



今回の家庭菜園は…

トマト

です!



時期	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
露地	●	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲

●=種まき ▲=植えつけ ■=収穫

性質

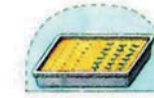
生育適温は昼 21～26℃、夜 10～15℃です。30℃以上では花が落ちたり、着色が悪くなります。また、10℃以下では花粉が働かなくなり、着果が悪くなります。根が伸びる適温は28℃で、根毛は8℃以下では発生しないので、定植時は15℃以下の地温が必要です。

栽培のポイント

- トマトを甘く育てるためには、まず水分管理が重要と言われています。ストレスを与えると甘くなるとされており、水や肥料を少なくすることで、トマトがストレスを感じて実が甘くなります。ところが過度に水分を控えずると、枯れてしまう原因にもなります。
- 日当たりが良く、水はけの良い畑を選び、1㎡当たり2本程度とし、光が十分当たるとおいしいトマトができます。
- 中～下段のトマトにも、光が当たるように管理し、午前中にトマトの温度が上がるようにすると、果実肥大が進み、味も良くなります。
- 前年に、ナス・ピーマン・シシトウ・トウガラシ・パレイショなどを栽培した畑は2～3年は避けて植えましょう。

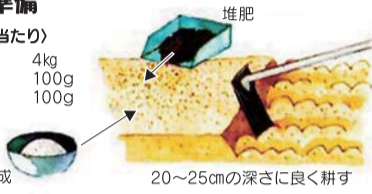
1 苗づくり

〈購入苗の場合〉
小鉢の場合が多いので、大きい鉢に植替える

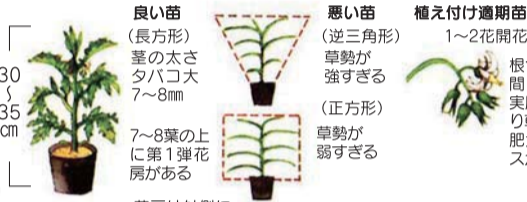


2 畑の準備

基肥(1㎡当たり)
堆肥 4kg
苦土石灰 100g
有機化成 100g

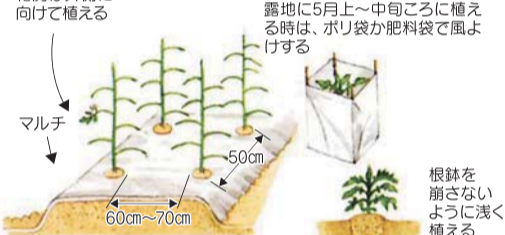


3 良い苗の見分け方と植付適期苗

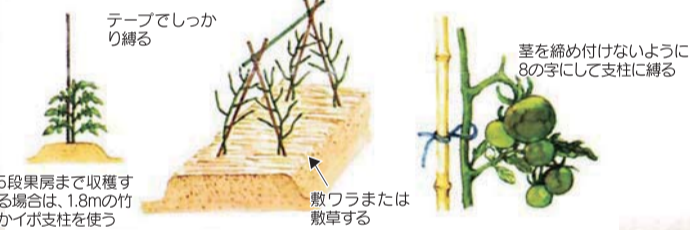


4 植え付け

透明マルチをすると生育がいい。雑草が発生したらマルチ上に敷ワラをすすると良い。敷ワラが無い場合はイネ科雑草でも良い。植え付け1週間前にマルチして、地温を上げておく



5 支柱立てと誘引



6 芽かきと摘心

脇芽は2葉程度の時に早めに手で摘み取る。花房の直下の脇芽は、生育が早いので遅れないように注意する



脇芽を活かした栽培

主枝は本葉3枚の上に次の花房がつく。脇芽(側枝)は本葉5枚展開し花房がつき、以降3枚ごとに花房がつく。本数が少ない場合、脇芽も活用すれば、多く収穫できる。

7 ホルモン処理・振動受粉

ホルモン処理すると肥大が早く、大きくなる。1段花房をホルモン処理で確実に着果させると、あとの草勢バランスも良くなる

ホルモンが入りできない場合は花が開花し、花粉がでているのを確認して、花房が細かく揺らす振動受粉をしても良い。



8 摘果

1果房4～5果残して形の悪いもの、小さいものを1円玉大の前に摘み取る。ミニトマトは摘果しなくても良い。

9 追肥と生育診断

第1段果房が10円玉程度になった時、通路に追肥する。窒素、加里中心の追肥用化成肥料(10g/1本)を施す

10 水やり

1週間以上雨が無い場合、通路に水を流してやる。(1株当たり1から2リ)ただし、朝、葉がつけ持っている時は必要ない。



11 収穫

トマトもミニトマトも全体が赤く着果したら、柔らかくなる前に収穫する。遅れると割れが多くなる。



裂果の原因

夜温が低くなる9月以降に発生が多くなります。果実に降雨が当たるとさらに多くなります。上位の果実に直射日光が当たると、果皮の老化が進み、裂果しやすくなります。

対策

上位の果実は摘心以降伸びてくる葉で覆い直射日光が果実に当たることを防ぎます。かん水は、少量、多数回として一度に多量のかん水を行わない。9月中旬以降のかん水は少なくし、裂果した果実は早く収穫しましょう。

食のはなし トマト



トマトはナスやピーマンと同じナス科の野菜で、17世紀半ばくらいに日本に伝えられていたと考えられています。真っ赤なトマトには栄養がいっぱいで、中でも特に注目されているのがリコピンと呼ばれるカロテノイドの一種。トマトが赤いのは、このリコピンの色素なんです。リコピンは、抗酸化作用が強く、体を生活習慣病や老化から守ってくると言われています。中でもリコピンの抗酸化作用は、β-カロテンの2倍、ビタミンEの100倍とも言われています。他にもトマトは低カロリーで、さまざまな栄養成分が豊富な健康野菜。抗高血圧作用やリラクゼーション作用があるとされるγ-アミノ酪酸(GABA)を多く含み、美肌効果や風邪

邪予防に役立つビタミンC、塩分の排出を助けるカリウム、腸内環境を整える食物繊維などもバランス良く含んでいます。

おいしいトマト選びのポイントは、①ヘタやガクが濃い緑色で枯れていないもの②全体の色が均一で皮に張りがあるもの③持ってみてずっしりと重たいもの④お尻の部分の放射状の線がはっきりしているもの。保存するときは、ポリ袋に入れ、ヘタを下にして冷蔵庫の野菜室へ。保存適温は7～10℃で、低温すぎると味が落ちてきます。良く水洗いをしてヘタを取り、水分を切って冷凍保存も可能ですが、自家製トマトピューレを作りカレーなどの隠し味に利用するもの良いでしょう!

ところであなたのお車の保障は万全ですか?

今一度ご確認ください!!



卒業シーズンを迎え、新たに運転免許を取得される方も多いこの季節!いざ、運転をするその前に確認しておきたいのがお車の保障。事故は自分がどんなに注意をしても起きてしまうことがあります。そこでJAの自動車共済「クルママスター!!」自賠責共済もセットで加入すると対人賠償掛金の最大7%が割引となりさらにお得!ご存知でしたか?他にもロードサービスなど頼れるサービスが充実!ぜひ一度JAいわみざわでお見積りを!!



幌向支所:畑野職員

※詳しい内容のお問い合わせ:ご加入のお申込みは、共済部共済課(電話0126-25-2215)または、支所・出張所金融窓口まで

1ページ目の解答:①-D、②-B、③-G、④-F、⑤-C、⑥-J、⑦-I、⑧-A、⑨-E、⑩-H

農作業パートさん大募集!!

JAが年間通して農家のお仕事を随時ご紹介いたします!

空いた時間を有効活用 短期から長期まで自由(登録制) まずはお気軽に登録してみませんか?

時間 8:00～17:00など(勤務時間・日数は応相談)
時給 786円～1,000円以上 ※時給・勤務時間は農家により異なります。

お申込先 JAいわみざわ農業振興部門 TEL.0126-22-6924 岩見沢市桜木町1条1丁目 webはこちら▶http://daywork.jp/ja-iwamizawa もしくは「JAいわみざわ農作業パート募集」で検索



モバイル版はこちら