

# 金賞 ゴーヤチャン (沖縄中長苦瓜)

話題の健康食品! 夏に欠かせない注目野菜!!

## 特性

独特の風味がありビタミンCが豊富な健康野菜。  
果実は濃緑色で突起(イボ)があり、果長 25cm 前後・果径 7 cm・重さ 300g 程度になります。野菜炒め・サラダ・天ぷら・和え物にして美味です。



## 栽培のポイント!

### 播種

播種は水稻の育苗箱等に排水のよい床土を入れ、条播とします。ニガウリの種子は硬実で発芽が均一になりにくいいため、種子に傷を付け水に二時間程度浸漬して播種するようにします。発芽初めまでは床土の温度を 25 ~ 30℃で管理します。

### 育苗

子葉が展開し、本葉が 1 cm 程度になったらポットに鉢上げします。軟弱徒長を防ぐため、育苗中は灌水を控えめとし、がっちりとした苗に仕立てます。

### 畦立および元肥

畦幅は 1.5m とし、マルチ(シルバーか白黒)を張ります。元肥は有機質肥料を主体にハウス栽培では 10 a 当たり N 成分量で 15kg とします。

### 定植

若苗のほうが活着がよいため、本葉が 2 枚程度展開したときに行い、深植えしないようにします。定植後はたっぷりと手灌水を行い、根をしっかりと深く張らせます。株間はハウス栽培で 2.5 ~ 3 m、露地栽培で 2 ~ 2.5m とします。

### 仕立て方

つる性の作物のため 1.8m 程度の支柱にキュウリネットを張り、誘引します。主枝には雌花が少ないため、10 節前後で摘心を行い、伸びてきた側枝を扇形に誘引します。生育後半につるが込み合ってくるようであれば、随時間引きを行い果実に光が当たるようにします。

### 交配

ハウス栽培ではネット一面につるが伸長した時をみはからい、人工交配によって着果させます。露地栽培では自然交配によって着果するので、初期に着果した果実は摘果し、草勢を強くしてから着果させます。また逆に草勢が強すぎて着果が少ない場合は灌水を控えて草勢を弱めるようにします。

### 水分管理

ニガウリはつる性で葉数が多く、葉肉が薄い蒸散が多く多量の水分を必要とします。水分が不足すると萎れて葉焼けをおこすので、水分を切らさない様管理することが品質のよい果実を収穫するためのポイントになります。

### 追肥

生育初期の追肥は控えめとし、生育中期(1 回目の収穫ピークを過ぎた頃)に 10 a 当たり N 成分量で 5 kg 程度おこなうようにします。

### 収穫

収穫までの日数は気温の低い時期で交配後約 35 日、気温の高い時期で交配後約 12 日程度となります。果実になると、収穫時に濃緑だった果実が収穫後 2、3 日で先端部から黄化してしまうため果実にツヤが現れる直前に収穫するようにします。

### 病虫害対策

高温期の栽培のため、乾燥するとうどん粉病が発生しやすくなります。害虫ではアブラムシ、ダニ、スリップス類が発生するので予防的防除に努めます。

	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
ハウス加温	●	-----	×	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----
ハウス無加温				●	-----	×	-----	-----	-----	-----	-----	-----
鉢苗(露地)						●	-----	×	-----	-----	-----	-----
直まき							●	-----	-----	-----	-----	-----

● 播種 ----- 育苗 × 定植 — 生育 □ 収穫

左記標準栽培表を  
参考に貴地の気候に  
合わせて栽培してください。