



# ナス の育て方

## ● 作り方のポイント

- ①ナスの皮に含まれる**アントシアニン**は抗酸化作用があります。
- ②ナス科植物（トマト・ナス・ピーマン・ジャガイモなど）は連作を嫌うので、4～5年ナス科植物を栽培していない場所を選びます。
- ③多肥を好み、肥沃な適湿の畑でよくできます。
- ④長期間栽培・収穫できます。
- ⑤挿木苗が比較的育てやすいでしょう。

## ● 栽培カレンダー

月	● 種まき期 ● 植えつけ期 ● 収穫期											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
暖地・中間地	■	■		■	■	■	■	■	■	■	■	■
高冷地・東北		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
北海道			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

## 1 植え付け準備

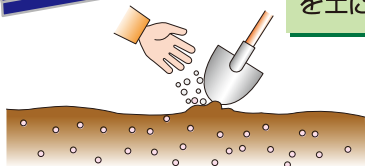
植え付けの1～2週間前に、畝（うね）をつくる。畝幅を広く取って1m畝に1列に植える。

1㎡あたり堆肥2kg、苦土石灰200gを混ぜ込む。

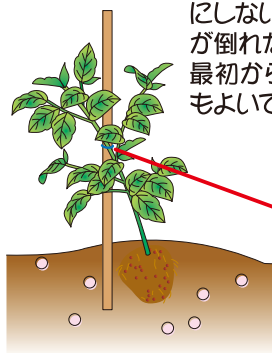


### 元肥

1株当たり100gを土に混ぜ込む。



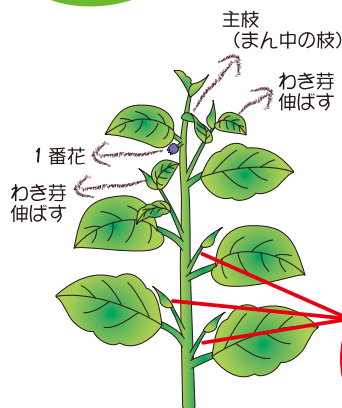
苗を植え穴において周りの土を寄せるように植え（深植えにしない）、仮支柱を立てて苗が倒れないように軽く縛る。最初から1mぐらいの支柱でもよいでしょう。



8の字になるように誘引する

## 2 3本仕立て、追肥、本支柱立て

ここがポイント!

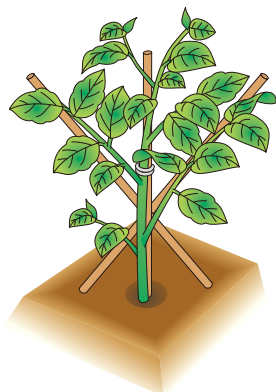


整枝は、1番花の下から出る側枝2本を残し、主枝と合わせて3本仕立てにする。それより下から出るわき芽は小さいうちに早めに摘みとる。生長して枝が立て込んできたら中に光が通るよう葉っぱをとる。

### 追肥

20日～30日ごとに1株あたり30g与える。

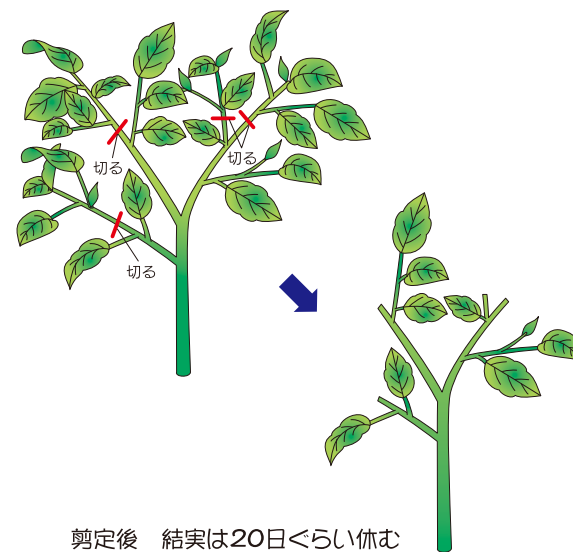
下のわき芽はとり除く



実が付くと重みで枝がたれるので6月にしっかりした支柱を立てる。枝が水平より下を向くとその枝の生長が止まり、実が付かなくなるので、紐で吊り上げるが、支柱で支える。

## 3 切り返し剪定（更新剪定）

この作業をすると秋ナスが収穫できる!



剪定後 結実は20日ぐらい休む

6月ごろから少しずつ収穫できますが、最初のうちは果実を大きくしてしまうと草勢が衰えるので、若どりを心がける。7月に入ると高温で弱ってくるので7月上旬ごろ更新剪定をする。この後新しく出てくる枝に良い秋ナスができる。