


食べて応援、作って応援

# 親子でつくろう!

ベランダ菜園



**ココブ**  
〈アブラナ科〉

栽培の難易度  
難 **中** 易

コンテナの大きさ  
 標準

ベランダ栽培のポイント

- 害虫の被害が大きいため、コンテナを寒冷紗などで覆うと無農薬栽培ができる。
- 間引きを適正な時期に、適正な間隔で行う。株間が狭いとよいカブができない。

日本で古くから栽培されている野菜のひとつです。生育適温は15~20度と冷涼な気候を好み、寒さには強いのですが、暑さや乾燥には弱い傾向があります。日当たりのよい場所で育て、乾いたらたっぷりと水やりします。

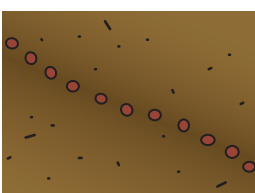
	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
種まき期間			■	■	■				■	■		
収穫期間						■	■				■	■

## 1 スタート 種まき

春と秋に作れる野菜です。ここでは種を条まきしていますが、点まきでもよいでしょう。種が重ならないようにまき、土を5~10mm程度かぶせます。ポットまきの植え替えはできません。



**1.種をまく**  
条間(列と列の間)10~15cmになるようにまき溝をつくり、1cm間隔で種をまく。



**2.土をかぶせる**  
まき溝の周囲の土を寄せるように土をかぶせ、手のひらで押さえて土と密着させる。種が流れないように気をつけて、たっぷりと水やりする。

## 2 1週間後 間引き(1回目)

種まきから4~5日たつと芽が出てきます。1週間程度で発芽がそろいますので、1回目の間引きをします。株の生長に合わせて、葉と葉が触れ合わないにすることがたいせつです。



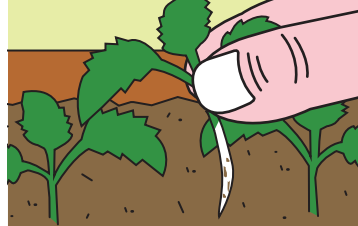
**1.間引きをする**  
双葉が開いたら、3cm間隔に間引く。スカスカでさびしく見えるが、よい株にするにはこの間隔を守ること。



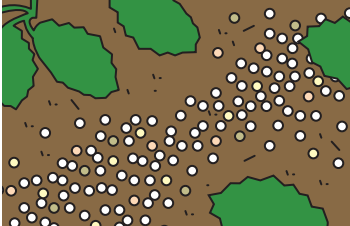
**2.土寄せする**  
間引き後、株をまっすぐに立たせて、株まわりに土を寄せて軽く押さえる。倒れたままだと生育が悪くなる。

## 3 2週間後 間引き(2回目)・追肥(1回目)

生長段階に合わせて間引きを繰り返しながら育てていくことがたいせつです。2回目の間引きで5~6cm間隔になるように間引きます。



**1.間引きをする**  
本葉3~4枚くらいになって、葉と葉が触れ合うようになったら、2回目の間引きをし、5~6cm間隔にする。



**2.追肥をする**  
化成肥料10gをコンテナの中央に均一にまく。

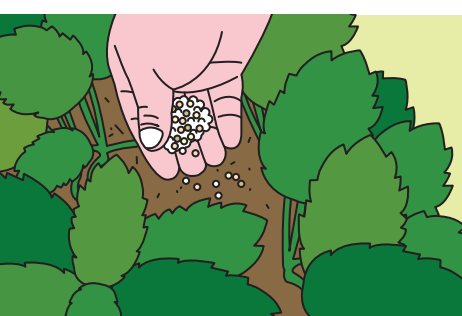


**3.土寄せする**  
中央に溝をつくるように土を盛り上げ、左右から株元に土を寄せて苗をまっすぐに立たせる。

## 4 4週間後 間引き(3回目)・追肥(2回目)

生育をみながら最後の間引きと追肥をします。肥料の施しすぎはかえってよくありません。

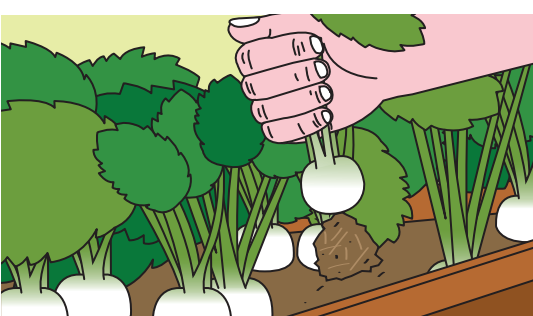
本葉5~6枚のとき、10~12cm間隔に間引き、条間に化成肥料10gをまく。



## 5 6~7週間後 収穫

カブは土の上で生長するので、まるで土の上にちよこんと置いたかのように根が太ってきます。直接5cmくらいが収穫の目安。おいしいうちにとりましょう。

直径5cmくらいが収穫の適期。株元近くを持って引き抜く。ほかを収穫しないときは、抜いた後の穴は埋めておく。



## JAのフレッシュライス

JAとうと「ふれあいパーク浅野」では、玄米をキログラム単位で精米するフレッシュライスを提供しています。地元産のコシヒカリ、ミネアサヒ、ミルキークイーン、ハツシモから新潟コシヒカリ、山形県のつや姫等ブランド米も取り揃えています。ぜひ一度お試しください。

ふれあいパーク浅野 営業時間/8:30~17:30 日祭日休業



お問い合わせ先: JAとうと経済部 TEL 0572-68-5120