

ミズナ(キョウナ)

アブラナ科アブラナ属

ミズナ(水菜)は古くから京都で栽培されていたツケナ的一种で、キョウナ(京菜)とも呼ばれます。葉の形が細く、切れ込みの多い菜類ですが、柳の葉のような丸葉に分化したのが壬生菜です。本来は、大株にして水炊き、すき焼き、漬物に利用しますが、最近は小株取りして、サラダとして人気の高い野菜となっています。

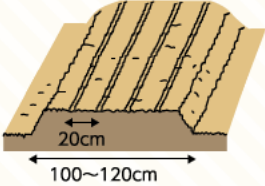
【栽培時期】 小株取りでは、冬を除き種まきができ、夏まきは30日程度、春秋まきは40〜60日で収穫になります。大株取りでは8月下旬〜9月中旬に種まきし、12〜3月に収穫します。

【品種】 葉の幅が狭く葉数の多いサラダ用の「京みぞれ」(タキイ種苗)、「京すだれ」(丸種)は茎が白く、シャキシャキした食感の品種です。大株取りでは「晩生白茎千筋水菜」(タキイ種苗)などが良いでしょう。

【土作り】 幅100〜120cmのベッドを作り、1平方m当たり堆肥1kg、苦土石灰100gと化成肥料(NPK各成分10%)100gを全面に施し、土とよく混ぜておきます。

【種まき】 小株取りではじかまきとし、ベッドに幅20cm間隔の種まき溝を作り、およそ1cm間隔に筋まきします(図1)。種まき後は防虫ネットでトンネルを作り、害虫か

図1 種まき



ら保護すると良いでしょう。大株取りでは移植栽培とし、セルトレイや小型ポットに4〜5粒まき(図2)、間引きして本葉5〜6枚の苗を作り、条間30cm、株間30cmに植え付けます。

【管理】 小株取りでは本葉が出て込み合ってきたら、適宜間引きを行い、最終的には5cmくらいにします(図3)。大株取りでは、種まきの1カ月後と2カ月後に化成肥料で、それぞれ1株5g程度の追肥をします。

【病害虫の防除】 アブラムシは、サンクリスタル乳剤など、アオムシ、コナガにはトアロー水和剤CTなど環境に優しい農薬で防除します。

【収穫】 小株取りでは葉の長さが25〜30cmくらいが収穫適期です。一部を収穫し、株間15〜30cmとなるように株を残し、中々大株取りにしてもよいでしょう。大株取りでは、1kgくらいから収穫を始

めます(図4)。

※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 苗作り



図3 間引き

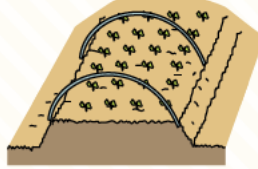
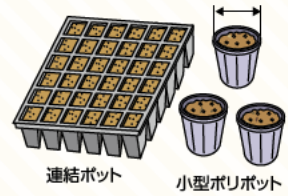


図4 収穫



図2 苗作り



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(じかまき)	①								②			
露地栽培(育苗)		①							②	③		

② 種まき ③ 植えつけ ① 収穫



JAグリーン津店が
ミズナ
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

ミズナは、乾燥や害虫に注意すれば、初めての方でも簡単に栽培できる野菜です。プランターなら、ベランダでもお庭の隅でも十分に楽しむことが出来ますので、収穫したばかりのフレッシュなミズナを味わってみてくださいね。毎日の食事に、ちょっと緑が足りないうきなど手軽に彩りを添えられるのも魅力ですね。

【水やり】 乾燥に大変弱いため、水を切らさないようにすることがポイントです。特に発芽するまでは、乾燥したらたっぷり水と水をあげます。発芽後は、土の表面が乾いたらすぐに水やりをするようにしましょう。

【肥料】 プランターで収穫する場合は、植え付けのときに緩効性化成肥料を混ぜておきましょう。地植えは、植え付けの時と、本葉が5〜6枚の頃に肥料を与えましょう。