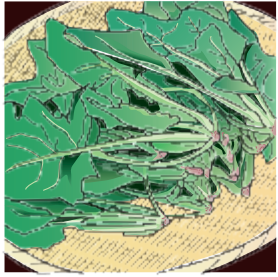


# 営農情報

## ホウレンソウの栽培

ホウレンソウは、トルコやイランなど西アジア地域が原産と言われております。そこから、葉の切れ込みが深くやわらかくて甘味がある「東洋種」と、葉が丸くて厚みがある「西洋種」に分かれていきました。今はこの2つの長所をあわせ持った「交配種」が一般的に出回っています。

β・カロテンやビタミンE、K、鉄を多く含み、11月～3月が本来の旬の作物で、「寒締め」といわれ、収穫前にあえて冬の寒さにあてて栽培したものは、甘味が増し、栄養価も高くなるのがわかっていきます。



月	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
秋まき							○	○		■
春まき	○	○		■						

○ 種まき      ■ 収穫

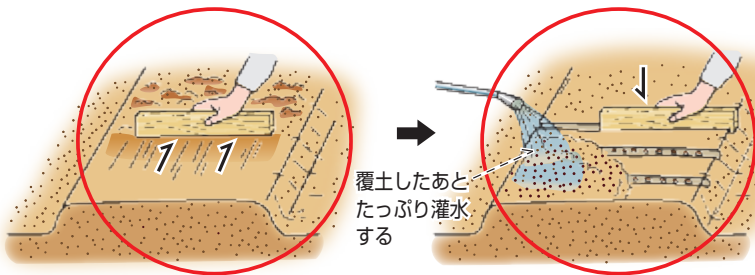
### 畑の準備

酸性土壌に弱いので、苦土石灰は少し多く1㎡あたり200gと完熟堆肥は2kg、種まき2週間前に施肥しよく耕します。種まき1週間前には、有機特A801号を1㎡あたり100g施して耕し、高さ10cm・幅60cmほどの畝を立

てます。

### ◆ 播種

ホウレンソウは発芽を揃えることが重要で、最適発芽温度は15～20℃で、30℃を超えたり、温度が低すぎたりすると発芽不良を起こします。高温期の播種では、遮光資材で地温を抑制、低温期では不織布などで地温を確保し、発芽揃いを良くします。また、品種により最適な播種機が設定されてありますので、種袋に書いてある播種時期を守りましょう。

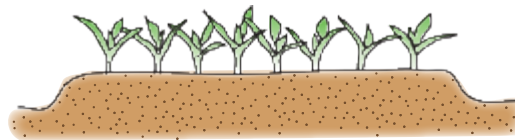


畝の高さは10cm程度、幅は60cm程度

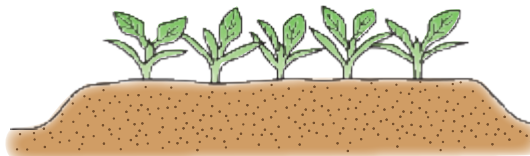
### ◆ 間引きと追肥

本葉1枚の時期に3～4cm間隔に1回目の間引き、本葉4～5枚の時期に5～6cm間隔で2回目の間引きを行います。

#### 第1回追肥のころ



#### 第2回追肥のころ



また、2回目の間引きの時期に、園芸化成S550を1㎡あたり30gを目安に条間へ追肥し、葉にかからないように土を軽く寄せます。



天 秤 座  
9/23～10/23

【全体運】 物事の優先順位を間違えやすい暗示。やるべき作業を後回しにしないよう、ご用心。気晴らしには足湯がベスト  
【健康運】 食生活の質向上が大事。運を呼べるはず 【幸運の食べ物】 シソ