

カボチャ 強健で育てやすい

生育適温は17～20度でウリ科野菜の中では比較的低温に強く、強健で病害虫も比較的少ない野菜です。ビタミン類、カリウム、カルシウムなどを豊富に含み、特に免疫力を高めるβ-カロテン含量は野菜の中ではトップクラスです。

【品種】 西洋カボチャでは「みやこ」（サカタのタネ）、「えびす」（タキイ種苗）、「九重栗」（カネコ種苗）など、ミニカボチャでは「坊ちゃん」（ヴィルモランみかど）など。表皮が白く貯蔵性のある「雪化粧」（サカタのタネ）などもあります。

【苗作り】 種は一般地では3、4月に12cmポットに3粒まき、本葉1枚の頃生育の良いものを残して間引いて1本にし、本葉4、5枚まで育てます（図1）。

【畑の準備】 植え付け2週間前に1平方m当たり苦土石灰100gを全面にまいて耕します。次に、畝幅（ベッド幅）90cmで、中央に深さ20cm程度の溝を掘ります。この溝1m当たり化成肥料（NPK各成分10%）100gと堆肥2、3kgとを施し、溝を埋め戻して高畝を作ります（図2）。

【植え付け】 遅霜の心配のない4、5月が植え付け適期で、株間90cm程度に植え穴を掘り、穴に十分水を注いで植え付けます。遅霜の恐れのあるときは、ポリフィルムでトンネル、ホットキャップやあんどんを作り、保温します（図3）。

【整枝・交配】 本葉5枚くらいで摘心し、生育の良い子づるを3本伸ばし、他の子づるはかき取ります（子づる3本仕立て）。伸びた子づるは重ならないように配置します（図4）。着果節位は10節前後を目標にし、雄花開花日の早朝に花粉を雌花の柱頭になすり付け、受粉（人工受粉）させます（図5）。

【追肥・敷きわら】 追肥は果実がこぶし大の頃、化成肥料を1株当たり30g程度、株元から離してばらまきます。茎葉と果実への泥はね防止のため、敷きわらや不織布など透水性の資材を敷きます。

【収穫】 開花後45～50日たって果実に爪が立たないくらい堅くなった頃が収穫適期です。収穫後7～10日、風通しの良い場所に置いておくと甘味が増します（図6）。

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

図1 苗作り

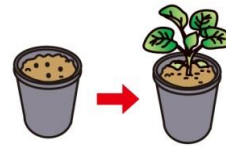


図2 畑の準備

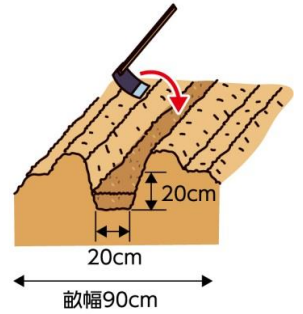


図3 保温

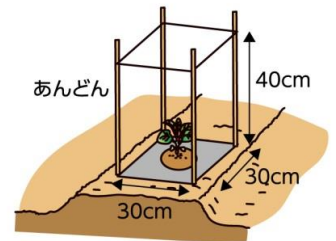


図4 整枝



図5 人工受粉

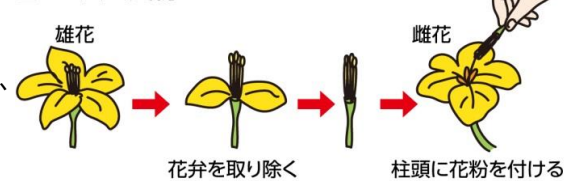


図6 収穫

