

# ゴーヤの育て方

ゴーヤとは正式には「ツルレイシ」といい、熱帯アジア地域が原産とされているウリ科の1年草です。未熟な果実を利用しますが、その果実が非常に苦いために「ニガウリ」とも言われていて、苦みの成分が夏バテ(体を冷やす)に効くといわれています。一般に知られている「ゴーヤ」は沖縄での呼び方になります。

食用として栽培されていましたが、最近では「グリーンカーテン」として日除けに栽培する人も増えました。

## ■ 年間カレンダー

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
一般地	タネまき												
	定植												
	収穫												

発芽適温: 25~30℃ 生育適温: 20~30℃  
 土壌適応性: pH6.0~7.0 輪作年限: 1~2年

比較的栽培は容易で、病害虫による被害の少ない野菜ですが、低温に弱いので夏場の栽培になります。

発芽温度も高いので低温期のタネまきは加温施設がないと発芽不良を起こす時があります。さらにタネが非常に硬く、水が浸み込みにくいので一部を傷つけてからタネまきを行うと発芽しやすくなります。

発芽後は必ず親づるを葉が5~6枚で摘芯して子づるを伸ばします。

## 1 タネまき

ポットにタネまき用の培土を入れ、土を湿らしてから2~3粒種をまきます。定植までには1本に間引きをしてください。



## 2 畑の準備

植え付けの2週間前位に堆肥と石灰、油粕・化成肥料等を散布し、よく混ぜておきます。

## 3 管理

本葉が4~5枚前後で株間70cmに定植し、親づるを摘芯します。



子づるはネットなどに絡ませてください。追肥は2週間に1回程度与えてください。



## 4 収穫

果実が20cm前後で収穫になります。

