



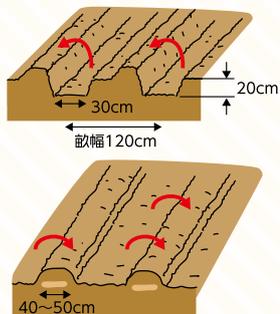
## ソラマメ(マメ科ソラマメ属)

ソラマメはサヤが上向きに付くので空豆、サヤの形が蚕の繭に似ているので蚕豆とも書きます。タンパク質と糖質が主な成分で、代謝を円滑にするビタミンB群や高血圧予防に効果的なカリウム、貧血を予防する鉄分などのミネラルが豊富です。

【品種】「陵西一寸」(みかど協和)、「仁徳一寸」(タキイ種苗)、「打越一寸」(サカタのタネ)など。

【畑の準備】種まき2週間前に畑1平方m当たり苦土石灰100gを全面に施し、土よく混ぜておきます。次に、1週間前に畝幅120cmを取り、深さ20cmの溝を掘り、この溝1m当たり化成肥料(NPK各成分10%)100g(窒素成分で10g)と堆肥1kgを入れ、土とよく混ぜて幅40~50cmの栽培床を作ります(図1)。

図1 畑の準備



【種まきと育苗】温暖地では10月中旬~11月上旬が適期で、早まきして年内に生育が進み過ぎないようにすることが大切です。じかまきは、株間40cm程度、種の黒い筋(おはぐろ)を斜めに浅く差し込んで種の一部がわずかに見える程度に1力所2粒をまきます(図2)。発芽がそろったら、

1本を残して間引きします。育苗する場合は、ポットに1粒をまき、本葉2枚の頃に畑へ植え付けます。寒い地域では冬の間、寒冷紗(しゃ)のトンネル掛けで、霜よけをすると良いでしょう。

【追肥と土寄せ】春先に生育の勢いが良くなり始めたころと開花始めごろに化成肥料を畝1m当たり30g程度(窒素成分で3g)を追肥します。追肥後は株元に土寄せをします(図3)。

【支柱立てと整枝】早春から生育が盛んになり、10本程度の側枝が出てくるので、太い枝を6、7本残すように細かい枝を切り取ります。そして、株の中に土入れし、株の両側にテープを張り、倒伏を防ぎます。

図3 土寄せ

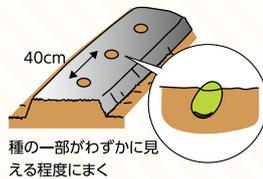


【病害虫の防除】春になるとアブラムシが飛来し、新葉に群生します。先端を20cm程度切り取っておくと、倒伏の防止にもなります。

【収穫】サヤが重みで下がり、光沢が出て黒い斑点が現れ、背筋が黒く変色するところが収穫適期です。

※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。

図2 種まき



栽培計画	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
露地栽培(温暖地)					①					②	③	
露地栽培(寒冷地)					①					②	③	

② 種まき ③ 植えつけ ① 収穫

JAグリーン津店が  
ソラマメ栽培のポイント  
教えます!

JAグリーン津店  
グリーンアドバイザー 認定  
城博一

ソラマメは小さい苗の時期は耐寒性が強いのですが、植物体が大きくなってからの低温には弱く、軽い霜でも障害が出る場合がありますので、気象環境に合わせて種まき時期を決めましょう。また、種まき直後は、カラスやハトが豆や芽を食べてしまうことが多いので、本葉が出るまで「不織布」などをベタ掛けしておく安心です。

【肥料】マメ科の植物の根には、空気中の窒素を固定する根粒菌が共生していて、自ら栄養分を作り出します。そのため、マメ科の植物には窒素肥料を控えめにします。多すぎると実つきが悪くなってしまうので注意しましょう。

【病害虫】未成熟ソラマメでは、莖葉が伸長する4月頃からは、各種病害虫の発生に注意が必要となります。

アブラムシは、開花・結実の時期となる4月頃から急速に増加してきます。吸汁加害により株や莢の生育不良を招くほか、ウイルスを媒介するので早期な防除が必要になります。