

セリホン (アブラナ科)

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											
	収穫										

で、冬の青菜としても利用できます。

プランター栽培もできます。

品 種

特に品種名はつけられていませんが、葉に切れ込みのあるものと、葉の縮みの多い系統とがあります。また、すでに一度中国から導入されたことがあり、「千筋ガラシ」と呼ばれて、日本の野菜になっているものがあります。

栽培ポイント

土質は選びませんが、畑にはあらかじめ石灰をまいて酸度を調整しておきます。

タネは春から秋まで順次まくことができますが、3月中旬～4月の春まきと、8月下旬～9月の秋まきが適しています。

畑に畝溝を切って元肥を施し、その上に土をかけてからタネをまくようにします。乾燥しているときには十分な水やりをします。

発芽後、生育につれて、間引きを2～3回行いますが、株は40～50cm丈で広がり、大株になりますから、早めに引いて、しっかりした株を作るようにします。

春まきしたものは5～6月に、秋まきは10～12月に収穫期となります。耐寒性が強いので、秋まきしたものは、株を春までそのまま畑において、必要なときに収穫してもかまいません。

栄養

ビタミン類が豊富で、ミネラルも多く含みます。

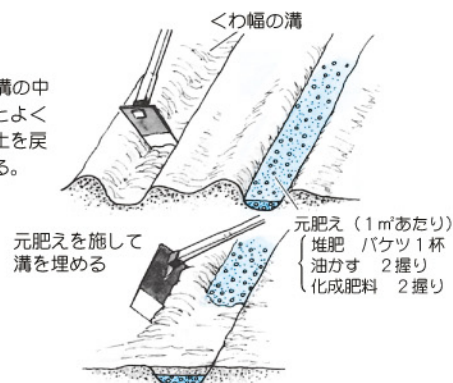
1 土作り

タネまきの1週間前、1㎡あたり1～2握りの苦土石灰を畑一面にまき、土をスコップで掘り起こして、土にまぜ込んでから、整地する。



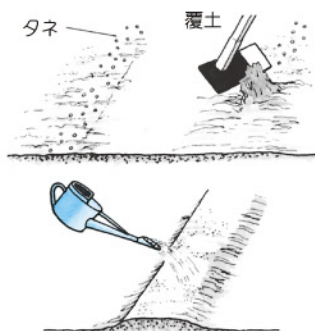
2 畝作り

60cm間隔に畝を切り、溝の中に元肥を入れて溝の土とよくまぜ合わせてから、溝の土を戻し、その表面を平らにする。



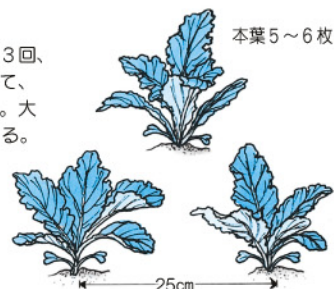
3 タネまき

埋めた溝の幅いっぱい、タネをばらまきにして、薄く覆土する。乾いているときには、水やりをする。



4 間引き

本葉2～3枚のころから2～3回、込み合わないうちに間引きをして、本葉5～6枚で最終株間にする。大株になるので、株間は25cmにする。



5 間引き苗の移植

本葉2～3枚のころ、間引きする苗を引き抜いたりせずに、移植ゴテでいねいに掘りとり、移植して育てることができる。



6 収穫が冬にかかる場合

寒さには強いが、笹竹などを立てて簡単な防寒をすれば、葉が傷まず春まで収穫がつづけられる。

主な病害虫
◆害虫 アブラムシ

