#### 第二部:ゴーヤの正しい育て方

~ タキイ種苗、ゴーヤスペシャリスト木村さんより。~

今や、夏野菜の代名詞、ゴーヤは、 栄養に優れているだけではないんです。 ・実のなる野菜としては、元気で、育てやすい性質を持っています。

Land Bridge Blood Story Story Same Sand Story

更に、ツル系の野菜の基礎を まとめて学べます。

では、 そんな初心者に優しい「ゴーヤ」の 育て方をお教えします。

### ゴーヤは、6つのステップ。 種から実までは、だいたい2ヶ月半です。

- 1ステップ。種を播きましょう。
- 2ステップ 苗を植えます。
- 3ステップ 支柱を立てましょう。
- 4ステップ 枝を結わえて、整えます。
- 5ステップ 枝の先を切って栄養を集中。
- 6ステップ 立派な実をいよいよ収穫。

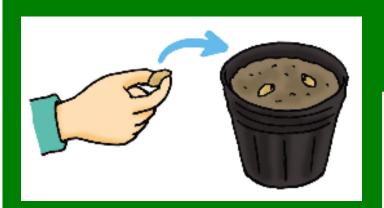
1ステップ 「種を播きましょう。」

全ての野菜作りに通じる、苗作り。
ゴーヤでマスターしちゃいましょう。

#### 1ステップ 「種を播きましょう。」

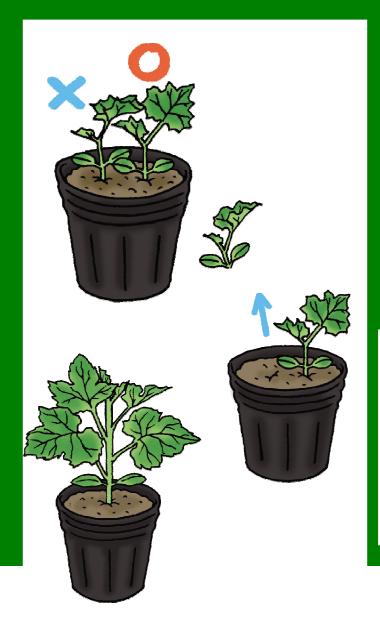


- 1.種を一晩、水につけておきます。
- 2. ポットに用土を入れます。 (ポットの淵から2cm下まで)
- 3.種をポット1つにつき3粒、 等間隔に蒔いて、土を被せます。
- 4. 水をポットの半分くらいの 量あげます。



【ポイント】水をあげる量と頻度 水は、毎日あげるのではなく、 朝、出勤前などにちょっと見てみて、<u>土の表面が</u> 白く乾き始めていたら、ポットの半分くらいを あげてください。

#### 1ステップ 「種を播きましょう。」

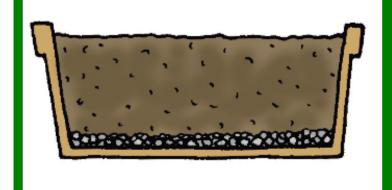


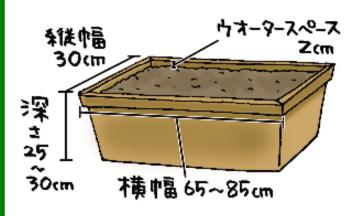
- 5.1週間~10日後くらいに 芽が出てきます。
- 6. 本葉が、1~2枚になったら、 間引いて1ポットにつき、1本に。
- 7. 本葉が、3~4枚になったら、 苗が完成です器

【ポイント】 芽を出すまでの温度管理 ゴーヤは、だいたい気温が28℃くらいを 維持すると芽を出します。 なので、一般家庭で発芽させつためには、 電気ポットの横や、パソコンのファンの横など、 暖かいところにおいてあげるとよいでしょう。 2ステップ 「苗を植えます。」

苗を植えると、本格的に 栽培スタートです。

#### 2ステップ 「苗を植えます。」





1.プランターに石を敷き詰めます。

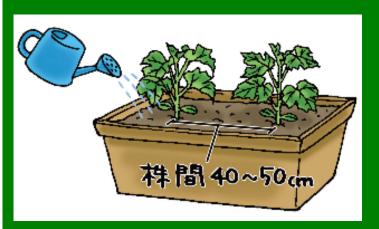
2.その上から用土を入れます。 (プランターの淵から2cm下まで)

【ポイント】土の敷き方 プランターに半分くらい土を入れたら、 一度しっかりとお水をあげて、土に水分を 含ませます。

そして、もう半分土を入れて、もう一度お 水をあげて、土に水分を含ませます。

#### 2ステップ 「苗を植えます。」

- 3.カップの苗を等間隔に、 プランター1つにつき2株植えます。
- 4. 苗の根元をしっかり押さえて、固定します。
- 5. 苗と土をなじませる程度に お水をあげてください。



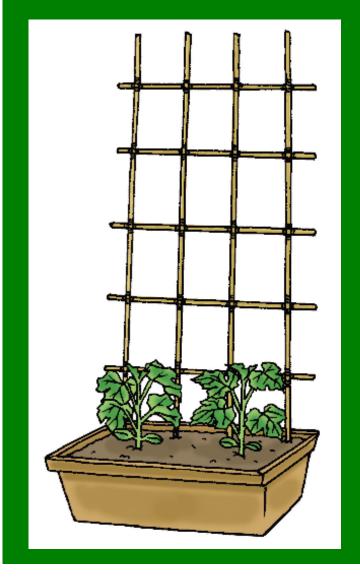
【ポイント】初心者の失敗ポイント

水のあげすぎに注意。 根っこも実は呼吸をしています。 土が水だらけになってしまうと、根っこは呼吸が できなくなってしまい、腐ってしまいます。 水をあげるのは、土の表面が白く乾いてきたら。 苗が小さなうちは、毎日あげる必要はありません。

# 3ステップ うな柱を立てましょう。」

カーテンになる部分。 難しそうに見えるけど、 手を動かすのが、意外に楽しいです。

#### 3ステップ 「支柱を立てましょう。」

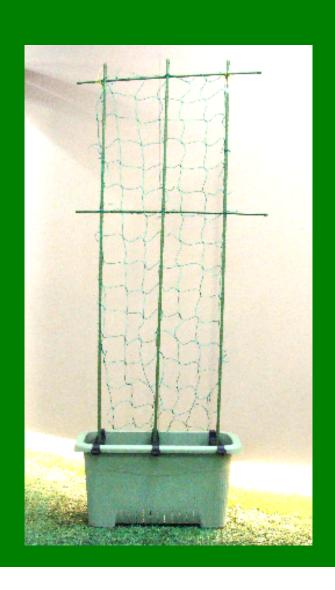


- 株と一直線になるように、プランターの両端と中央に支柱を立てます。
- 2.プランター幅の棒にきゅうりネットを通します。

#### 【ポイント】

できたら支柱はベランダの柵などと固定を。 風が強い地域では、倒れる可能性が あります。

#### 3ステップ 「支柱を立てましょう。」



3.立てた支柱の上部に横棒を 結びつけ、3本の縦の支柱を 固定します。

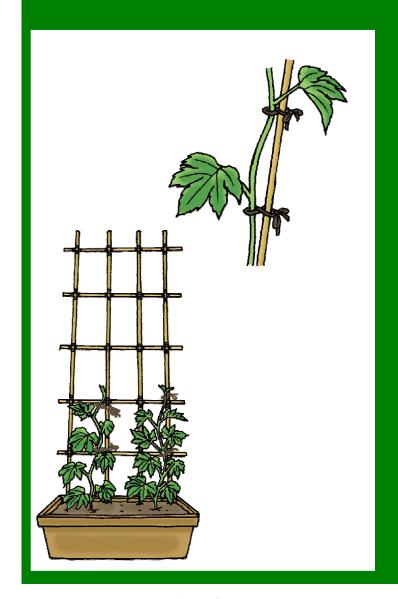
4. 「きゅうりネット」をたらして、 下部を支柱に結わえて、 固定します。

#### 4ステップ 「枝を結わえて、整えます。」

ぐんぐん伸びるゴーヤ。 ちゃんと育ってもらうためには、 成長する方向を決めてあげないといけません。

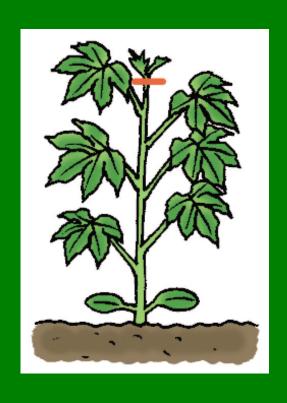
#### 4ステップ 「枝を結わえて整えます。」 実演





- 1. 育ってきた苗は、だらん、 としているので、 一度ネットに紐で結わえて、 起こします。
- 2. 結わえたところから上の つるをきゅうリネットに巻きつけます。

#### 4ステップ 「枝を結わえて整えます。」

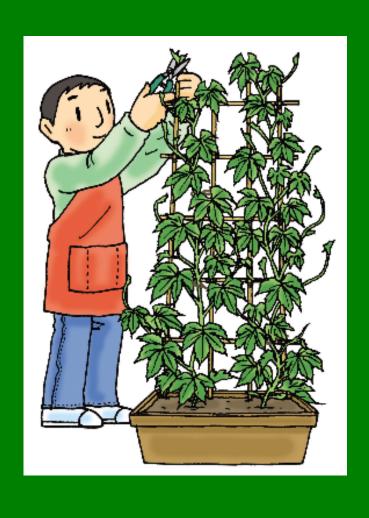


- 3. 本 葉が4~5 枚になったら、 一番の枝の先を摘み取ります。
- 4.その横から"わき芽"という枝が、 生えてきます。 これが最終的に伸ばす枝です。 3本の"わき芽"を育てます。

#### 5ステップ 「枝の先を切って栄養を集中。」

いよいよグリーンカーテンは、完成。 収穫間近で、 難しい作業は何も残っていません。

#### 5ステップ<sup>®</sup>「枝の先を切って栄養を集中。」



1. 成長させている枝が、 支柱の高さ(2m)に達したら、 その枝の先を摘みとってください。

2. 基本的には、どんどん出てくる わき芽は、ほったらかしでOK。 ただ、枝があまりにも茂りすぎたら、 適度に摘んでスキをつくって あげてください。

#### 5ステップ<sup>°</sup>「枝の先を切って栄養を集中。」



3.この時期、もし葉の色が、 薄くなるようなことがあったら、 追加の肥料を手のひらに、 半分くらいあげてください。 (追肥といいます。)

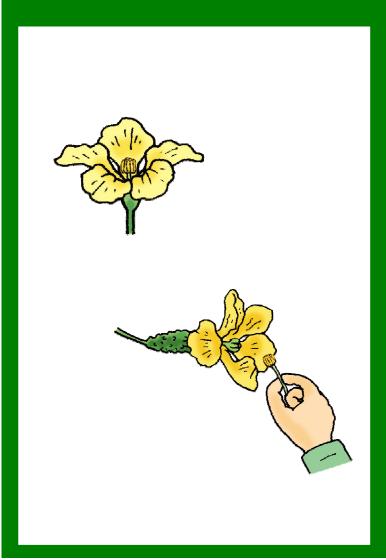
【ポイント】追肥用の肥料について 肥料には、ゆっくり効くものと、早く効く ものがあります。

#### 6ステップ 「立派な実をいよいよ収穫。」

A Direct and one process

2ヶ月半のゴーヤとの生活もいよいよフィナーレ。 元気に成った実を見ると感動すること間違いなし。

#### 6ステップ 「立派な実をいよいよ収穫。」



1. 雌花が咲いたら、朝のうちに「受粉」をします。

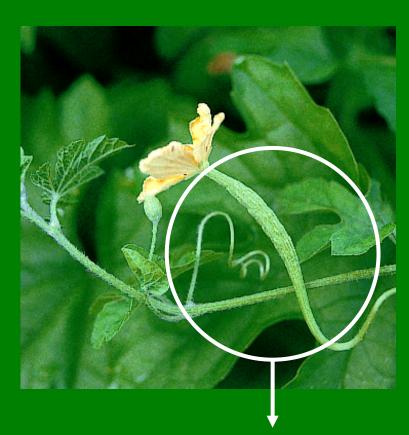
【ポイント】受粉の仕方 雄花1つで、雌花3つくらいは、 受粉可能です。 雄花はその日に咲いたものを使いましょう。

白っぽくしぼんだものは、 以前に咲いたもので、 花粉の生殖能力がなくなっているので、 注意。

#### ゴーヤ(雄花)

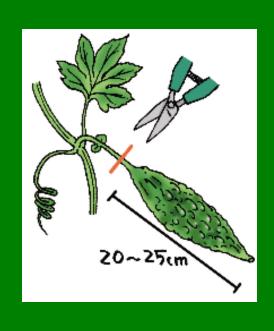
#### ゴーヤ(雌花)





この部分がゴーヤの実になります!

#### 6ステップ 「立派な実をいよいよ収穫。」



- 2. 受粉から15~20日くらいで、 実が立派に成長します。
- 3. 大体20cmくらいに育ったら、 収穫時。 (黄色くなる前) おいしく食べてあげてください。

## ゴーヤを育てるスケジュール くゴーヤと私の2ヶ月半>

