

レタス (キク科)

3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
				タネまき	植えつけ	収穫					

品種

〔極早生種〕 バラード、カイザー

〔早生種〕 サンマリノ、マリーナ、サクラメント

栽培ポイント

冷涼な気候を好み、よく生育して結球する適温は15～20度です。したがって、夏にタネをまき、秋に育て、晩秋に収穫するのが最も作りやすいかたちです。しかし高温長日下で花芽ができる性質なので、まきどきを誤ると、とう立ちして結球しません。タネまきから収穫まで約100日です。

レタスは酸性土や、やせ地を嫌うので、植えつけの2週間前に、1㎡あたり2握りの苦土石灰をまいて酸度を矯正しておき、堆肥を十分に施して地力のある土作りをします。

夏は発芽が悪いので、タネの芽出しをしてまきます。タネは好光性なので、覆土は薄くします。

タネまきから幼苗の間は、じかまきでは育てにくいので、苗を育てて畑に植えつけます。植えつけの際に、ポリマルチをして栽培をすると病害の発生が少なく、生育も促進され、球の肥大もよく、作りやすくなります。肥料は、ポリマルチをする場合は全量を元肥えとして初めに施し、ポリマルチをしない場合は結球が始まる前までに、2回ぐらい追肥をします。

10月下旬ごろより、十分に結球したものを収穫します。

栄養

鉄分やビタミン類を含んでいます。収穫後は低温下で貯蔵しないと、ビタミンCが減少します。

1 タネの芽出し

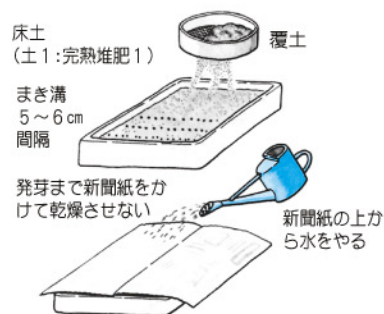
タネは30度以上だと発芽しない。高温期のタネまきなので、芽出しをしてからまくようにする。発芽してしまえば、高温でもよく育つ。



乾燥しないようにして、冷蔵庫の下の方に、2～4日入れる

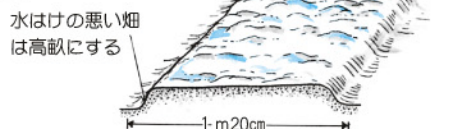
2 タネまき

プランター・カボット口箱に床土を入れ、タネを条まきか、ばらまきにして、タネが隠れる程度に薄く覆土する。タネまき後は乾燥させないようにし、雨が当たらない風通しのよいところで管理する。



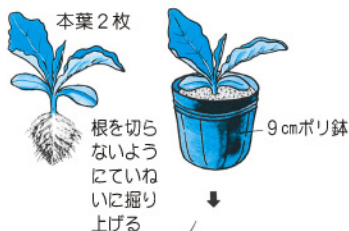
4 畑の土作り

苦土石灰を施しておいた畑全面に、元肥えをまき、よく耕して土とまぜ、平らに整地する。



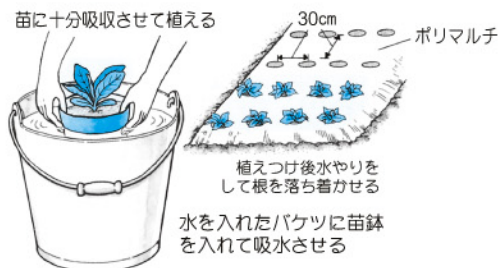
3 鉢上げ

本葉2枚のころポリ鉢に移植し寒冷紗のトンネルをかけて、日射を避ける。寒冷紗は苗が根づいて伸び始めたらとり除く。いつまでもかけておくと苗が徒長する。



5 植えつけ

本葉4～5枚に育ったら（9月中旬）、畑に定植する。畝には、植えつけ2～3日前にポリマルチをして地温を高めておく。



主な病害虫

◆病気 菌核病、灰色かび病、軟腐病
◆害虫 ネキリムシ、ヨトウムシ、アブラムシ