

# 玉ねぎの育て方

## ●ワンポイント

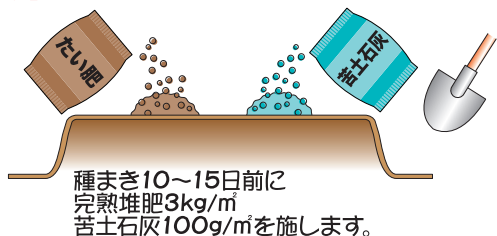
- ①玉ねぎは、強い辛味・香味が特徴です。
- ②玉ねぎに含まれるサイクロアリインは、血液をサラサラにする効果があります。
- ③糖をエネルギーに変えるビタミンB<sub>1</sub>の働きを良くするアリシンを含みます。ビタミンB<sub>1</sub>を多く含む食品（豚肉など）と相性が良いです。
- ④玉ねぎは肥料を多く必要とする野菜ですので、追肥をしっかりを与えましょう。
- ⑤酸性に弱いので必ず石灰で土壌を中和しましょう。

## ●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												

※時期は目安です

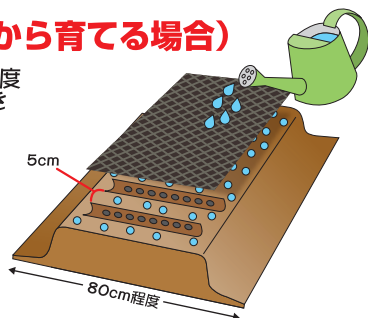
### 1 苗床作り



種まき10~15日前に  
完熟堆肥3kg/m<sup>2</sup>  
苦土石灰100g/m<sup>2</sup>を施します。

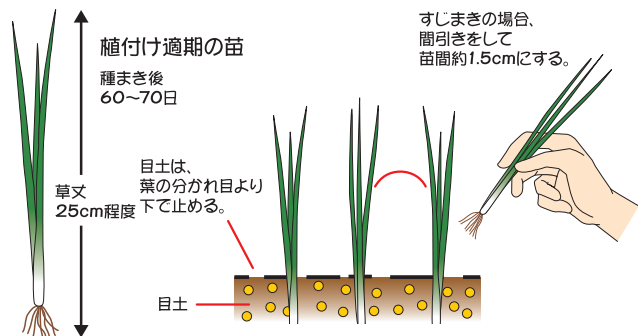
### 2 苗作り(種から育てる場合)

幅80cm・高さ10cm程度  
の畝を作ります。種まき  
後は、種が隠れる程度に  
土をかけて敷きわらが、  
寒冷紗をかける。



種は深さ5mm程度の  
溝を掘り、条間5cm  
でまく。

### 3 間引き・土入れ



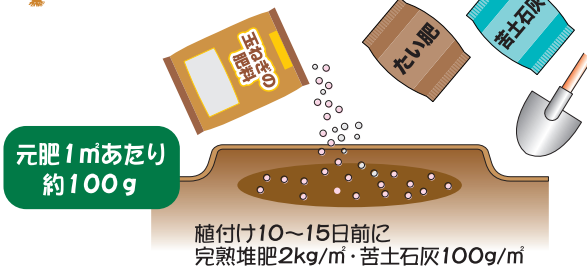
植付け適期の苗  
種まき後  
60~70日

すしまきの場合、  
間引きをして  
苗間約1.5cmにする。

目土は、  
葉の分かれ目より  
25cm程度  
下で止める。

目土

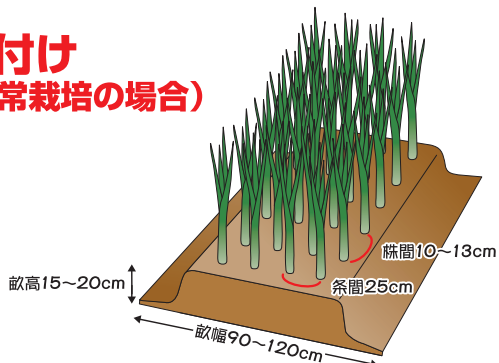
### 4 植付け(土作り)



元肥1mあたり  
約100g

植付け10~15日前に  
完熟堆肥2kg/m<sup>2</sup>・苦土石灰100g/m<sup>2</sup>

### 5 植付け (通常栽培の場合)



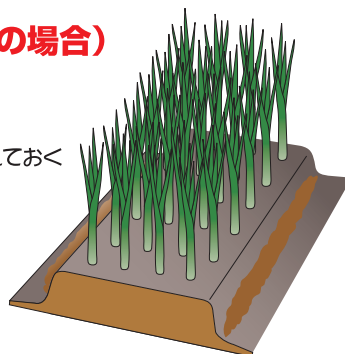
畝高15~20cm

株間10~13cm  
条間25cm

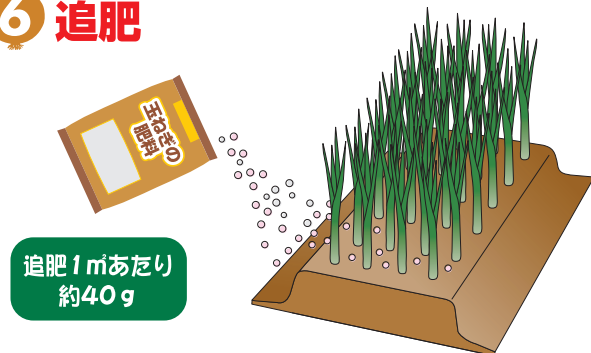
畝幅90~120cm

### (マルチ栽培の場合)

マルチ栽培する場合は、  
追肥分も元肥として入れておく  
(140g/m<sup>2</sup>)



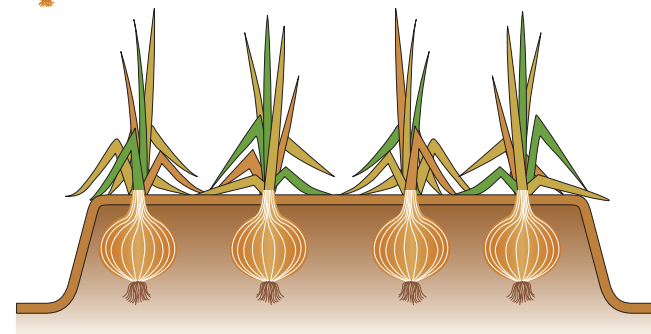
### 6 追肥



追肥1mあたり  
約40g

- 2週間ほどで苗が根付いたら、1回目の追肥(40g/m<sup>2</sup>)
- 1ヶ月後のころ、2回目の追肥(40g/m<sup>2</sup>)
- 3回目の追肥は、収穫の2ヶ月前に終わらせる。  
降雪地域では、雪解け後すぐ。

### 7 収穫



収穫は地上部が全体の7~8割倒れたら、  
晴天の日を見計らって収穫する。  
葉付きのまま、風通しの良い涼しい所で保存します。