

藤田智直伝!

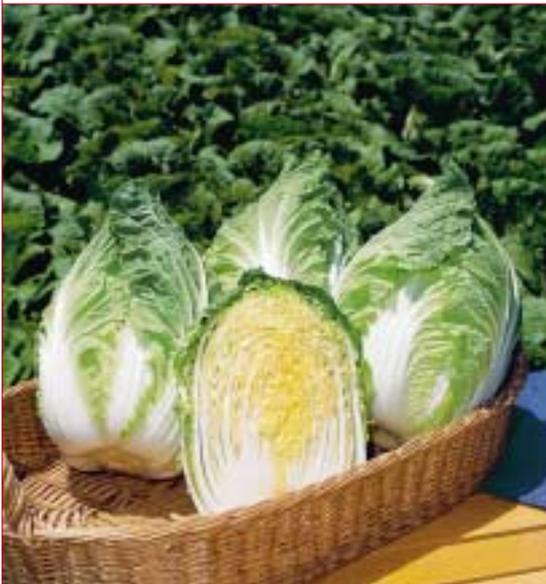
家庭菜園

# 基本のホン!

その7 ハクサイ

日々なじみの深いハクサイは、  
実は日本に入ってまだ120年。  
あっという間に欠かせない野菜に  
なりました。  
適期にタネをまけば、  
収穫時期はちょうど寒くなるころです。  
やわらかく煮た温かい鍋を、  
家族で囲みましょう。

恵泉女学園大学 園芸文化研究所助教授  
藤田 智



鍋物、漬物など用途が広く、ぜひとも栽培に挑戦したいハクサイ。

## ハクサイの特徴

ハクサイはアブラナ科の代表的な結球野菜で、鍋物、漬物、炒め物の材料として私たちの食卓に最もなじんでいる食材の1つです。しかし、日本に導入されたのは明治の初めころで、その歴史は120年程度と意外に短く、ごく短期間に日本中に広がったことが分かります。

ビタミンCやミネラルを豊富に含むおいしい野菜で、料理適性も広く、ぜひとも栽培に挑戦したい品目だといえます。なにしろ、鍋の中でクタつとなつたハクサイを食べると「健康」が体の中に染み込んでくるように思います。ハクサイは冷涼な気候を好み、生長中の生育適温は20℃、結球期の適温は15℃~17℃です。しかし、高温に弱く夏季の平地での栽培は困難です。したがって、栽培適期は8月下旬からの秋作となります。春作もできますが、生育初期の低温で花芽分化を起こしやすく、また、生育後半には気温の上昇のため、結球が妨げられるなどの課題を克服しなければなりません。

秋作では、ダイコンとともに人気の品目。さあ、丸々と大きな玉になつたハクサイを思い浮かべながら、栽培に取りかかりましょう。

## 主な品種

ハクサイの品種は生育日数によって極早生種、早生種、中生種、晩生種などに分類されます。初心者には、早生種がおすすです。

早生種では、人気の黄芯系品種「黄ごころ65」「黄ごころ75」、作りやすさが



生でもおいしくサラダに向く「オレンジクイン」。

### 早生種

(生育日数65~75日)



人気抜群の黄芯系品種「黄ごころ75」。



小さくて扱いやすく、生食に最適な「サラダ」。

### 極早生種

(生育日数50~60日)



超極早生で、食べきりサイズのミニハクサイ「お黄にいり」。

### タケノコハクサイ



タケノコ型の早生ハクサイ「チヒリ70」。

### 晩生種

(生育日数90~120日)



早春どりに適した超晩抽性のハクサイ「晩輝」。

### 中生種

(生育日数80~90日)



作りやすく味のよい「金将二号」。

好評の「無双」「空海65」「空海70」。さらには生でもおいしくサラダ向きで、球内色がオレンジ色の「オレンジクイン」などがおすすめです。中生種では、根こぶ病に強い「黄ごころ80」「黄ごころ85」、作りやすく味のよい「金将二号」、耐寒性に優れた「王将」、晩生種では中晩生の「冬峠」、超晩抽性の「晩輝」などが家庭菜園に向くでしょう。また、極早生種のお黄にいり、サラダ「晴黄60」、タケノコ型の「チヒリ70」なども家庭菜園向きで、育てて楽しい品種です。

## 栽培方法

### 1 タネまきの適期と方法

ハクサイの生育適温は20 前後、また結球形成の適温は15〜17 と冷涼な気候を好みます。したがって、8月下旬〜9月上旬の適期より早くタネまきした場合は、高温条件下で生育することになり、病害虫の発生が著しくなります。

一方、適期より遅くまくとどうなるでしょうか。ハクサイには10 程度の低温条件に1カ月ほどあつと、生長点に花芽が形成され、不結球になつてしまつ性質があります。すなわち、遅くまくと、結球する前に11月以降の低温にあつたため、結球しにくくなります。したがって、「その地域のタネまきの適期を把握しておくこと」が結球成功のポイントだといえます。8月下旬〜9月上旬の適期まきを第一に心掛けましょう。

タネまきには、畑に直接まく直まきの方法もありますが、最近では、畑を有効利用できること、管理が楽なことなどの理由から、7・5〜9cmのポリポットや5×5の連結ポットを用い、タネを4〜5粒ずつまいて育苗する方法が一般的です。

用土は、赤土40%、堆肥40%、腐葉土10%、パーミキュライト10%に、石灰と化成肥料を用土1ℓ当たりそれぞれ2〜3g加えたものや、市販の培養土を使うとよいでしょう。

第1図 タネまき・育苗

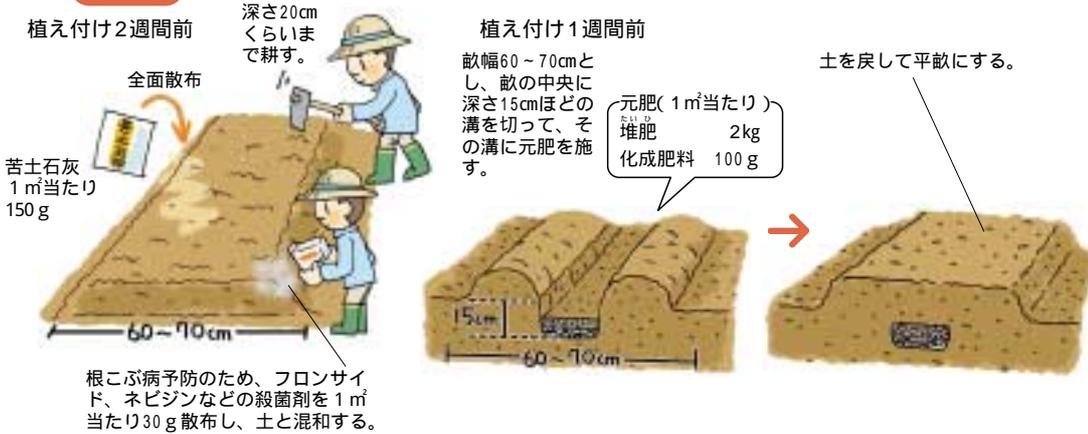


### 2 育苗

発芽してきたら、生育のよいもの3本を残して間引きます。本葉2枚程度のころ2本に間引き、本葉3〜4枚で1本立ちにします。植え付けはタネまき後20〜25日程度、本葉5〜6枚のころに行います(第1図)。

この時期はまだ気温が高いので、油断するとコナガなどの害虫にやられてしまふことが多くなります。そこで、寒冷紗で虫の侵入を防ぐ、虫を見つけたら捕殺する、BT剤などの農薬の散布を行うなどして、健全な苗を育てるようにします。

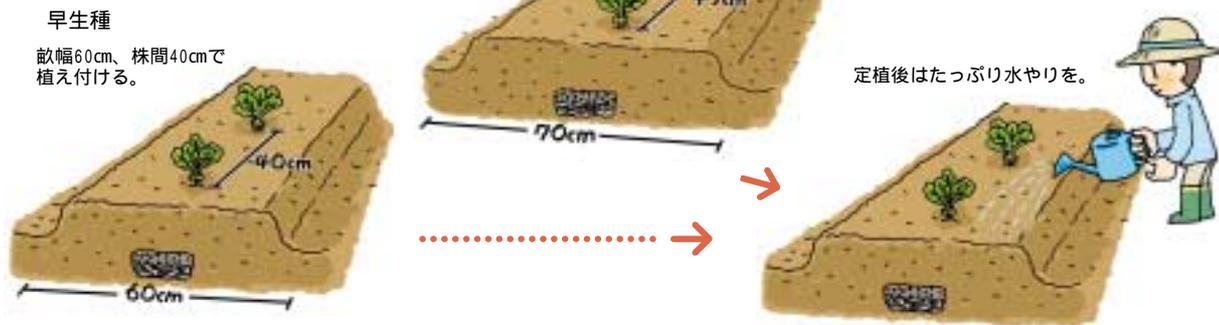
第2図 土づくり



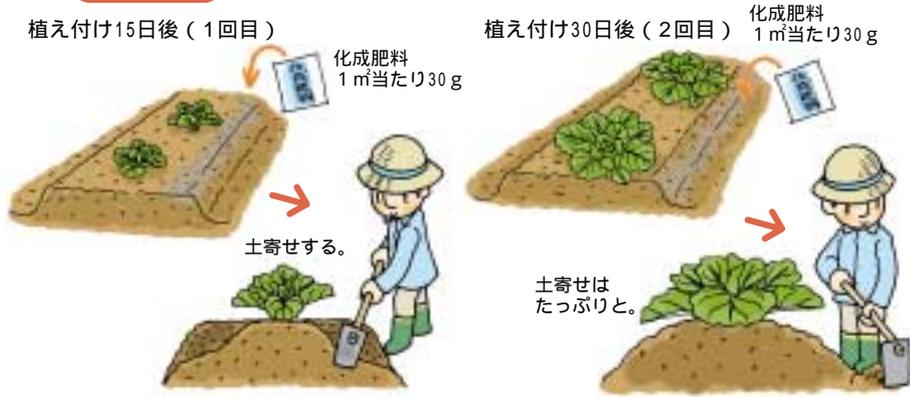
### 3 土づくりと苗の植え付け

根こぶ病の発生を防ぐため、アブラナ科野菜の連作は避けましょう。第2図と第3図を参考に、土づくりから植え付けまでを行ってください。

第3図 植え付け



第4図 追肥・土寄せ



**4 追肥・土寄せ**  
 植え付け後15日目と30日目の2回に分けて、追肥・土寄せを行い、生育を促します。いずれも1㎡当たり30gの化成肥料を畝の側方に施し、土寄せします(第4図)。ハクサイを大きな玉に結球させるには、本葉20枚の結球開始時期までに、いかに外葉を大きくするかがかかっています。追肥と適度な水やりを心掛け、順調な生育を助けま

もしハクサイが玉にならなかったら...

ハクサイは、丸々とした玉になってこそハクサイですが、播種期の遅れや生育不良などが原因で、結球に失敗してしまう場合があります。しかし、あきらめて株を引き抜かなくても大丈夫。実は、そのまま冬越しさせ、2月末まで待つと、とてもおいしい菜の花がとれるのです。ハクサイの菜の花は4月まで次々に収穫でき、春の味覚を楽しませてくれます。

結球に失敗したハクサイを「万歳はくさい」などといいます。「不結球でお手上げ」という意味もありますが、ここは「菜の花が意外とおいしくて、万歳！」と前向きに考えましょう。失敗を成功に変えるコツです。しかし、失敗は失敗、次回は見事な結球を目指しましょう!



意外と春の味覚を楽しませてくれる「万歳はくさい」。



ハクサイは虫害が多いので、虫をこまめに見つけて捕殺を心掛けるほか、薬剤散布も行おう。

**5 病害虫防除**  
 ハクサイはアブラムシ、アオムシ、コナガなどの虫害が多いので、株数が少ない時は虫を見つけたら捕殺します。また、天然成分由来の安全な農薬を使う場合、アブラムシにはオレイト液剤、コナガ、アオムシにはBT剤などを散布します。慣行農薬を使うなら、オルトラン、DDVP、マラソン剤などを散布します。



収穫適期のハクサイ。

**6 収穫および貯蔵法**  
 手で押さえてみて、かたくしまった状態のものから収穫できます(第5図)。早生種で60〜70日、中生〜晩生種で80〜100日くらいです。年内に収穫したものが多量な場合は、新聞紙などで包み、保存すると日もちがよくなります。畑で年越しするのなら、ハクサイの外葉で結球部を包み、防寒するとよいでしょう(第6図)。ただし、1月中

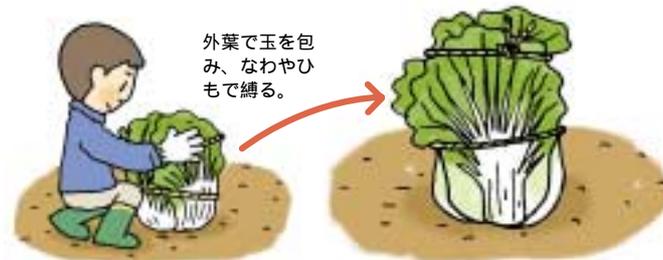
第5図 収穫

手で玉をさわって、しまっていたら収穫適期。



第6図 ハクサイの防寒

外葉で玉を包み、なわやひもで縛る。



旬の寒冷期に入ると、結球内部が腐敗し始める場合があるので、やはり早めに収穫するようにします。



藤田 智  
(ふじた さとし)

プロフィール

恵泉女学園大学園芸文化研究所助教授。専門は野菜園芸学、植物育種学、農業教育学。「NHK趣味の園芸」講師、雑誌「やさしい畑」連載のほか、ラジオなどでも野菜作りの魅力を伝えている。主な著書に「別冊 NHK趣味の園芸・わが家の片隅でおいしい野菜を作る」(NHK出版)など多数。