

野菜のつくり方

黒島忠司

1 作りたい品目の決定から、作付け計画まで

作りたい品目は



春夏野菜か 秋冬野菜 そしてその野菜の播種、定植時期は



春夏野菜は何で何科！（別紙資料1参考）

ナス科、ウリ科、その他（イネ科、マメ科、サトイモ科、ユリ科等）

秋冬野菜は何で何科！（別紙資料参考）

アブラナ科、キク科、マメ科、ユリ科、その他（セリ科、アカザ科等）



輪作体系を



作付け計画図の作製（資料参照）

収穫必要量、
作付け時期と収穫期間、
収穫終了時期等を加味

2 栽培する畑

使用可能な畑：その枚数、大きさ（面積 m^2 で縦 m ×横 m ）

一般的な畝幅：一般的な野菜の畝幅 1.2～1.5 m

ウリ類（カボチャ、スイカ等）の畝幅 3.0 m（1.5 m/畝×2畝）

3 どんな作付け、どんな栽培方法

1) 輪作体系を基本に

a 春夏作

例1 その他（スイートコーン）－ナス科（トマト）－ウリ科（キュウリ、マクワウリ）－その他（サトイモ、オクラ）－ナス科（トウガラシ類）－その他（スイートコーン）－ウリ科（スイカ）－その他（エダマメ、インゲン）－ナス科（ナス）－その他（下仁田ネギ、スイートコーン）－
参考 ウリ類（カボチャ、ズッキーニ等）、

例2 ナス科（ナス）－ウリ科（カボチャ）－その他（スイートコーン）－ナス科（トマト）－ウリ科（ズッキーニ）－その他（エダマメ、ネギ等）

b 秋冬作

例1 アカザ科 (ホウレンソウ) - ユリ科 (タマネギ) -
アブラナ科 (ブロッコリー、カリフラワー) - キク科 (レタス) -
アブラナ科 (ダイコン、カブ) - ユリ科 (下仁田ネギ苗床、セットタマネギ苗床) - アブラナ科 (キャベツ、ハクサイ) - マメ科 (実エンドウ、一寸ソラマメ) - セリ科、ユリ科 (ニンジン、セットタマネギ) - アブラナ科 (コマツナ、ミズナ、チンゲンサイ) -

例2 アブラナ科 (ハクサイ) - キク科 (レタス) - セリ科 (ニンジン) -
アブラナ科 (ブロッコリー) - ユリ科 (タマネギ) - マメ科 (一寸ソラマメ)

2) 栽培方法

a 慣行栽培

化学肥料、化学農薬を使用した栽培

b 環境保全型農業 (エコ農法)

化学肥料と化学農薬それぞれを2割以上減らした栽培

c 特別栽培

化学肥料と化学農薬ともに5割以上減らして栽培したもの

d 有機農業

化学肥料や化学農薬を3年以上全く使用しない田畑で認証機関から認定を受けた田畑で、農作物 (遺伝子組み換え作物でないもの) を化学肥料や化学農薬を使用しない栽培法。

但し、JAS法で認められた肥料 (油粕等) や農薬 (BT剤、サンクリスタル乳剤等) を使用してもよい。

4 堆肥、肥料、土壌改良材の施用

- 1) 堆肥の施用 : $5 \text{ kg} / \text{m}^2$ 累計 20 kg 以上 / m^2 で土壌が変わる。
- 2) 苦土石灰の施用 : $100 \sim 150 \text{ g} / \text{m}^2$
過剰の窒素を施用しなければ苦土石灰の施用必要ない。
- 3) 肥料の施用 : 基肥として $\text{N} - 20 \sim 25 \text{ g} / \text{m}^2$
化成 (16-13-16) を施用するならば、 $125 \sim 156 \text{ g} / \text{m}^2$
追肥として $\text{N} - 5 \text{ g} / \text{m}^2$ 、1~3回施用
化成 (16-0-16) を施用するならば、1回当たり $31 \text{ g} / \text{m}^2$
- 4) 鶏糞堆肥、有機質肥料、油粕等の施用 (化学肥料等を使用しない場合)
野菜の葉色を観察して、追肥を上手に行う。

鶏糞堆肥	$300 \sim 500 \text{ g} / \text{m}^2$
有機質肥料、油粕肥料等	$200 \sim 300 \text{ g} / \text{m}^2$
ボカシ肥	$150 \sim 200 \text{ g} / \text{m}^2$

色々な畑で土づくりを試みた結果、堆肥を 10 kg/m^2 2回施用（累計 20 kg/m^2 ）できた畑は以前と見違える土となり、鶏糞堆肥、ボカシ肥等だけで野菜が出来るようになる。

肥料を多く施用すると、野菜は軟弱で過繁茂になりやすく、その結果病気が発生しやすく、害虫が住みやすい。

5 病虫害の防除

1) 防虫ネットによるトンネル被覆

特に9月中に播種、定植する野菜にはトンネル被覆栽培を
しかし防虫トンネル被覆内は風通しが悪く、保温性が高いために、
害虫が侵入すると増殖しやすく、蔓延する。
時にはトンネル内の害虫発生を観察する。

2) 殺菌剤、殺虫剤の散布：適正使用

3) 有機栽培に使用可能農薬：BT剤など低農薬を使用（資料4）

4) 害虫被害の少ない時期に栽培

・ 秋冬野菜の場合

9月20日以降の播種、定植後防虫ネットや不織布によるトンネル被覆栽培
10月以降、コマツナ、ミズナ、チンゲンサイ等の播種後ビニル被覆栽培
被覆内温度が 30°C 以上にならないように工夫したり、注意する

・ 春夏野菜の場合

3月中にナス、トマト、ウリ類の定植又は仮植ご移植、
エダマメ、スイートコーンの播種した後、ビニル被覆栽培
被覆内温度が 30°C 以上にならないように工夫したり、注意する

ナス：テントウムシダマシの発生前に生育中期の生育促進と収穫期間の拡大
害虫の発生が早ければ、7月上旬。遅くても7月下旬
（発生の少ない畑もあり、害虫の発生は気まぐれ）

トマト：4月中旬から生育中期の生育促進と収穫期間の拡大
7月下旬～8月上旬からは高温、乾燥等による生育停滞
特に灌水量の工夫による土壌水分管理の困難さ

ウリ類（キュウリ、カボチャ、スイカ、マクワウリ、メロン、等）；
ウリハムシ、アブラムシの発生前に初期生育の促進と害虫被害軽減

エダマメ：カメムシ発生前までの生育中期確保

スイートコーン：アワノメイガ発生前の生育中期確保、
発生時期と生育段階の違いによる害虫被害回避

適期作付けで防虫ネットの利用を利用すれば、大部分の野菜を無農薬で栽培できる。

6 雑草対策
野菜の生育に必要な要素は

生産量は5要素の中で最低の要素量に支配される。

雑草の発生量を減少させたり、生育量を抑えたりするには、

7 美味しい野菜をつくるには

1) 土壌（野菜の地下部）

軟らかい土で、伸び伸びと育つ根と多くの微生物との共存

2) 生育（野菜の地上部）

太陽一杯で、風通しがよく、

葉の大きさ、節間の長さ、茎の太さ、葉色等が一定の野菜が理想

トマトか、キュウリがまだ畑にあれば、節の長さ、太さが一定の状態かどうか。

土壌水分が少ない時には節間が短く、葉が小さくなり、水分が多ければ逆となる。

8 お勧めの野菜品種

（野菜の種類、品種、栽培法方を資料1に基づいてファイルすると便利である）

まず、作って、食べてみて下さい。

自分で作った野菜は収穫して直ぐ食べるので美味しい。

お勧めする野菜の品種（量販店等に販売していない野菜も、資料5）

最後に

施肥、水分を少なめで、光を一杯浴び、風通しをよくする管理で、
” たくましい野菜を”

その上に15～30℃（できれば保温と防暑対策で20～25℃）になるような管理も忘れないで。

野菜の種類と利用器官による分類 (資料 1)

I 植物界→真葉植物

1 種子植物

1) 裸子植物門

2) 被子植物門

A 双子植物

a 離弁花

アブラナ科

種ヤセイカンラン キャベツ□、メキャベツ□、ブチヴェール□、
ブロッコリー□、カリフラワー□、ロマネスコ□、カイラン□、
コールラビ□、ケール□

種ラパ ハクサイ□、チンゲンサイ□、ターサイ□、
ビタミンな (ビタミン菜) □、ノザワナ□、コマツナ□、ミズナ□、
ミブナ□、カブ▽、

種セイヨウカラシナ カラシナ□、

種カラシナ タカナ□、ワサビナ (わさび菜) □、ザーサイ□、

種クロガラシ クロガラシ○、

種シロガラシ シロガラシ○、

種キバナスズシロ ルッコラ□、

種オランダガラシ オランダガラシ□ (別名クレソン□)、

種ワサビ ワサビ□、

種セイヨウワサビ セイヨウワサビ▽、

種ダイコン ダイコン▽

アカザ科 ホウレンソウ□、フダンソウ□、オカヒジキ□

ツユムラサキ科 ツユムラサキ□

マメ科 エンドウ○、エダマメ○、ソラマメ○、サヤインゲン○、
ラッカセイ○

イチゴ科 イチゴ○

スイレン科 レンコン▽、ジュンサイ□

アオイ科 オクラ○

ハナミズキ科 アイスプラント□

パパイア科 パパイア○

(傘形花)

セリ科 セリ□、セロリー□、パセリ□、ミツバ□、ニンジン○、
アシタバ□、フェンネル□、フェンネルブロンズ□、アニス○、

ウコギ科 ウド□、タラノメ□

b 合弁花

ウリ科 キュウリ○、カボチャ○、メロン○、マクワウリ○、シロウリ○、
スイカ○、ニガウリ○、ハミウリ○

キク科 レタス□、シュンギク□、ショクヨウギク□、フキ□、ゴボウ▽、
ショクヨウギク□、アーティーチョーク□、エンダイブ□、
山クラゲ□、チコリー□、トレビス□、ヤーコン▽、キクイモ▽

オミナエシ科 ノジシャ□

(環状花)

ヒルガオ科 サツマイモ▽、ヨウサイ□

シソ科 シソ□、エゴマ○

ゴマ科 ゴマ○

ナス科 ナス○、トマト○、トウガラシ○ (ピーマン○を含む)、
ペピーノ○、ジャガイモ▽、

B 単子植物

- ショウガ科 ショウガ▽、ミョウガ□
イネ科 スイートコーン○、タケノコ□
サトイモ科 サトイモ▽
ヤマノイモ科 ヤマノイモ▽、ヤマイモ▽
ユリ科 タマネギ□、ラッキョウ□、ネギ□、リーキ□、ノビル□、
アサツキ□、チャイブ□、ニンニク□、ニラ□、行者ニンニク□、
アスパラガス□、ヤマユリ□、オニユリ□
オモダカ科 クワイ▽

2 シダ植物門

シダ植物

- ゼンマイ科 ゼンマイ□
ウラボウシ科 ワラビ□、こごみ（くさそてつの若葉）□

II 菌界、担子菌門

1 担子菌

- マツタケ科 マツタケ▽、シイタケ▽、シメジ▽、エノキダケ▽、ヒラタケ▽、
ナメコ▽
キクラゲ科 キクラゲ▽

注釈

1 葉茎菜類、果菜類、根菜類の分類

- ：葉茎菜類（花、つぼみ（ブロッコリー、カリフラワー、ナノハナ、ショクヨウギク、アーティーチョーク）、茎（ザーサイ、ウド、タケノコ、アスパラガス、タラノメ、フキ）を含む）
○：果菜類（豆、種子を含む）
▽：根菜類

2 用語の説明

裸子植物：種子植物のうち、胚珠がむき出しになっているもの。

ソテツ、イチョウ、マツ等

被子植物：種子植物のうち、一般に花と呼ばれる生殖器官の特殊化が進んで、胚珠が心皮にくるまれて子房の中に収まったもの。

心皮が発育して果実になる。

単子葉植物：種子の中から初めから入っている葉（子葉）が1枚のもの。

葉脈が並行脈で、根はひげ根である。

ショウガ、スイートコーン、サトイモ、ヤマノイモ、ユリ、クワイ等

双子葉植物：種子の中から初めから入っている葉（子葉）が2枚のもの

葉脈が網状脈で、根は太い主根とそれから出る細い側根がある。

キャベツ、ホウレンソウ、キュウリ、レタス、ナス等

離弁花：花卉（花びら）が合着していない（離生する）もの（花卉がないもの、花被（花卉、がく）がないものも含む）。

キャベツ、ホウレンソウ、エンドウ、レンコン、オクラ等。

双子葉植物の中で進化していないもので、原始的被子（ひし）植物という。

合弁花：花卉が合着して1枚となるもの。キュウリ、サツマイモ、ナス等

飛躍的に進化したもので真正（しんせい）双子葉植物という。

傘形花：蕎麦の花を下から見ると、5角形で外側の花序ほど柄が長いので、小花序はほぼ1平面上に並ぶ、このような配置をいう。また散形花ともいう。

我が家の菜園における春夏野菜の作付けと 秋冬野菜の作付け計画（資料2）

◎ 作付けしたい野菜（あなたが作付けしたい品目を記入、追加、削除）

ハクサイ、トマト、ホームタマネギ、ダイコン、タマネギ、春ジャガイモ、ナス、スイカ、インゲン、レタス、ラッカセイ、ショウガ、アスパラガス、ブロッコリー、オクラ、スイートコーン、コマツナ、パセリ、ミズナ、サトイモ、キヌサヤエンドウ、エダマメ

◎ 畑の規模

例えば 300m²（東西15m、南北20m）

1 作付けしたい野菜を春夏野菜、秋冬野菜、永年野菜に分類

2 作付けしたい野菜を科毎にグループ化と収穫したい収穫物量

3 菜園の作付け計画の作成

- 畑の広さ、排水方向、畝方向
- 畝幅、株間、何条作付け、植え付け時期、
- 栽培管理予定表
作付け準備

作付け
- 実際に作付けた野菜の図面
(計画とおりに作付けできなかったメモも)

3～5年目には理想的なオンリーワン作付け計画に近づく。

(4, 5年目のその頃になると作りたい野菜や必要となる収穫量が異なり、常に微修正)

”ふわふわのワラ畑”における2012年秋冬野菜の作付け図(資料3)

		通路										
植え付け時期	9月6日	9月13日	9月13、20日	9月13、20日	8月23、30日 9月6日	9月13日	9月中旬～ 10月下旬	8月23日	9月6日 9月13日			
作付けの科名	その他(キク科)		アブラナ科(ダイコン、カブ)		その他(ユリ科)		アブラナ科(ハクサイ、キャベツ)		その他(セリ科)			
A列	レタスの2作取り (美味タス) 株間 35cm 4条 40苗 レタス(美味タス) 育苗床 5条 条播き	サニーレタスの2作取り (レッドファイアー) 4条 株間35cm 40苗 サニーレタス (レッドファイアー) 育苗床 5条 条播き	ダイコン (聖護院) 3条 株間35cm 防虫ネット被覆	カブ (あやめ雪) 5条 条播き 防虫ネット被覆	セツタマネギ (ジャルム) 9条 株間10cm 定植8/24、31 9/7	ハウサイ (新あずま) 2条 株間40cm 36苗 防虫ネット被覆 覆後作に再度キャベツ	キャベツ (とくみつ) 2条 株間30cm 46苗 防虫ネット被覆 覆後作に再度キャベツ	ニンジン (ベターリッチ) 5条 条播き 乾燥、防虫対策 間引き8~10cm	ニンジン () 5条 条播き 乾燥、防虫対策 キャベツ (華波) 4条 条播き 苗床 ポット育苗も			
植え付け時期	9月20日	9月20日	9月27日	9月20日	10月18日	9月6日	9月20日	10月12日	10月19日			
作付けの科名	その他(ユリ科)		アブラナ科(コマツナ、ミズナ)		その他(マメ科)		アブラナ科(ブロッコリー、カリフラワー等)		その他(アカガザ科、サトイモ科)			
B列	タマネギ (フレッシュレット) 育苗床 5条 条播き5条 定植 9条株間10cm	超早生タマネギ (シヤルム) 育苗床 5条 条播き5条 定植 9条株間10cm	コマツナ (河北) 5条 条播き 間引き 8~10cm ムスクラン (サラダセット) 5条 条播き 間引き 10~15cm	ミズナ (京みぞれ) 5条 条播き 間引き 8~15cm チンゲンサイ (シャオハオ) 6条 条播き 間引き 株間20cm	ナス10月上旬 まで栽培 後作に 実エンドウ(久留米豊) ポット育苗 定植 株間45cm 1条 防風ネット	ナス10月上旬 まで栽培 後作に 一寸ソラマメ (仁徳一寸) ポット育苗 定植 株間45cm 1条 防風ネット	ブロッコリー (ステックセニユー) 2条 株間 30cm 46苗 防虫ネット被覆	カリフラワー (パープルフラワー) 2条 株間 30cm 46苗 防虫ネット被覆	オクラ、サトイモ 11月まで栽培 ホウレンソウ ウ(サラダダあり) 5条 条播き	オクラ、サトイモ 11月まで栽培 ホウレンソウ ウ(次郎丸) 5条 条播き		
植え付け時期	9月20日	9月20日	9月27日	9月20日	10月18日	9月6日	9月20日	10月12日	10月19日			
作付けの科名	その他(ユリ科)		アブラナ科(コマツナ、ミズナ)		その他(マメ科)		アブラナ科(ブロッコリー、カリフラワー等)		その他(アカガザ科、サトイモ科)			

畦幅1.5m
西から5.24m

南側
西から5.39m

ふ わ ふ わ の ワ ラ 畑

”ふわふわのワラ畑”における2012年春夏野菜の作付け計画(資料3)

通路		北				南				
植え付け時期	4月19日	3月15日	4月5日	2月15日(ネギ、タマネギ)4月下旬 5月中旬(スイートコーン)	5月3日	5月10日				
作付けの科名	ナス科(トマト)	その他(マメ科)		その他(ユリ科、イネ科)	ナス科(ピーマン)	その他(イネ科)				
A列	トマト(露地豊) 8株 1条 株間85cm 3本仕立て マルチ栽培 ミニトマト(ピッコラカナリア) 5株 1条 株間100cm 5本仕立て マルチ栽培 エダマメ(快豆黒頭市) 40株 2条 株間35cm トンネル栽培 インゲン(マインズル) 26株 2条 株間50cm ネット栽培	ピニルトンネル栽培による苗作り ネギ(下仁田) 4条 条播き 後作に ネギ(下仁田) 10株 株間15cm 一部アイスブランチ、青ネギ等植え付け		ピニルトンネルによる苗作り ホームタマネギ(ジャルム) 4条 条播き 後作に スイートコーン(味来390) 40株 2条 株間35cm	ピーマン(とんがり) 9株 1条 株間80cm 4本U字仕立て ピーマン(パブリ娘) 9株 1条 株間80cm 4本U字仕立て	スイートコーン(味来390) 40株 2条 株間35cm スイートコーン(同左)				
植え付け時期	4月10日	3月18日	3月29日	4月12日	4月12日	4月19日(オクラ) 4月12日(サトイモ)				
作付けの科名	ウリ科(スイカ)	その他(イネ科)	ナス科(ナス)	ウリ科(キュウリ、マクワウリ)						
B列	スイカ(飛行船ラルク) 4株 1条 株間150cm 4本仕立て トレー スイートコーン(味来309) 40株 2条 株間35cm スイートコーン(同左)	ナス(庄屋大長) 7株 1条 株間100cm 4本仕立て 初期ピニルトン被覆支柱 マルチ栽培 灌水チューブ ナス(千両2号) 7株 1条 株間100cm 4本仕立て 初期ピニルトン被覆支柱 マルチ栽培 灌水チューブ		ナス(千両2号) 7株 1条 株間100cm 4本仕立て 初期ピニルトン被覆支柱 マルチ栽培 灌水チューブ	キュウリ(味サンゴ) 4株 2条 株間160cm 初期ピニルトン被覆 ネット栽培 マクワウリ(銀泉) 4株 2条 株間160cm 初期ピニルトン被覆 ネット栽培	オクラ(スターライト) 80株 3条 株間15cm 2畝 樹勢抑制に工夫 サトイモ(セレベス) 18株 1条 40cm 2畝				

畑NO 11 12 13 14 15
 駐幅1.5m
 西境から24m
 南側
 西境から39m
 畑 NO 11 12 13 14 15
 西境から39m

有機栽培等で使用できる農薬（資料4）

野菜に使用できる農薬等を示したものであり、果樹、花卉に使用できる場合がある。
果樹、花卉にしか使用できないものは参考とした。
また、家庭菜園で使用しても効果の少ないものは農薬の種類のみとした。

1 殺虫、殺菌剤

1) 脂肪酸グリセリド乳剤

- ① サンクリタル乳剤：デカノイルオクタイルグリセロール
水、脂肪酸グリセリド乳剤等 10%

野菜：アブラムシ、うどんこ病、コナジラミ類、ハダニ類、

- ② アーリーセーフ：乳剤

野菜類：アブラムシ類、コナジラミ、ハダニ類、うどんこ病

2) 硫黄粉剤

- ① 無機硫黄剤（他に10剤有）

イオウフロアブル：水和硫黄剤（硫黄）（水、界面活性剤等48%）

野菜：**スイカ、カボチャ、イチゴ除く**

うどんこ病、さび病、トマトサビダニ

2 殺虫剤

1) 天敵等生物農薬及び生物農薬製剤

- ① エスマルクDF：BT水和剤（BT剤）

バチルス・チューリンゲンシス菌抽出物（糖類、界面活性剤等90%）

野菜：アオムシ、コナガ、オオタバコガ、ヨトウムシ、ハイマダラノメイガ

- ② STゼンターリ顆粒水和剤：BT水和剤（BT剤）

バチルス・チューリンゲンシス菌抽出物（無機塩、界面活性剤等90%）

野菜：**ハクサイを除く**

アワノメイガ、ヨトウムシ、アオムシ、コナガ、ハマキムシ、オオタバコガ、

ハスモンヨトウ、ウリノメイガ、タバコガ、キアゲハ

シロイチモンジヨトウ、シロイチモンジタアラメイガ、

- ③ デルフィン顆粒水和剤：BT水和剤（BT剤）

バチルス・チューリンゲンシス菌抽出物（界面活性剤等90%）

野菜：アオムシ、コナガ、ハスモンヨトウ類、オオタバコガ、ウリノメイガ

シロイチモンジヨトウ

- ④ チューンアップ顆粒水和剤：BT水和剤（BT剤）

バチルス・チューリンゲンシス菌抽出物（界面活性剤等90%）

野菜：アオムシ、コナガ、ウリノメイガ、オオタバコガ、ハイマダラノメイガ、

- ⑤ ボタニガードES：ボーベリアバシアーナGHA株（BT剤）

ボーベリアバシアーナ乳剤（有機溶剤、界面活性剤等）

野菜：コナジラミ類、コナガ、アザミウマ

2) 除虫菊及びピレトリン乳剤

- ① パイベニカスプレー：スプレー剤

野菜（ナス、キュウリ、キャベツ、コマツナ）：アオムシ、テントウムシダマシ、

アブラムシ類、ハダニ類、オンシツコナジラミ

3) デンプン水和剤

- ① 粘着くん液剤 デンプン液剤（ヒドロキシプロピル 5%）使用倍率（100倍液）、

野菜類：アブラムシ類、タバココナジラミ類、ハダニ

- 4) ナタネ油乳剤
野菜：(キュウリ) ハダニ類
- 5) 性フェロモン剤
- 6) 混合生薬抽出物液剤
- 7) メタアルデヒド粒剤
野菜畑、温室：ナメクジ、カタツムリ

参考

- 1) 大豆レシチン・マシン油乳剤
 - ① マシン油乳剤：

果樹：カイガラムシ、ヤノネカイガラムシ、ダニ、コナジラミ、ハマキが、
アブラムシ、うどん粉病 黒星病
使用倍率：30～40倍又は3～4% 使用回数：制限なし
使用時期：冬期(12. 3月)
 - 2) マシン油エアゾル
 - ① ボルン：エアゾール剤
バラ、ツバキ、サザンカ、ゲッケイジュ：カイガラムシ類
果樹：ミカンハダニ、カイガラムシ
 - 3) 石灰硫黄合剤
果樹：(柑橘、落葉果樹) ハダニ、カイガラムシ
- ### 3 殺菌剤
- 1) 銅水和剤
 - ① 無機銅(他に20剤有)
サンボルドー：塩基性塩化銅、同等殺菌剤(ICボルドー66D)、(銅水和剤)
淡緑色水和性粉末 45 μ m以下
野菜：斑点細菌病、もち病、べと病、軟腐病、腐敗病 疫病 褐色腐敗病
 - 2) 炭酸水素ナトリウム水溶剤及び重曹
 - ① ハーモメイト水溶剤：炭酸水素ナトリウム(界面活性剤含む)
野菜：うどんこ病、灰色かび病
 - 3) 炭酸水素カリウム水溶剤
 - 4) リン酸第二鉄粒剤
- ### 4 展着剤
- カゼイン又はパラフィンを有効成分とするものに限ること
- ### 5 その他
- 自然農薬の活用(自然農薬で防ぐ病気と害虫(古賀綱行著 農文協)等から)
- 殺菌剤：草木灰、米酢(25～50倍液で午前中に散布)、重曹、炭酸水素ナトリウムアルカリ水、酸性水、
- 殺虫剤：ニンニク・トウガラシ液(100倍液)、粉せっけん液(1,000倍液)、
デンプン液(1,000倍液)、くず湯液(1,000倍)
粘着テープ(アブラムシ、テントウムシダマシ等)、水噴霧(アブラムシ)
バナナの皮と紅茶液(ナメクジ)

◎ お勧めの野菜品種（資料5）

1) 春夏野菜

a キュウリ

- ・ 夏涼み（イボ無しで最も作りやすく、樹勢も安定して収量も多い）
- ・ 味サンゴ（イボ有品種なかで最も作りやすい）、
- ・ シャッキト（イボ有りて味はよいが、樹勢がやや弱い）
- ・ ミニQ（ミニキュウリ 樹勢弱い）

b トマト：

- ・ 大玉
桃太郎ゴールド（大玉：果皮、果肉が黄色で、抗酸化作用が強く、がんや老化防止のリコピン豊富。赤色の大玉トマトより栽培しやすい）
- ・ 中玉（大玉、ミニトマトよりも作りやすい）
フルティカ（中玉：抗酸化作用が強く、がんや老化防止のリコピン豊富）
レッドオーレ（中玉：作りやすい）
- ・ ミニトマト
ピンキー（柔らかい果皮、美味しい、裂果しにくい）
ピッコラカナリア（ミニトマト：黄色で美味しい。裂果しやすい）
アイコ（ミニトマト：リコピン従来との2倍）

c ナス：白ナス、長ナス（庄屋大長）千両2号（最も作りやすい）

d カボチャ：栗坊 栗えびす コリンキー（サラダ用カボチャ） バターナッツ

e トウガラシ類

- ・ こどもピーマン（苦味を抑え、甘い、栽培しにくい）
- ・ 甘とう美人（肉質が薄く、柔らかい。万願寺トウガラシよりも作りやすい）
- ・ 福耳（大きく、肉質が薄く、柔らかい）
- ・ 万願寺トウガラシ、
- ・ パプリカ

f マメ類

- ・ インゲン（サクサク王子、マンナズル菜豆）、
- ・ エダマメ（湯上がり娘、快豆黒頭巾、早生（小真木、早生白山、甘露）、本豆（白山）、晩生（尾浦））
- ・ 黒豆（丹波黒、和知黒、紫ずきん作州黒、信濃黒）

g スイートコーン：ピクニックコーン（生食可）、おおももの

h サトイモ：大野芋（アイスクリームに）、セレベス（ホクホクイモ）

i ジャガイモ：グランド・ペチカ、十勝コガネ（ホクホクイモ）

j セットタマネギ：セット球の育成（2月下旬～3月中旬 トンネル栽培がよい 4月中旬頃 球径2.5～3.0cmに肥大後順次抜き取り保存。定食（8/下～9/上））

k 下仁田ネギ、赤ひげ：苗の育成（播種 3月上旬～4月上旬 定植、覆土）

2) 秋冬野菜

a キャベツ：とくみつ、春波、味春

（共にサワー系で上手に播種時期調整すれば、11月～4月まで柔らかい）

b ハクサイ：オレンジクイン（播種8月中旬～9月上旬、鮮やかなオレンジ色で甘く、リコピンやβカロテン豊富）

紫奏子（むらさきそうし）（サラダ用、サクサク食感）

c ブロッコリー：スティックセニョール、紫ブロッコリー

d カブ：あやめ雪（紫と白のコントラストで美しく甘みのある美味しさ。サラダ、酢付け等）

e ダイコン；おでんダイコン（肉質が柔らかい）、辛味ダイコン、聖護院ダイコン 三太郎（煮ダイコン、肉質が柔らかい、9月には普通栽培、11～2月にはトンネル栽培またはハウス栽培、3月にはベタがけ栽培）

サラダ用ダイコン (くれない総太り2号 紅化粧 もみじダイコン)

f レタス：美味タス (苦味が少なく、外葉はリーフレタスとして、結球部分はパリパリ感)、タケノコレタス

g エンドウ：

・ キヌサヤエンドウ：美笹 (播種8月下旬、収穫11～12月中旬)
オランダ (大きな莢で軟らかい)

・ エンドウマメ：久留米豊 (大粒)、ツタンカーメン (大粒、赤色豆ご飯)
うすいえんどう (和歌山の特産、大粒で繊細な甘み、豆ご飯)

h ホーム (セット) タマネギ：貴錦、ジャルム

超早生タマネギのセット球を8月下旬～9月上旬に、定植すれば12月～2月に新しく肉厚の甘いタマネギ収穫

i 超早生タマネギ：シャルム、貴錦等

超早生タマネギを9月上旬に播種、その後定植すれば、新タマネギが4月中旬に収穫できるし、春夏野菜の作付けにも都合がよい。

j 長ネギ：下仁田ネギ (長ネギの中で最も美味しい)、赤ひげ

k ジャガイモ：十勝こがね (ホクホク艱感、粉ふき、サラダ、フライ)、
キタアカリ (サラダ、ジャガバラ、コロッケ)、
グランドペチカ (煮物、肉じゃが)、レッドアンデス、
出島 (秋ジャガイモ品種) 等

春ジャガイモを上手に催芽させて8月下旬に定植すれば、12月中旬には新しいジャガイモが食べられる。

l ニンジン：ベターリッチ

8月中旬～9月中旬に播種すれば、12～2月頃まで収穫できる

3) 珍しい野菜

a パパイア (4月定植 秋に収穫 沖縄、東南アジアでは青い果肉を炒め物)

b カリフラワー (パープルフラワー)

c ロマネスコ (黄色のフラクタル形状)

d プチベール (最も栄養価が高い野菜)

e ケール (秋、春播きで年中栽培できる)

f カボチャ：コリンキー (着果後10～15日で収穫、サラダ、炒め物 漬け物等)
バターナッツ (ポタージュ用、和食よりも洋食に適 プリンとしても)
ロロン (栗カボチャよりも甘くない、コロッケ、揚げ物等)

g ハクサイ (紫奏子 (むらさきそうし)：サラダ用、サクサク食感)

h ネギ属

チャイブ (カロテン豊富な野菜)

アサツキ (ネギよりも葉色が薄い (浅い))

i ベビーリーフセット (ムスクラン)：ミズナ、ハウレンソウ、レタス、
エンダイブ、トレビス、サラダナ、グリーンリーフ、チコリ (緑色、紫色)、
クレソン、マッシュ、サラダシュンギク、エゴマ、シソ等の若い葉菜

j アイスプラント (サラダ *)、

k シーアスアスパラ (海水で育成しますが、植物。和洋中に利用)

l ブッキーニ：黄色、緑などの色彩と色々な形状)

m 様々な色彩のニンジン (カロテノイドを含む橙色や黄色、アントシアンを含む黒色、濃紫色、紅紫色)

n その他：レンズマメ (ヒラマメ属)、エンダイブ、エンサイ、マッシュ、
チコリー、トレビス等

4) その他

味わって欲しい野菜、果物

・ イチゴ；あまおう、紅ほっぺ、桃イチゴ

・ ミカン類：せとか、紅まどんな、チャンドラポメロ、河内晩柑 (宇和ゴールド等)