

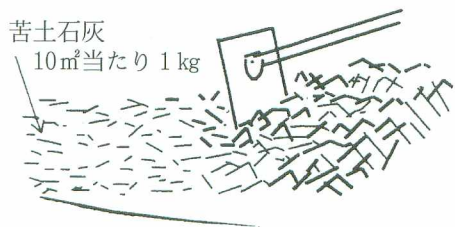
# カボチャ

	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				◎	————	————	————	————				

わが国で作られているカボチャには、日本種と西洋種があります。生育適温は17～20℃で、ウリ類のなかでは比較的低温に強い作物です。栽培上の土はあまり選びませんが、砂壤土～壤土だと収量が多くなります。植え方は、畑に種を直まきする方法と苗を定植する方法とがあります。

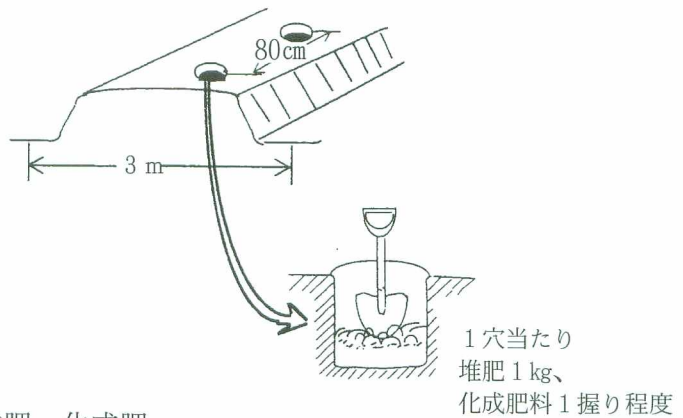
## 畑の準備

定植する2～3週間前に苦土石灰を1㎡当たり100g全面に散布して耕しておきます。



## うね立て

根は縦横に広く伸びますが、浅いので高畝のかまぼこ型にします。うね立て後、ポリマルチをして、地温を高めます。



## 元肥

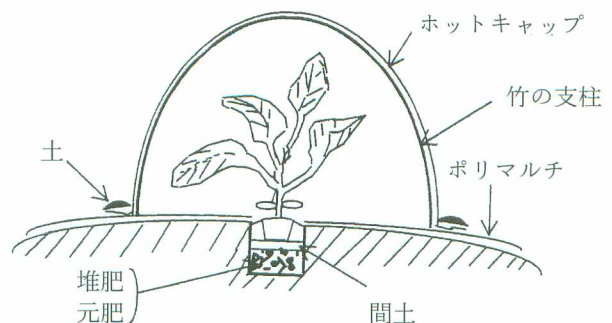
うね立て後、右図のように穴を掘って、堆肥、化成肥料を入れてよく混ぜておきます。

## 植えつけ

本葉4～5枚のがっちりした根張りの良い苗を選びます。カボチャは乾燥に強いので、なるべく浅く植えるようにします。

株間は80cm程度にします。

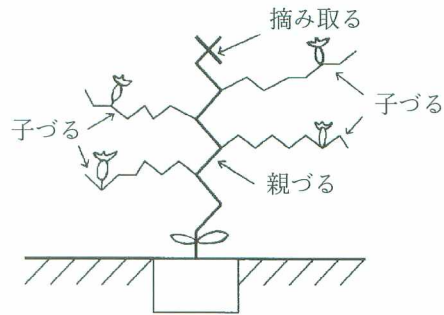
植え終わったら灌水をして、ホットキャップで覆って、保温します。晩霜の危険がなくなれば、風のない夕方にホットキャップを取り除きます。



### つるの仕立て方

- つるの仕立て方には、2つの方法があります。
- ①親づると子づるの2～3本で仕立てる方法。
  - ②本葉5～6枚で親づるを摘芯して、子づる3～4本で仕立てる方法。

図のように伸ばして、他のつるは早めに摘みとり、日当たりを良くします。



つるの仕立て方

### 追肥

生育初期からのチッソ過多はつるぼけを招き、落果や病害虫の発生の原因になります。

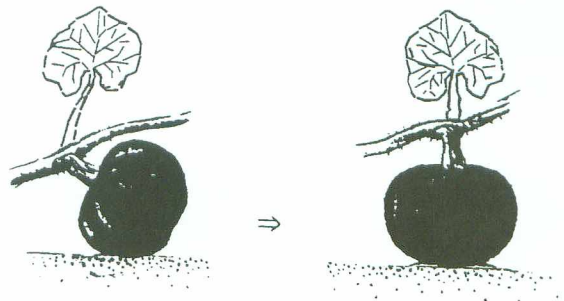
追肥は、1番果がピンポン玉かテニスボールの大きさになった頃に施すのが基準ですが、生育状況により適宜加減します。

### 敷きわら

つるの伸長に合わせてわらや刈り草を敷き、乾燥防止と茎葉や果実への土のはね上りを防ぎます。

### 玉直し

着果して2週間が過ぎる頃、果形や果色に変化するのを防ぐために、横に寝た果実をまっすぐに起こします。

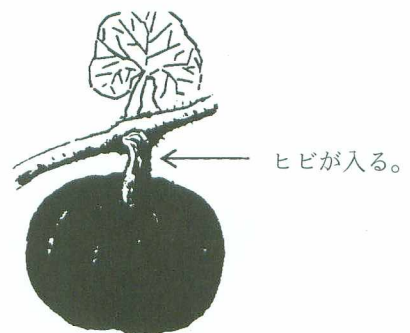


### 収穫

若どりをしないように気をつけましょう。  
開花後、30～40日で完熟になります。

果梗の若毛がとれて、果皮のつやが落ちて表面に小ジワができ、果梗部の「コルク」化が進んだ果実から順次収穫します。

収穫後は、風通しの良い日陰でよく乾かします。



### コメント

カボチャの赤みはカロチンです。カロチンは体内でビタミンAに変わります。

カボチャを油で調理すると、カロチンの吸収度が高まるので、カボチャの天ぷらは理想的な調理の1つとされています。