

# 煮物にしても色鮮やか チンゲンサイ



中国華中地方の原産で漢名は「青梗菜」。戦後中国から導入、または過去のものから再導入された野菜は多いのですが、根付いたものは少数しかありません。その数少ない例がチンゲンサイなのです。

人気のもとには、火を通すと緑色が鮮やかさを増し、煮崩れ、目減りが少なく、あくがないなど、煮物、炒め物、おひたし、あるいは漬物にと、使い道が広いからです。

冷涼な気候を好み、生育適温は15〜22℃ですが、暑さ寒さにも葉茎菜類のうちではかなり耐える方で、4月下旬〜9月中旬まで幅広く種まきでき、育てやすいので家庭菜園には打ってつけです。

畑にじかまき、または育苗して植え付け、両方でできますが、長期間収穫を楽しむにはじかまき、畑の回転を良くするには育苗を、と使い分けます。

じかまきの場合には、ま

ず全面に完熟堆肥、油かす、化学肥料を15センチくらいの深さに耕し込み、準備しておいた畑に、くわ幅より広めの18〜20センチ幅のまき溝を作り、2〜3センチ間隔に、満遍なく種をまきます。覆土は5〜6センチくらいとし、夏に向かう栽培では防乾、防曇のために、その上に切りわらまたはもみ殻などを薄く敷いておきます。

次々に収穫し、長い間収穫を楽しむためです。

生育中15〜20日に1回、列の両側に肥料をばらまき、くわで軽く土に耕し込むようにしながら中耕します。

高温期にはアブラナ科野菜共通のコナガ、ヨトウムシなど害虫にやられやすいので、べた掛け資材やネット類を被覆したり、薬剤散布したりして防除します。

6枚の苗に仕上げて穴開きマルチを敷いた畑に植え付けます。じかまきの場合には穴開きマルチフィルムに1穴4〜5粒まき、育つにつれて間引き、草丈4〜5枚の頃1本立ちにします。種まき後春は45〜55日、夏は35〜45日、冬は50〜65日たち草丈が15〜20センチ、150センチくらいに育ったら収穫適期です。夏には株張りが悪く軟弱なものになりやすいです。株間を広く取り、肥切れさせずにしっかりと育てて上げましょう。

発芽したら本葉2〜3枚の頃4〜5センチ間隔に間引きます。その後も逐次間引き、最終株間を夏は16〜17センチ、冬は14〜15センチくらいにします。まき溝の幅を広くしておいたのは、間引きながら

下の方の葉に隙間ができるので、泥はねにより葉が汚れやすいですが、これを防ぐにはフィルムマルチが有効です。この場合にはセルトレイ（128〜200穴）に種まきし、本葉5〜

板木技術士事務所

●板木利隆



高温期の害虫防除には防虫ネットやべた掛け資材が有効



葉が長く下の方が膨らみ中ほどがくびれているものが優品



春早くまき過ぎると低温に遭いとう立ちしてしまう



夏株間が狭いと軟弱になりやすい