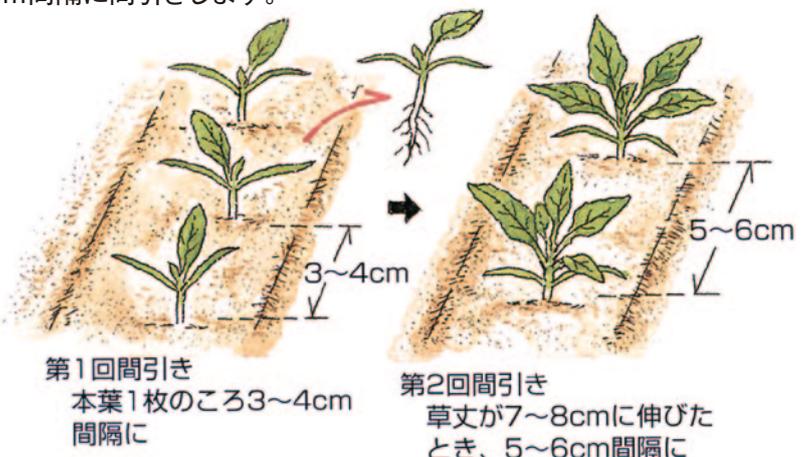
### 収穫

収穫適期が短いので適期を逃さないように注意。ほうれん草がしおれないように収穫作業は涼しい時間帯に行いましょう。

### 施肥例

(kg/a)

肥料の種類	基肥
苦土石灰	20
よりん	10
ミドリトップ	15
硝加磷安333	2



## 栽培のポイント

播種後から発芽までは、畝の表面が乾きすぎると発芽が悪くなる場合があるので、乾かさないように注意しましょう。