

藤田 智 直伝! プランター菜園 基本の キホン!

恵泉女学園大学
園芸文化研究所准教授

ふじた さとし
藤田 智

その14 ピーマン類

—カラフルな高栄養果実—

もともとはアメリカ大陸の熱帯地域が原産のピーマンは、コロンブスによって多くの国に広められました。暑さに強く、病害虫の心配も少なく、比較的作りやすい品目です。また、栄養価の高い野菜と

しても知られており、最近では赤や黄、オレンジなどの完熟果が人気を呼んでいます。

カラフルで作って楽しく、栽培容易。しかも栄養もたっぷりとれるピーマンを、ぜひ身近で作ってみてください。



カラフルなパプリカや、おなじみのシシトウ。種類も豊富で栽培する楽しみが広がる。



栄養価が高く、炒めもの、サラダなどいろいろな料理に使えるピーマン。

栽培方法

1 コンテナなどの準備

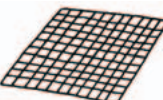
ピーマンは株の高さが約1mになり、また5〜10月ごろまでの長期間にわたって栽培するので、コンテナは25ℓ以上の大型のものを使用します(第1図)。

2 タネまきと植え付け

植え付けは、5月上旬〜下旬に行います。植え付け適期苗は、1番花が開花するくらいのお大きさです。購入後に12cmポットに移し、1番花が咲くまで育苗することをおすすめします(第2図)。

第1図 準備するもの

①コンテナ
(容量が25ℓ以上のもの)



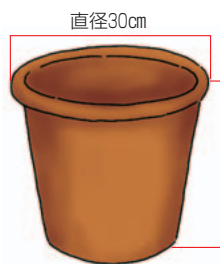
②鉢底ネット



③軽石(鉢底石)



④培養土



直径30cm

深さ
30cm

⑤長さ70cm程度の仮支柱1本

⑥長さ1m程度の支柱竹1本



⑦誘引用のひも



⑧移植ゴテ、ハサミ

第2図 鉢上げ



購入苗は7.5〜9cmポットであることが多い。

12cmポットに鉢上げし、1番花が咲くまで育てる。



ピーマン類の特徴

トウガラシの仲間のうち、辛みのない種類をピーマン(Capsicum annuum)と呼びます。ピーマンの語源は、フランス語のpoivreの読みがなまったものといわれています。

原産地は中央アメリカから南アメリカの熱帯地域で、コロンブスにより1493年に初めてスペインへもたらされ、やがてヨーロッパに広まりました。さらにはインドを経て、17世紀には中国に伝わったとされ、日本へは16世紀には入っていたという記録があります。ピーマン類は果菜の中でも高温性で、暑さに強く、また病虫害も少ないので

主な品種

ピーマンの品種は、小果種、中果種並びに大果種に分けられます(次頁)。

おすすめピーマンあれこれ

小果種 (シシトウガラシの仲間)



‘ししとう’
果色が鮮緑色で品質がよく作りやすい。



‘甘とう美人’
果長約15cm、風味・食味が最高の甘長トウガラシ。



‘伏見甘長’
果長10~12cmで、果色は緑が濃くテリがあり、辛みが少なく食味良好。

中果種 (ピーマンの仲間)



‘ニューエース’
果実40g、濃緑色でツヤがあり、味もよくて何より収量が多い。筆者が5年栽培し、自信をもっておすすめできる品種。



‘京波’
果重約30gと中型で、果実の揃いがよい。



‘京ひかり’
ウイルス病抵抗性で、低温期でも果実の肥大がよい中型種。

大果種 (パプリカなど)



‘ワンダーベル’
果重150g。果色は濃緑で完熟すると真っ赤になる。肉厚で甘みがあり、サラダ用に人気。



‘イエローホルン’
牛角形の黄色ピーマン。食味がよく栽培しやすい。果重120g。



‘レッドホルン’
甘みが強く食味のよい、牛角形の赤色ピーマン。果重120g程度。



‘京みどり’
果重約30gの中型種で、果肉がやわらかく食味に優れる。



‘京ゆたか’
収量が多く、果実の品質および日もちがよい中型品種。



‘オレンジブロッキー’
やや短めのブロッキー形でオレンジ色の果色が特徴的。着果良好な豊産種。果重約200g。



‘フルービーイエロー’
ビタミンC、ルテインが豊富な黄色パプリカ。作りやすく初期収量も多い。果重120g。



‘フルービーレッド’
甘みが強く、濃い赤色は見た目も美しい。ビタミンCが豊富で栽培しやすい。果重120g。



‘平安栄光’
果重約50gで果肉はやわらかく、耐暑性が強くて作りやすい。



‘京鈴’
ウイルス病抵抗性で着果性に優れている。

コラム タネから育てる場合

タネまきは、植え付け時期の2カ月ほど前を目標に行います。5月植え付けでは、2月下旬の寒冷期にタネまきすることになりますので、保温が大変です。家庭菜園では、4月まきの6月植え付けが無難です。

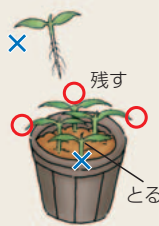
① 12cmポリポットに培養土を入れ、指でまき穴を4~5つあけて、タネを4~5粒まく。



② 覆土し水やりをする。



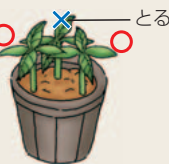
③ 発芽後、生育のよい芽を3本残して間引く。



④ 3本に!



⑤ 本葉が2~3枚になったら、2本残して間引きする。



⑥ 2本立ち



⑦ 本葉4~5枚で生育のよい1本を残し、あとは間引きする。

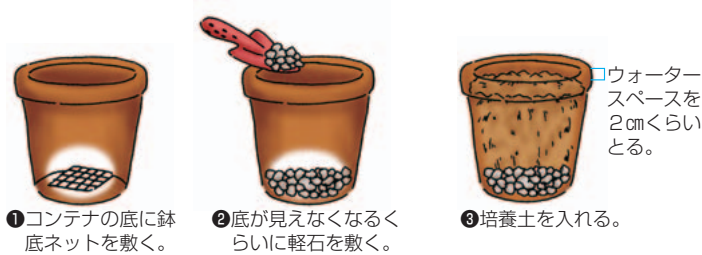


⑧ 1本立ち



⑨ 第1花房が展開した、定植適期苗に。

第4図 植え付け



- ①コンテナの底に鉢底ネットを敷く。
②底が見えなくなるくらいに軽石を敷く。
③培養土を入れる。

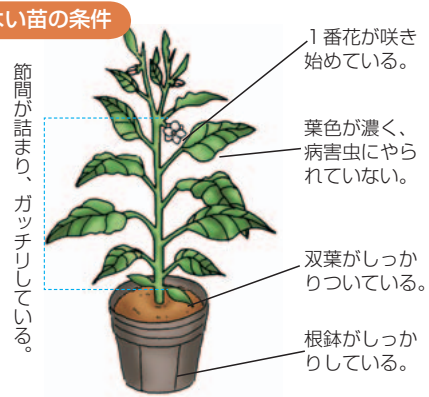
- ④コンテナの中央に植え穴を掘る。

ポリポットから、根鉢を崩さないように抜く。

植え穴を掘る。

- ⑤苗を植え付ける。株元に土を寄せ、ぐらつかないようにする。

- ⑥水を与える。



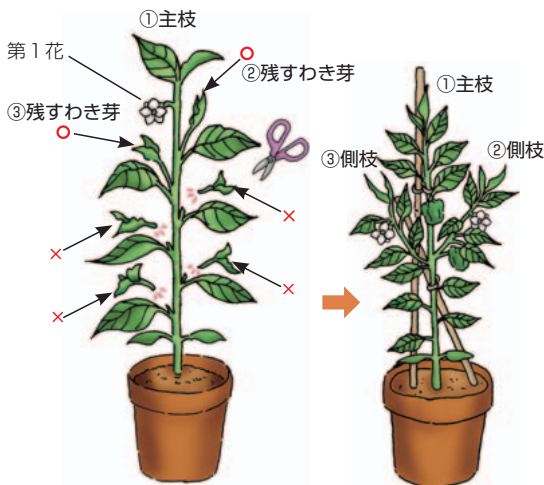
第3図 よい苗の条件

① 苗の選び方と植え付け
第3図を参照してよい苗を選び、第4図のように植え付けます。

3 整枝（仕立て方）・誘引

② 仮支柱立て
植え付け後に仮支柱を立て、植え付けた苗の茎を、地際から15cmくらいの所で8の字に誘引します（第5図）。
植え付け後、生長とともに枝が込んできますので、わき芽を摘んで整枝します。時期は1番果が肥大し始めるころが目安で、主枝とその下の勢力の強

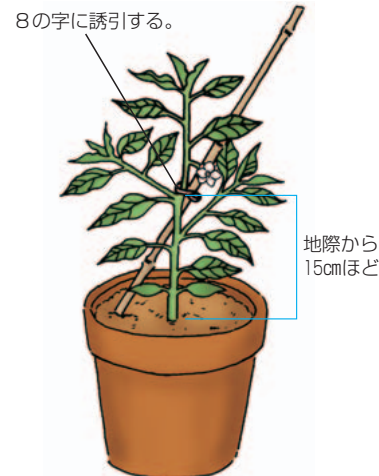
第6図 整枝・誘引



主枝とその下の勢力の強いわき芽を残す。

誘引し、本支柱を立てる。

第5図 仮支柱立て



4 追肥

コンテナ栽培では畑と異なり、水やりと同時に土の肥料分が外へ流れ出てしまいます。したがって、定期的に追肥を行うことが栽培成功のポイントとなります（第7図）。
い2本のわき芽を残し、合わせて3本に仕立てる3本仕立ての整枝法を行います（第6図）。

第7図 追肥



5 病害虫の防除

アブラムシにはオレト液剤、ハダニには粘着くん液剤を散布して防除します。テントウムシダマシは見つけたら捕殺します。うどんこ病にはカリグリーンを散布します。

6 収穫

小果種および中果種は、開花後15～20日の未熟果を収穫します。こまめに収穫すると長く楽しめます。大果種では開花後約60日、十分に着色した完熟果を収穫します。



藤田 智
(ふじた さとし)

秋田県生まれ。恵泉女学院大学園芸文化研究所准教授。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」連載などで野菜作りの魅力を伝える。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。