

ふだん草 の 育て方

ふだん草はアカザ科の1~2年草でスイスチャードの英名があります。南ヨーロッパ原産で、日本には江戸時代に伝わりました。地方名がいくつもあり「シロナ」、「うまいな」「恭菜」などがあります。ほうれん草に似た照葉で、ほうれん草の代用品として使われることが多い。ビートやさとう大根の仲間になります。

■ 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 | | | | ■ | | | | | | | | |
| | 収穫 | | | | | | ■ | | | | | | |

発芽適温: 20~25°C
 生育適温: 15~25°C
 土壌適応性: pH6.0~7.0
 輪作年限: 1~2年

大変に丈夫で、季節に対しての適応性が優れています。耐暑性が強いので夏場の栽培も可能です。

1 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、よく深耕しておきます。肥料は根を作るために堆肥を十分に混ぜ込んでください。排水の悪い畑では、高畝してタネまきを行います。

2 タネまき

幅が90cm前後のベッドを作り、条間20cmでスジまきを行います。



3 管理

発芽後、間引きは必要に応じて混みあっている所を行います。



間引きを兼ねて抜き取りながら収穫し、株間を15~20cmにします。



4 収穫

収穫は抜き取って収穫しますが、外葉からかき取って収穫することも可能です。

