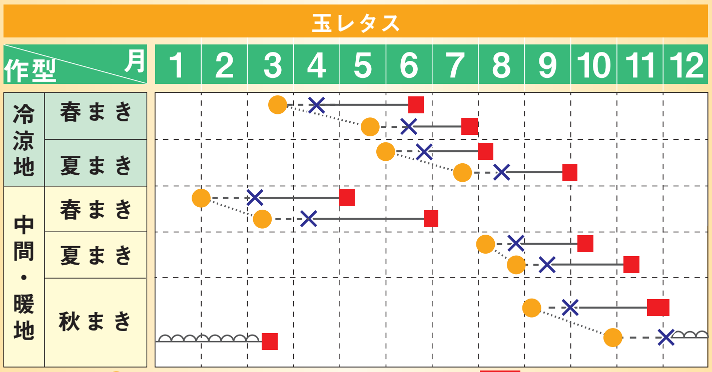
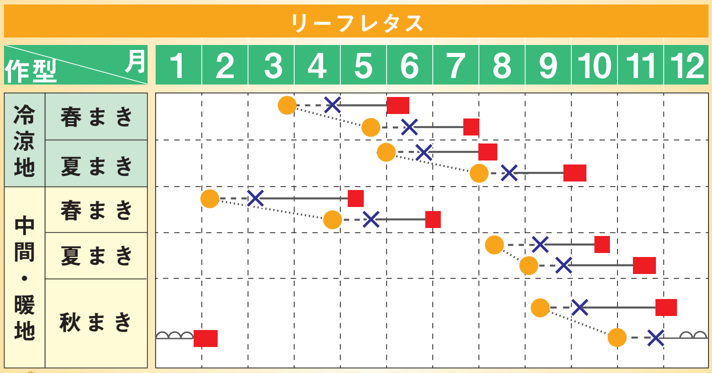
タキイのレタス栽培マニュアル





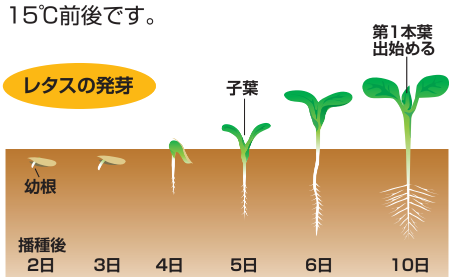
記号説明 ●タネまき ---育苗期 ×定植 ―生育期 ■収穫期 ⌒⌒⌒トンネル ●…適宜播種可能

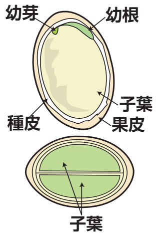
レタスの発芽と抽苔

発芽適温　15〜20℃
高温よりも低温のほうが発芽しやすい傾向にあります。25℃以上になると休眠状態になって発芽が悪くなり、30℃以上、また4℃以下ではほとんど発芽しません。

生育適温　18〜23℃
25℃以上では玉肥大が抑制され、30℃以上では生育が阻害され正常な結球ができません。10℃以下では葉数分化を停止します。根の生育適温は15℃前後です。

↑レタスの発芽





[レタスの花芽分化と抽苔]
高温によって花芽分化が誘起され、長日条件でさらに助長されます。分化後の抽苔も、高温長日条件により促進されますが、生育前半期に高温条件下であっても短日により、抽苔は抑制されます。一般に、本葉12〜13枚から結球開始期が感応しやすく、20℃以上の高温・長日条件で花芽分化が最も促進されます。分化後、抽苔までの日数は25℃以上で10日、20℃で20日、15℃で30日。15℃以下では抽苔しにくくなります。栽培環境による影響もあり、密植や日照不足、干ばつなど生育の遅れるような条件下では、抽苔が起こりやすくなります。

↑レタスの花

レタスの種類と特性

[レタスの種類]

結球型	分　類	特性・別名・品種等
結球チシャ	クリスプヘッド型（玉レタス）	球は大型で完全結球。結球硬く葉肉厚い（サリナス系、カルマー系、グレートレイクス系など） 歯切れよく、甘味あり。水分に富む。輸送性高い。
	バターヘッド型（サラダ菜）	葉肉薄く柔軟・美味。葉面平滑で結球柔らかく、頂部の包合不完全。葉色淡緑、ヨーロッパ・南米に多い。輸送性低い。都市近郊の栽培。
半結球チシャ	ロメイン（立チシャ）	葉は長卵形（サジ状）、中肋大きく肉厚。タケノコ型半結球。コスレタスとも呼ばれる。
不結球チシャ	チリメンチシャ	非結球で叢生状。グリーンリーフ、レッドリーフはこれに入る。葉数多く玉チシャの原種。
	カキチシャ	緑色種と褐色種があり、下葉を掻きながら利用。チマサンチュ。
	チシャトウ（茎チシャ）	食用茎は直径4㎝、長さ30㎝。ステムレタス（茎レタス）と呼ばれる。中国料理によく使われる。

[玉レタスの主な品種分類]
温度が高い時期の抽苔、低温期の肥大性など播種期によって品種の使い分けが必要になります。

タイプ	熟期	結球タイプ	抽苔性	耐暑性	低温肥大性	特性
マックソイル	極早生	葉数型	晩	◎	×	多肥を好む、早く結球するが過熟になりやすい
エンパイア	早生	中間型	極晩	◎	×	耐暑性が強く、高温結球性にすぐれる大玉系
カルマー	早生	中間型	中早	△	○	強勢で吸肥が旺盛 低温肥大性あり味のよい大玉
グレートレイクス	中生	中間型	中	△	○	環境適応性が広い 球のまとまり、揃いは劣る
サリナス	中晩生	葉重型	早	×	○	球のまとまりよく秀品率が高い 肉厚の球葉で日もちする
バンガード	晩生	葉重型	早	×	◎	厳寒期どり。強勢で耐寒性と玉肥大よい

[発芽が大事] 高温時には種子を吸水させて、冷蔵庫内で催芽させた後、播種するとよいでしょう。発芽に際して、好光条件を好みます。したがって覆土は乾燥しない程度に極薄くします。コート種子の覆土も同様ですが、発芽するまで乾かさないようにすることが大切です。

↑レタスの芽出し

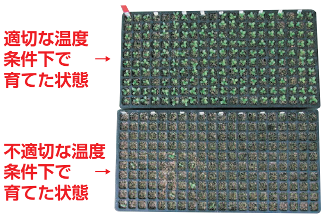
ポット育苗

播種と育苗

セルトレイ育苗

レタスの種子は 25℃以上になると休眠し、発芽しなくなる性質があります。7〜8 月まきでは、晴天時には温度 30℃以上になる時もあり、発芽には適さない環境になってしまいます。播種後、約 2 日程度はトレイを軒下など涼しい場所に置くか、遮光資材（タキイホワイト、寒冷紗など）で直射日光をさけるなどの配慮が必要です。また、播種を夕方に行うのも効果的です。

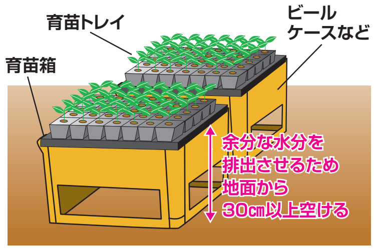
育苗日数20〜25日程度、本葉2〜3枚で定植



発芽適温である18〜20℃以外の条件では、極端に発芽率が下がる

トレイ育苗のポイント

レタスにおいて健苗育成の一番のポイントは水分管理です。軟弱徒長させないためにも、「夕方には培土表面が乾く」程度に潅水を行います。また、トレイは地面から浮かせて置き、余分な水分を早く排水できるようにします。トレイ育苗では、特に若苗定植を心掛けてください。老化苗定植では活着が遅れ、収量や秀品率に影響を及ぼすので避けるようにしましょう。



玉レタスの生育

早生種 秋どりレタス

結球態勢に入るには、十分な外葉の肥大と一定の外葉数が必要です。結球開始期における外葉の枚数は12～13枚前後で、葉が立ち上がり幅広な葉形となって、葉面積が確保されることが必要です。

収穫遅れに注意

結球開始期から収穫までの日平均気温の積算は早生種で350～380℃、中生種で400℃前後、晩生種で450～500℃が目安となります。

結球開始期までに、定期的に予防殺菌剤を散布

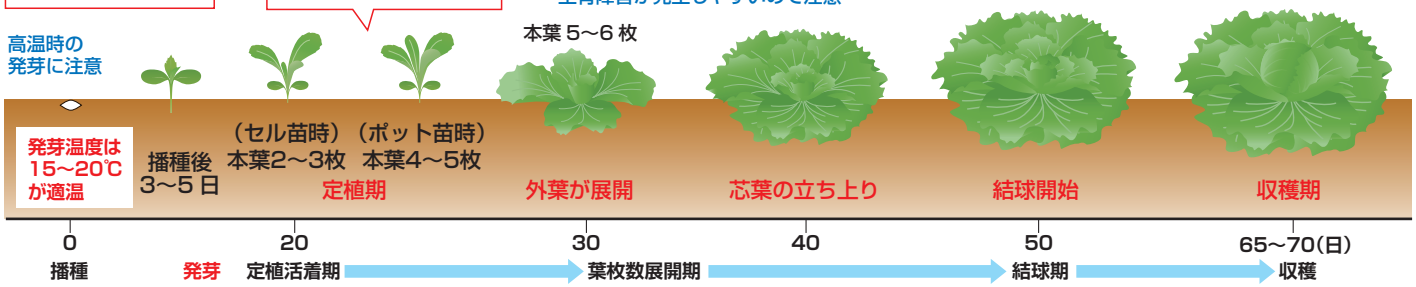
急激に栽培環境が変化すると生育障害が発生しやすいので注意

生育適温　18～23℃

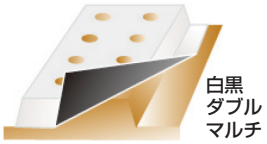
害虫に対する薬剤散布を定期的に行う

結球適温　20℃前後

上から軽く手で押さえて、弾力がありやや硬く締まったころに収穫



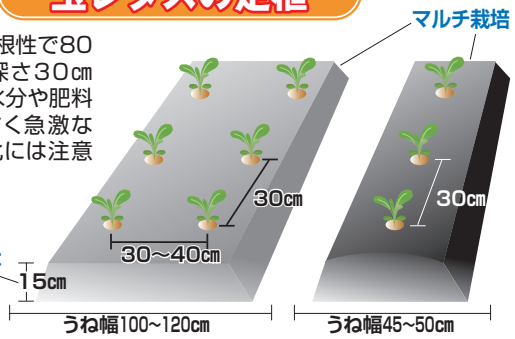
【マルチの利用】 肥効や土壌水分の急激な変化を防ぎ生育をスムーズに進めるためには、マルチ栽培が適します。生育初期が高温となりやすい9～11月どりでは、地温抑制効果のある白黒ダブルマルチやシルバーマルチを利用し、抽苔や分球を防ぎます。またシルバーマルチには、アブラムシの忌避効果も期待できます。作期が長く、低温期の栽培となる12月～3月どりに関しては、地温の上昇効果や雑草防止の観点から黒マルチを利用します。厳冬期にはトンネルがけによる保温が必要で、早春の栽培ではベタがけ資材の保温効果も期待できます。



玉レタスの定植

レタスの根は浅根性で80％以上の根が深さ30㎝内にあるため、水分や肥料分に反応しやすく急激な栽培環境の変化には注意が必要です。

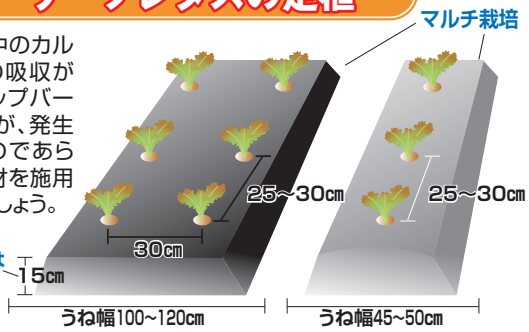
湿害に弱いので、排水が悪い所では高うねにする



リーフレタスの定植

レタスは土壌中のカルシウム（Ca）の吸収が不足するとチップバーン（縁腐れ症）が、発生しやすくなるのであらかじめ石灰資材を施用するようにしましょう。

湿害に弱いので、排水が悪い所では高うねにする



施肥量

1回の栽培に必要な施肥量（全体）は、目安として10㎡当たり成分量で、チッソ、リン酸、カリとも冬どりで250～350g、春、秋どりで100～200gを施します。マルチ栽培では全量元肥とし、3成分を等量ぐらいに施用するようにしましょう。リーフレタスの施肥量も基本的には玉レタスと同量にします。

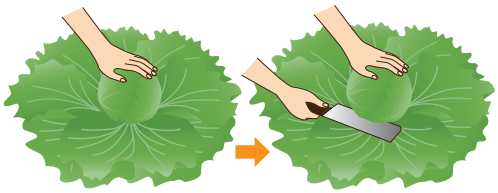
チップバーン

葉の先端や周縁部（tip）が、焼けたり焦げたりした（burn）ようになる症状で、「縁腐れ症」とも呼ばれています。カルシウム欠乏によって引き起こされ、生育に必要な量と土壌から供給される量に不均衡が生じたときに発生します。根の傷みや地上部の生育不良、土壌の過乾湿なども症状を助長させます。

収　穫

玉レタス

収穫した玉レタスの断面



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す

リーフレタス

収穫したリーフレタス

草丈が23～25㎝程度で、芯葉が草丈の7～8割ぐらい盛り上がったころが収穫の目安です。外葉から少しずつかき取ると収穫期間が長くなります

玉レタスの生育障害

タケノコ球

レタスが結球異常を起こしやすい原因としては、特に葉の形状および生育量が短期間に変わりやすいことが挙げられます。異常球には球全体の生育異常によるものと球葉の一部に生育の異常が起こる場合があります。

種　類	症　状	原　因
分球	球頭が複数に分かれて結球	結球期の高温、干ばつ
不結球	葉が伸び上がり玉にならない	干ばつ、高温、低温による生育不良
風船球	風船形に大玉、内部充実しない	多肥栽培
腰高球	球形より伸び上がり縦長球	多肥栽培 結球期の高温、抽苔
タケノコ球（スパイラル球）	内部葉がよじれながらタケノコ状	結球前期の過剰生育、外葉の生育不良
チャボ玉	早く巻き肥大しないで小玉	低日照、低温、乾燥、施肥量の不足
タコ足	玉尻の結球葉の中肋が突出	外葉の不十分な生育、突発的気象障害、多肥栽培