



抗がん作用が高いと注目される野菜です。カロテンとビタミンCが豊富で、免疫力アップや抗ストレス効果も。カリウム、鉄、クロムなどのミネラルも含まれています。

板木技術士事務所 板木利隆

栽培計画

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
春まき 初夏どり栽培			0	🌱	🌱	🌱	🌱	🌱	🌱	🌱	🌱	🌱
夏まき 秋・冬どり栽培					(早生種) 0	🌱	🌱	🌱	🌱	🌱	🌱	🌱
					(中～晩生種) 0	🌱	🌱	🌱	🌱	🌱	🌱	🌱

0 種まき □ フレーム内加温育苗 🌱 植えつけ 🌱 収穫



秋から春先まで、新鮮な味と栄養価が魅力のブロッコリー

家庭菜園で秋から早春まで長く取り続けるには、品種選びが大切です。頂花蕾^{ちようからい}だけでなく、側花蕾^{そくからい}も取れる「頂花蕾側花蕾兼用」品種がお薦めです。

種まきの適期は7月中旬です。育苗期は高温期に当たりますが、秋の生育適温で最大生長するので育てやすいのです。頂花蕾は10月下旬、側花蕾は10月下旬から3月ころまで長期間収穫できます。育苗は128穴のセルトレイ、少ない本数で良ければ3号ポリ鉢に3〜4粒まきとし、育つにつれて逐次間引きし、1本立てにします。セル育苗では本葉3〜4枚、鉢育苗ではやや大きく本葉5枚ぐらいの苗に仕上げ本畑に植え付けます。育苗期間は暑い盛りなので、苗はできるだけ風通しの良い、涼しい場所を選び、強光時にはよしず、遮光ネットなどで覆い、灌水^{かんすい}は朝夕にたっぷり与えるなど、常に目配りし、入念に管理しましょう。

保水力のある有機質に富む土壌を好むので、植え付ける畑には少なくとも半月ぐらい前に、植え畝の中央部に、くわ幅10〜12cmの溝を掘り、良質の堆肥と油かす、化成肥料を長さ1m当たり堆肥5〜7握り、油かす大さじ7杯、化成



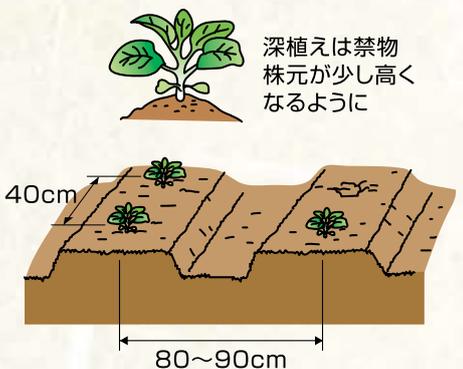
頂花蕾



追肥

株の周りに追肥して勢いをつけ、良い側花蕾を出させる

肥料同5杯ぐらいを施します。生長が盛んになったら月2回ぐらい、化成肥料を1株当たり大さじ1杯ぐらい追肥します。頂花蕾を収穫したときには多めに追肥し、側花蕾の発達を促します。根は湿害に弱く、秋の多雨による病害の発生の恐れがあるので、



深植えは禁物 株元が少し高くなるように

※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。

アブラナ科の野菜は、苗のうちからアブラムシ、コナガ、アオムシや黒斑病、軟腐病などにやられるので、早期に発見、適農薬を散布して防ぎましょう。



側花蕾

小さいがまとめて使えば味に遜色はない

株元が低くならないよう、特に多雨後の排水に注意してください。茎の太さの割に草丈が高くなるので、風当りの強い所では小支柱を立てて転倒を防止しましょう。頂花蕾は径12〜13cmぐらいで収穫します。茎を長く付け過ぎると側花蕾の数が減るので、短く切り取ります。側花蕾は大きくはなりません。径4〜5cmほどで収穫します。いずれも蕾^{ぼぼ}が大きいと膨らむと品質を損ねますので、緑が濃く花蕾が締まっっているうちに収穫します。

JAグリーン津店が教える！栽培ポイント

- ・土壌が酸性だと「根こぶ病」が出やすくなるので、石灰資材を入れてpH調整をしておきましょう。
- ・種は好光性を示すので、種まき後の覆土は種が隠れる程度に薄くして早く発芽させます。
- ・湿害に弱いので、日当たりと水はけの良い場所を選びます。水はけが悪い時は、25cmほどの高畝にします。
- ・高温期の育苗になるため、夜に水分が多いと伸びやすいので水やりは朝に行い、白色寒鈴紗などの日よけ資材で管理します。

おすすめ資材

- 〈堆肥〉 完熟発酵牛ふん
- 〈石灰資材〉 粒状苦土石灰
- 〈元肥〉 苦土入園芸化成682
- 〈殺虫剤〉 ダントツ粒剤 (コナガ、ハイマダラノメイガ)
- アファーム乳剤 (コナガ、ヨトウムシ等)
- 〈殺菌剤〉 ネビジン粉剤 (根こぶ病)
- カスミンポルドー (黒腐病)
- アミスター20フロアブル (べと病)

