



【キュウリ】 ※原産地：インド北部（ヒマラヤ山脈の南麓）

| 月  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|
| 播種 |   |   |   |   | ○ | ○ |   |   |   |    |    |    |
| 収穫 |   |   |   |   |   |   | ○ | ○ | ○ |    |    |    |

#### ■播き時と定植

- 晩霜の心配のないころに定植できるように5月初めにポットに種（3～4粒）を播く。
- 本葉が1枚のときにハサミで間引きし、丈夫な苗を1本残す。
- 本葉4～5枚までポットで育て、定植する。
- 2週間ほど前に苦土石灰をまきpHを調整。1週間前に堆肥、鶏糞をまく。  
（※一般の野菜用の肥料を使ってもよい）
- 直播にする場合は水はけをよくするために種をまく場所の土を5センチほど盛り上げる（くらつき）とよい。（※ホットキャップをするとよい）
- 立ち性は株間50cm、畝間70cm。地這い性（じばいしょう）は株畝間共に40cmでよい。

#### ■育て方のコツ

- キュウリの根は上根といい、浅く広く伸びる。
- 芽が出てきたら、ポット同様間引きをし、支柱は早めに立てる。  
（※垂直より斜めに立てるとよい。キュウリネットを使うと茎をヒモで結ばなくてもよい。）
- ツルが支柱の先端に届いたら摘心（てきしん）をする。
- 乾燥を嫌うので水をしっかりやる。
- キュウリは栄養生長と生殖成長とを同時にするので、芽かきをしないと早熟になり、早く老化する。
- 芽かきは最初の本葉から7，8節まで、葉のつけ根に出てくる芽を蔓だけは残して全部摘んでしまう。1cmぐらいの実をつけてもつむ。葉だけをつけた蔓を支柱やネットに這わせていく。

#### ■料理のポイント

#### ■栄養・機能性