

# 宮農情報

## ニラの栽培

ニラは、β・カロテンを非常に多く含む緑黄色野菜で、ビタミンCやミネラル分も豊富で、中華料理や鍋やレバニラ炒めなどさまざまな料理で活用されます。

冷涼な気候を好み耐寒性はきわめて強い作物です。また、暑さにも強く、宿根多年草で、一度植えれば春から秋まで年数回の収穫ができます。ただし、株が古くなると収量・品質が悪くなりますので、4〜5年で株分けし別の場所へ植え替えが必要です。

### ◆苗づくり

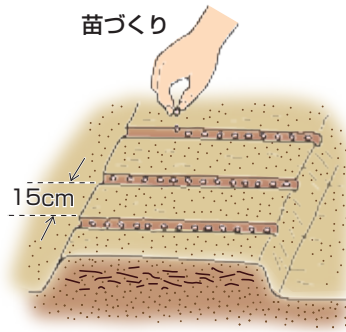
4月上旬〜中旬に種を播きます。冷涼地ではトンネルをかけましょう。育苗床に1㎡あたり堆肥2kg 苦土石灰100g・有機特A801号を20g 全面に施し良く耕し、播種後は軽く覆土し鎮圧し、乾燥防止のため不織布を敷いたたっぷり灌水します。

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
作型	上中下	上中下	上中下	上中下	上中下	上中下	上中下	上中下	上中下	上中下	上中下	上中下
露地栽培	1年目 ○ ——— ▲ ——— 2年目以降 ——— ■ ———											

○ 種まき ▲ 植え付け ■ 収穫

### ◆栽培カレンダー

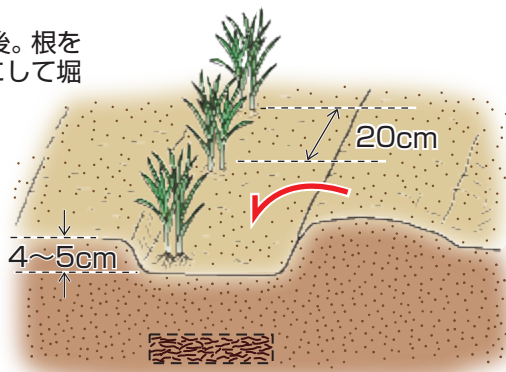
苗づくり



### ◆植え付け

6月中旬に、出来上がった苗を本圃へ植え付けます。植え付けの2週間ほど前に、堆肥3kg、苦土石灰100g、有機特A801号200gを混ぜよく耕します。図のよう

草丈20cm前後。根をきらないようにして掘り上げます。



### ◆追肥

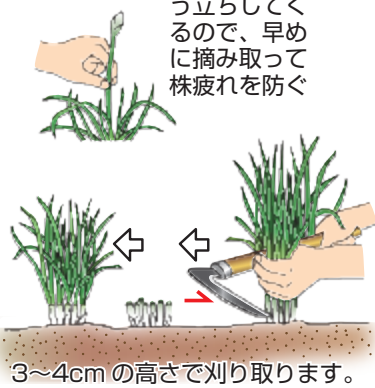
追肥は株の状態を見ながら1ヶ月ごとに適宜与えます。特に収穫後半の9月と、新葉が伸びる3月に集中して与えましょう。

### ◆収穫・とう摘み

1年目は株の養成に努めるためにできる限り収穫は控えます。植え付けて2年目の春に新しい葉が伸びてきたら、地ぎわから切って刈り捨てし、次に出てくる新しい葉を収穫しましょう。7〜8月になると、とう立ちし

花が咲き、そのままにしておくと株が消耗しますので、開花前に摘み取っておきます。また、冬には葉が枯れますが、寒さに強くそのまま越冬します。

とくめて早く取り除くことで、夏立ちの株疲れを防ぐ



### ◆株分け

ニラは年数を経るごとに旺盛に分げつし、根が込み合うにつれ、葉の幅が狭くなっていきます。太い葉を収穫するためには、株分けして別の畑に植え替えるか、新しく種を播いて株の更新をしましょう。



天 秤 座  
9/23 ~ 10/23

【全体運】 心理的に不安定になりやすい。ゆっくり深呼吸をして心を静めて。また、うわさ話には関わらない方が賢明です  
【健康運】 軽く体を動かせば、最適な気分転換に  
【幸運の食べ物】 ワカサギ