

ゴボウ

畑を深く耕し長い根を作る

ゴボウは食物繊維が豊富でカリウムも多い健康野菜です。

高温性で、発芽適温は20～25度、生育適温は20～30度ですが、生長したゴボウは寒さにも強いです。長く真っすぐな根を作るためには、下層まで土粒の細かい畑が適しています。春まき冬取りと秋まき夏取りができますが、春まきの方が栽培しやすいです。

[品種] 根長が70～80cmになる長根種が一般的ですが、家庭菜園には30～50cmの短根種がおすすめです。短根種はサラダにも向いています。

[畑の準備] ゴボウは根が深いので、畑をあらかじめ50～70cmほど深く耕しておきます。種まきの1カ月前に、1㎡当たり堆肥1kgと苦土石灰100g、1週間前に化成肥料（NPK各成分10%）100gを施し、深さ30cm程度まで耕します。次にベッド幅を30cm程度取り、高さ10cm程度の畝（耕土の浅い畑では高さ20～30cmの高畝）を作り、中央に園芸用支柱などを押し付け、深さ1cm程度のまき溝を作ります（図1）。

[種まき] 種皮に発芽抑制物質があるため、水に一晩浸しておきます。まき溝に約2cm間隔で種をまきます。好光性種子のため土は薄くかけ、鎮圧します。発芽まで約2週間かかるため、その間土を乾かさないことが大切です。発芽促進と幼苗の保護のため、不織布によるべたがけが有効です。

[間引き] 本葉1枚で株間が約4cm間隔になるように間引き、2回目は本葉3、4枚で株間が約8cm間隔になるように間引きます（図2）。

[追肥] 1回目は株定め後、化成肥料を畝の両側に合計で1㎡あたり20～30g、2回目は本葉8、9枚の頃に50g施します。いずれも、追肥後は除草を兼ねて中耕・土寄せしておきます（図3）。

[病害虫防除] 病害虫を出さないようにするには、連作をしない、未熟な堆肥を使わない、周辺を除草することが基本です。なお、ゴボウはセンチュウ被害を受けやすいので、前作のキュウリやニンジンなどにセンチュウ被害があった畑では栽培を避けましょう。

[収穫] 春まきの若ゴボウは、直径が約1cmになる頃から掘り取ります。普通のゴボウは直径約2cmが目安で、発芽から収穫までは短根種で3カ月、長根種で4、5カ月程度です。収穫は、まず葉柄を5～10cm残して茎葉を刈り取り、スコップで株の片側を深く掘って、根を露出させてから引き抜きます（図4）。冬には霜で茎葉は枯れますが、長根種は越冬し2月ごろまで収穫できます。

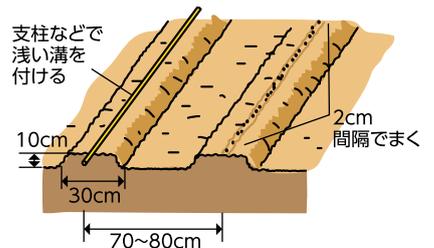


図1 種まき

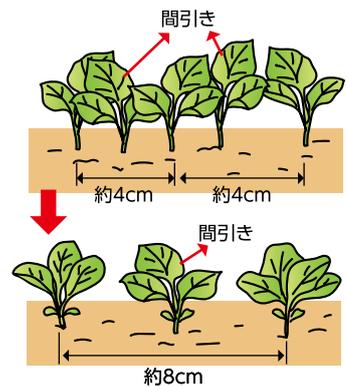


図2 間引き

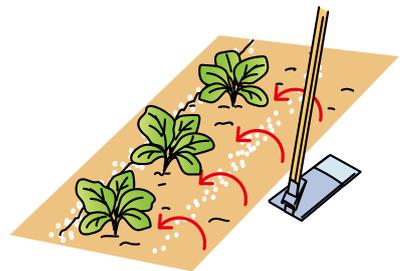


図3 追肥

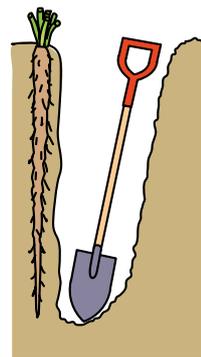


図4 収穫

栽培カレンダー（ゴボウ）

		3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
冷涼地	春まき			●	—	—	—	—	—	—			
	秋まき												
中間地	春まき		●	—	—	—	—	—	—	—			
	秋まき												
暖地	春まき	●	—	—	—	—	—	—	—	—			
	秋まき												

● 種まき — 生育 — 収穫(短根種) — 収穫(長根種)

※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。