

ナバナ 春に先駆けて季節を味わう

ナバナは童謡でも歌われる春の花。種子から菜種油を採取し、つぼみと若い茎葉を食べる野菜です。味に癖がないので、サラダやあえ物、おひたしなどでいただきます。晩夏から初秋に種まきし、年内から早春に収穫します。

【品種】

和種と洋種の2種類があり、和種は葉色が黄緑で花茎とつぼみと葉を利用し、洋種は葉色が濃く、主に花茎と葉を食べます。和種には、早生品種に「秋華」（タキイ種苗）、「早陽一号」（サカタのタネ）、「CR京の春」（丸種）、中晩生品種に「花飾り」（サカタのタネ）、「CR華の舞」（丸種）などがあります。洋種には、「三重なばな」や「のらぼう菜」などがあります。

【畑の準備】

種まき、または植え付け2週間前に、1平方m当たり苦土石灰100gをまき、深く土を耕しておきます。1週間前に畝幅60~70cm、幅20cmくらい、深さ15cmくらいの溝を掘り、この溝1m当たり元肥として化成肥料（NPK各成分10%）100g程度と堆肥2kgを施して土を戻し、くわでまき床が平らになるようならしめます（図1）。

【種まき】

じかまきでは、まき溝全体に2、3cmくらいの間隔に種まきします（図2）。覆土後に十分灌水（かんすい）し、べたがけ資材で覆って発芽や幼苗を保護します。なお、苗作りをする場合、9cmポリポットに5、6粒まき、2回に分けて間引きして本葉5、6枚の苗に仕上げ、株間20cm間隔で畑に植えます。

【間引きと追肥、土寄せ】

じかまきでは、1回目は本葉2、3枚時に株間5、6cm、2回目は本葉5、6枚時に株間10cmくらいに間引き、さらに本葉10枚時に株間を20cmくらいにします（図3）。最後の間引き後、畝の長さ1m当たり化成肥料30g程度をまき、軽く耕し、土寄せをしておきます。その後、1カ月に1回の割合で同様に追肥をします（図4）。

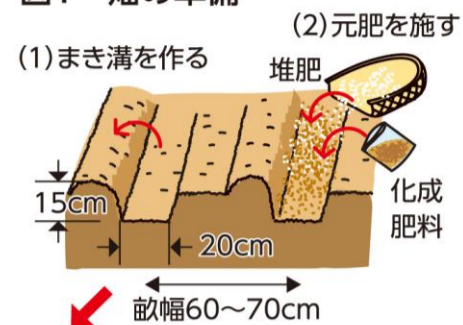
【病害虫の防除】

生育初期は防虫ネットで被覆し、その後アブラムシには粘着くん液剤など、アオムシ、コナガにはアフーム乳剤、トアロー水和剤CTなどを使って防除します。

【収穫】

とう立ち後、和種ではつぼみが膨らんできたら、開花前に先端15~20cmを収穫します。洋種では本葉15枚くらいで上部を摘心し、脇芽を伸ばし、先端を20~25cmで収穫します。いずれも、各節から多数の脇芽を同様の長さで収穫します（図5）。

図1 畑の準備



(3)土を戻す

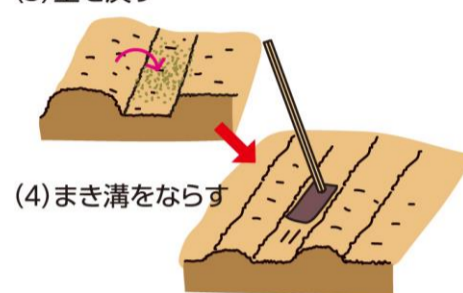


図2 種まき

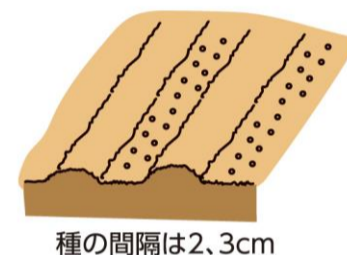


図3 間引き

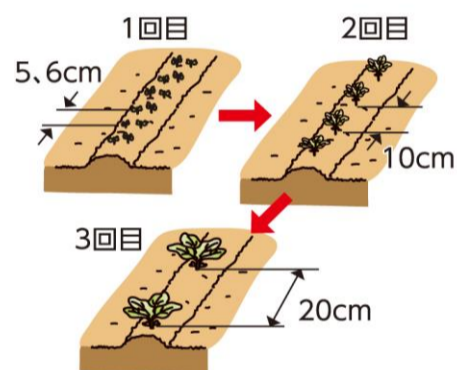


図4 追肥

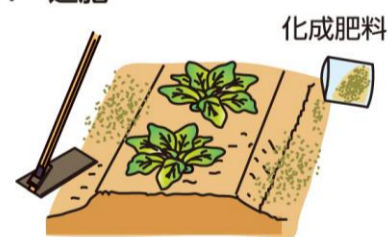
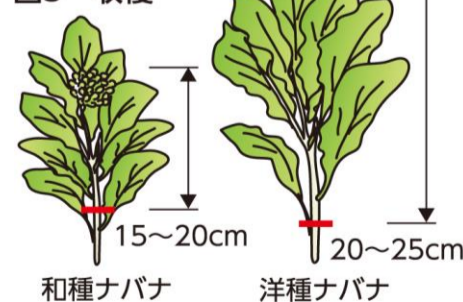


図5 収穫



栽培カレンダー

月	8	9	10	11	12	1	2	3	4
中間地	●	▲	■	■	■	■	■	■	■
暖地	●	▲	●	▲	■	■	■	■	■

● 種まき - - - - 苗作り ▲ 植え付け — 生育 ■ 収穫