

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



秋田県生まれ。恵泉女学園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。

その23 コマツナ 一将軍が命名した野菜

享保4年（1719年）、八代将軍徳川吉宗公が鷹狩をした際、食事の場所として小松川（現在の江東区亀戸）の香取神社が選ばれました。当時の亀井神主が将軍様にお出ししたのは、餅の澄まし汁に青菜を添えたもの。これを食べた吉宗公はたいそう喜ばれ、地名にちなんで青菜を「小松菜」と命名されたということです。

こんな伝承も、コマツナの古い歴史ゆえ。吉宗公も喜んだ味を、プランターで再現してみてください。



栄養豊富な緑黄色野菜、煮物におひたしに、おいしいコマツナを育ててどんどん食べよう。

コマツナの特徴

コマツナ（小松菜）はその名の通り、江戸時代から東京・小松川町の特産として栽培されてきた、いわゆるツケナの仲間です。ツケナ類の原産地は地中海沿岸地帯と考えられ、中国で大きく発展した後、日本へ導入されました。古事記（712年）にも「アオナ」の記載があり、日本で最も古く、食卓になじみ深い野菜の1つといえるでしょう。カロテン、ビタミンC、ミネラルなどを豊富に含む緑黄色野菜の代表で、今や全国で栽培されています。

生育適温は20℃前後と冷涼な気候を好みますが、暑さ寒さの両方に比較的

強いので、真冬を除けば周年で栽培できます。半日程度の日照で十分育ち、家庭菜園向きといえます。春秋まきはタネまき後30〜40日、夏まきは25〜30日で収穫可能で、7〜10日おきに計画的にタネまきすると、台所直結の重宝な菜っぱが、連続して収穫できます。

主な品種

●夏まき栽培向き

極楽天、のほか、笑天、が耐暑性に優れます。また、春と秋も栽培できる、菜々子、菜々美、は、ネーミングも筆者のお気に入りです。

●秋冬まき栽培向き

楽天、おそめ、夏楽天、などがお

栽培方法

1 コンテナなどの準備

第1図を参考に準備します。

2 タネまき

タネまきの適期は、3〜10月ですが、真夏は暑さと虫害のため、初心者にと

すすめです。ほかに、小松菜、新晩生小松菜、は、耐寒性が強く、晩抽性で収穫作業もしやすい草姿です。

●交配種

交配種の、べんり菜、ちようほう菜は、食味良好でミネラル豊富、栽培しやすく家庭菜園に向きます。

3 水やり

発芽するまでは土の表面が乾かない程度に水やりし、発芽後は「土の表面が乾いたらたっぷり水をやる」というルールを守って、水のやりすぎに注意します。

つては栽培の難しい時期となります。まず、条間10〜15cm、深さ1cm程度のまき溝を2条つくり、タネを1cm間隔でまきます。まいた後は溝が埋まるくらいに覆土し、土の表面を軽く押さえてたっぷり水やりします（第2図）。



‘ちようほう菜’のプランター栽培。これらの交配種を育てるのも楽しい。

おすすめのコマツナあれこれ

夏まき栽培向き



‘極楽天’

食味がよく、萎黄病に強く高温期でも安定して育つ。



‘菜々美’

株張りがよくたくさん収穫できる、夏栽培以外に春秋栽培にも向く。

秋冬まき栽培向き



‘楽天’

ツヤのある丸葉で栽培しやすく、春まきにも向く。



‘おそめ’

寒さに強く、12月～1月どりではコマツナらしい味が楽しめる。

交配種



‘べんり菜’

周年栽培ができる、その名の通り便利な菜っ葉。

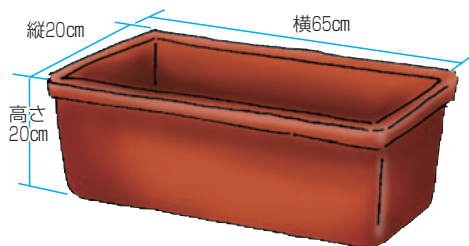


‘ちょうほう菜’

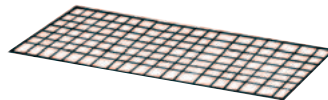
コマツナより収穫期の幅が広く、育てやすい。

第1図 コンテナの準備

① 14ℓ以上の標準のコンテナ



② 鉢底ネット

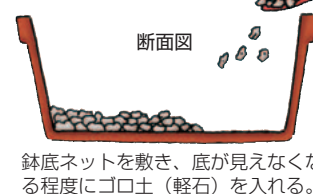


④ 培養土



⑤ 移植ゴテ

〈コンテナに用土を入れる〉



鉢底ネットを敷き、底が見えなくなる程度にゴロ土（軽石）を入れる。



培養土を入れ、表面を平にする。

ウォータースペース (2cm)

コラム コマツナの菜の花

秋冬にコマツナが余ってしまったら、そのままコンテナに残し、3月上旬ごろから始まるトウ立ち、いわゆる菜の花も楽しむことができます。筆者の育った秋田では、春先にトウ立ちした菜類を「茎立ち菜」と称します。手でポキッと折れる所から収穫し、ゆでて春のほろ苦い味覚を楽しむのですが、コマツナもそのようにしておいしく食べられます。

最初の蕾（つぼみ）を折り取ると、次々にわき芽が出てくるので、しばらくの間楽しめますし、開花した菜の花の黄色が春らしくてよいものです。収穫し忘れたアブラナ科の野菜があったら、こんな楽しみ方もおすすめです。

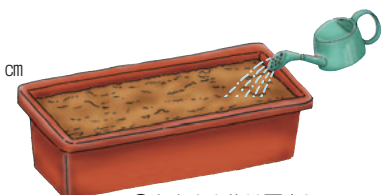
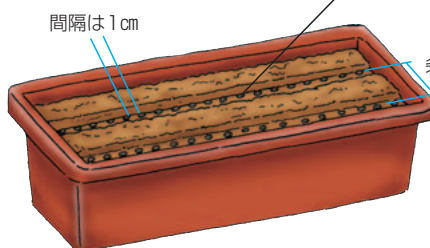
第2図 タネまき

① タネをまく。条間10～15cmで2条まき。

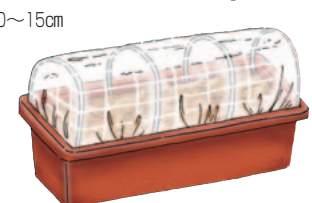


まき溝の深さは1cm。

間隔は1cm



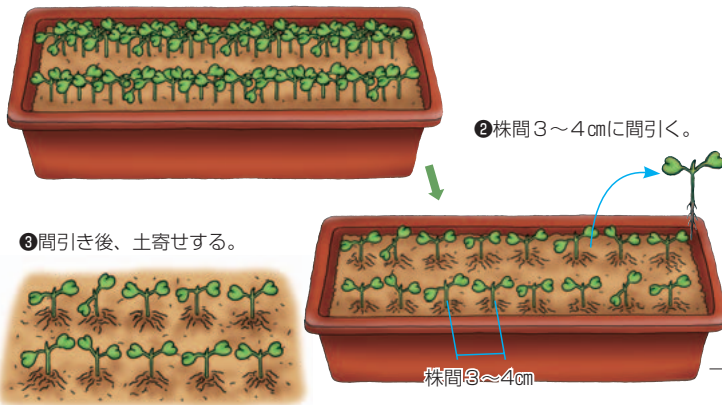
② タネまき後は覆土してたっぷり水やり！



③ 寒冷紗などで覆うと害虫防除ができる。

第3図 間引き・土寄せ (1回目)

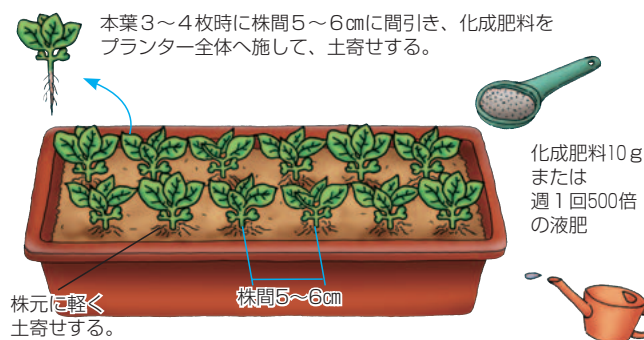
①双葉が完全に開いてから、本葉1~2枚のころ。



1回目の間引きは本葉1~2枚までに。

4 間引き (1回目)・土寄せ (1回目)
 双葉が完全に開いたころから、本葉1~2枚までに行います。株間は3~4cm間隔とし、ていねいに間引きます。間引いた後は、株が倒れないよう株元に軽く土寄せします (第3図)。

第4図 間引き・土寄せ (2回目)・追肥 (1回目)

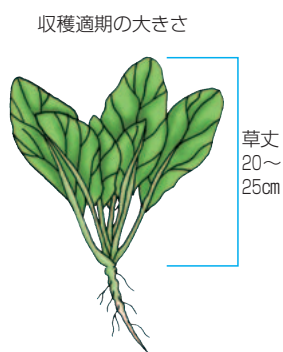
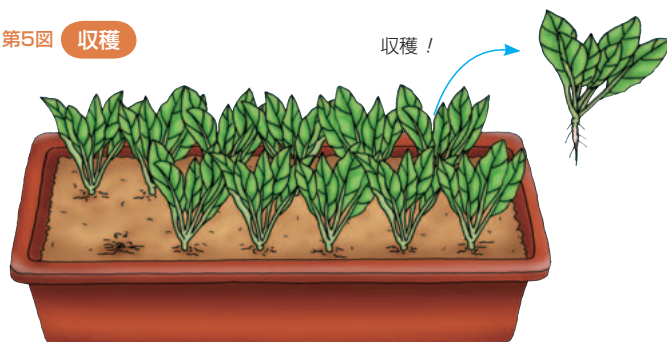


2回目の間引き。残す株の根を傷めないよう、地面を押さえて引き抜く。



間引き、追肥後に土寄せする。

第5図 収穫



コマツナの収穫。ハサミで株元から切ってもよい。



草丈20~25cmで収穫します (第5図)。

5 追肥 (1回目)・土寄せ (2回目)
 本葉3~4枚になれば、株間5~6cmに間引きます。その後、プランター全体に化成肥料を10g程度まき、株元に軽く土寄せします。液肥を使用する場合は、週に1回を目安に500倍液を水やり代わりにします (第4図)。

6 病害虫防除
 害虫では、アブラムシにはオレイト液剤を、コナガやアオムシにはBT剤を散布します。また、寒冷紗などでプランター全体を覆うと、無農薬栽培も可能です。

7 収穫
 草丈20~25cmで収穫します (第5図)。