



# ミツバ(セリ科ミツバ属)

ミツバは日本原産のセリ科野菜で、半日陰でもよく育ち、乾燥に弱いので、他の野菜の陰になる所に適します。種まきの適期は4〜5月と9月です。

ミツバの発芽適温は20度前後で、10度以下の低温や30度以上の高温では発芽が困難です。発芽後は10〜20度でよく成長します。なお、低温により花芽分化し、その後の高温・長日でとう立ちするため、温暖地では4月中旬以降、寒冷地では5月上旬以降に種まきします。

ミツバは、青ミツバ(または糸ミツバ)、切りミツバ、根ミツバの3タイプがあります。青ミツバは青々とした葉を楽しむ品種で、店頭に並ぶのはほとんどが水耕栽培です。切りミツバは冬に根株を掘り上げ、これを室(むろ)という暗室に持ち込んで軟白させた物で、根を切って収穫されます。根ミツバは春から育てた根株に畑のままです。土を掛け、早春に伸びてきたところを掘り取ります。ここでは青ミツバの作り方を紹介します。

**【品種】**「白茎ミツ葉(関西系)」「タキイ種苗」「白茎みつば」「サカタのタネ」など。  
**【畑の準備】**種まきの2週間前までに1平方m当たり苦土石灰100gを施し、よく耕しておきます。その後、化成肥料(NPK各成分で10%)100g程度と堆肥2kgを混ぜ、幅60〜90cmのベッドを作ります(図1)。

**【種まき】**ベッドと直角に、20cm間隔の細いまき溝を作ります。

まき溝に1cm間隔に種をまきます。種は好光性なので、隠れる程度(5mm)に土を薄く掛けます。

発芽まで、十分灌水(かんすい)します(図2)。

図2 種まき

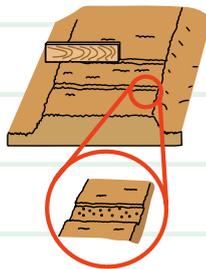
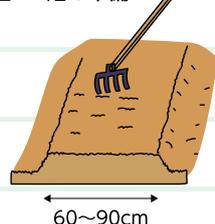


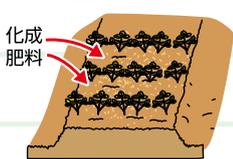
図1 畑の準備



**【管理】**早まきでは、ビニールフィルムでトンネルを作り、発芽を促します。不織布のべた掛けは、安定した発芽に役立ちます。

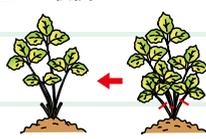
追肥は2〜3週間ごとに、1平方m当たり30g程度を与えます(図3)。また、乾燥に弱いため畑が乾いたら灌水し、真夏の高温・強光下では黒寒冷しやなどで日よけします。

図3 追肥

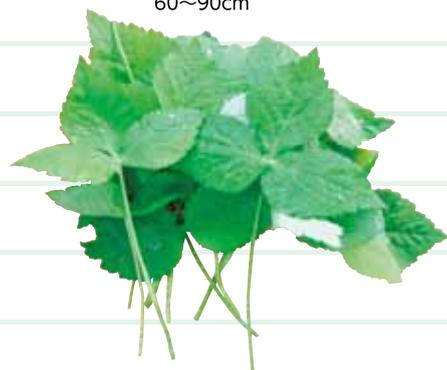


**【収穫】**草丈20〜25cmになったら、地際より少し上で刈り取ります。刈り取った後から、新しい葉が伸び出してきます(図4)。なお、冬

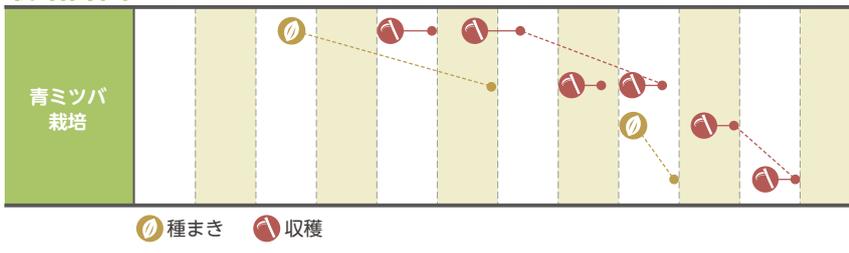
図4 収穫



には寒さで茎葉が枯れますが、春には越冬した根株から新たな茎葉が伸びてきます。  
※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。



## 栽培計画



JAグリーン津店が教える！  
ミツバ栽培のポイント



JAグリーン津店  
グリーンアドバイザー  
認定 城博一

独特な香りと可愛い見た目のミツバは、和の野菜のため日本の気候に適しており家庭菜園でも育てやすく初心者におすすめです。プランター栽培や再生栽培もできるのでぜひチャレンジしてみましょう。湿った土で育て、連作しないようにすることが、美味しいミツバを収穫するポイントです。

### 播種

発芽するのに長い時間が必要ですので、種まきをする前に一晩水に浸しておきましょう。また、畑に直接種をまく場合は、発芽が遅いため雑草の方が先に発芽し生育してしまう可能性があるので注意しましょう。育苗箱やポット、セルトレイなどで育苗してから植え付けても良いでしょう。

### 間引き

**1度目の間引き**…発芽して双葉が開いたら、丈夫そうな株を残して3cm間隔で間引きし、その後、手で土寄せします。

**2度目の間引き**…種まきの約3週間後、本葉が2、3枚になったら、5〜6cm間隔で間引きします。