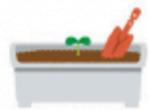




プランターで野菜作りを始めてみよう!



# リーフレタス

1 栽培時期 △ 種まき ■ 収穫  
1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月

作型	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		△	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....

## 2 準備するもの

- 種 ●深さ20cm以上、横幅65cm以上あるプランター
- 培養土(可能なら肥料入り) 鉢底石 ●牛フン堆肥 ●苦土石灰
- 防虫ネット ●野菜専用化成肥料(培養土が肥料入りなら必要なし)
- 「リトルミー液肥」(葉の色が薄い場合)

## 3 栽培のポイント

準備

鉢底ネットと鉢底石を敷いたプランターに培養土を8分目まで入れ、牛フン堆肥約100gと苦土石灰約50gを加え、肥料入り培養土でない場合は野菜専用化成肥料約30gも入れてよく混ぜ込む。

種まき

条引き棒や割り箸などで深さ5mmほどの溝をつけ、約1cmから2cm間隔で種をまく。リーフレタスは光を好むので、土は薄く(5mm程度)かけ、軽く押さえ水やりをする。日当たりと風通しの良い半日陰が良い。夏は遮光、冬は防寒対策をすると良い。

## 4 間引き

- ◆発芽後一週間程度経過した双葉の時期に約3cm間隔になるように間引きをする。

## 5 2回目の間引き

- ◆本葉が4~5枚になったところに2回目の間引きをする。小株で収穫したい場合は株間を3~4cm程度にする。大きく育てたい場合株間は、25cm~30cm間隔にする。間引きをするときは根を傷めないようにハサミで根元をカットする。間引きが遅すぎると残した株の根が傷んだり、苗が徒長して軟弱になる原因となる。

## 6 追肥

- ◆植え付け2~3週間後、葉の色が薄い場合は1000倍に薄めた液体肥料「リトルミー液肥」を施す。ただし、葉の色が濃い緑色をしている場合は、元肥がしっかり効いているため追肥の必要はない。

## 7 病気・害虫対策

- ◆防虫ネットをかぶせて侵入を防ぐ。
- ◆アブラムシ、アオムシ、ヨトウムシなどが害虫の例としてあげられる。アブラムシが発生してしまったら、水で洗い流す。アオムシ、ヨトウムシを見つけた場合はすぐに取り除く。

## 8 収穫

- ◆種まきから約1か月程度で草丈約7cm以上が目安。内側の葉を残し、外葉をハサミで切取る。株ごと収穫する場合は、約2か月で草丈約20~25cmが目安。大きくなりすぎると苦みが出るので収穫は若いうちにする。



リーフレタスは過湿に注意。水やりは土の表面が乾いたらたっぷりを与えることで病気の予防につながる。間引き菜は、ベビーリーフサラダとして利用できる。