手作りポットで野菜を育ててみよう！

～ミニチンゲンサイ・ラディッシュ編～

岐阜県JAグループ

身近な材料「ペットボトル」を活用した手作りポットのDIYレシピや、それを使って「ミニチンゲンサイ」と「ラディッシュ」を育てる方法を紹介するよ！ポットの作り方も野菜の育て方も、手順を守ればとっても簡単！室内できちんと管理して育てれば、年間を通して栽培を楽しめるよ！

ペットボトルで手作りポットを作ろう！

ペットボトルは大人に切ってもらおう！

① 道具、材料を準備する

【道具】
・ハサミまたはカッター　・ホチキス
・透明のテープ（太めのもの）

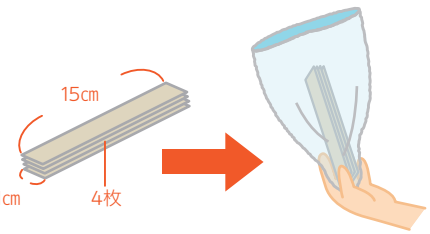
【材料（１つ分）】
・２ℓのペットボトル（中央がくびれたもの）１本
・フェルト１枚（15×10cmあればOK）
・不織布袋１枚（台所の三角コーナー用）

② ペットボトルに穴をあけ、切る

ペットボトルはキャップをはずす。図のとおり、側面に穴をあけてから（向かいの面も）、３か所で切りはなす。

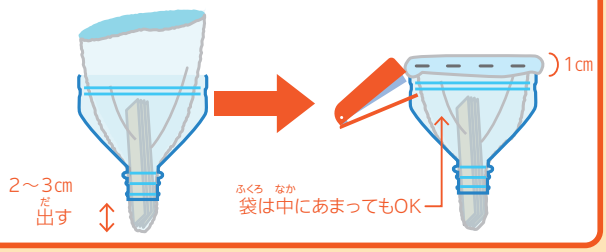
③ フェルトを切り、不織布袋に入れる

フェルトを１×15cmの帯状に４枚切る。これを重ねて不織布袋に入れ、先の方を手でまとめる。



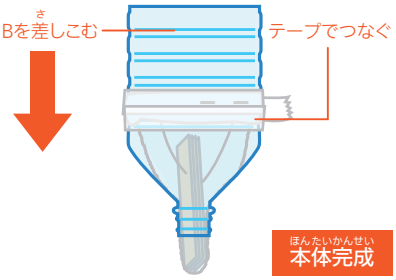
④ ③をAと合体させる

②のAをさかさまにし、口に向かって③を詰める。不織布袋を広げて１cm折り返し、Aのふちにぐるっと一周、ホチキスでとめていく。



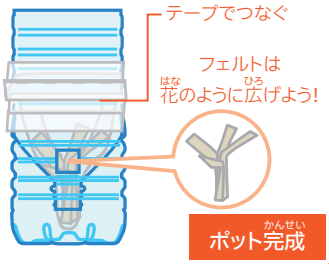
⑤ ④をBと合体させる

②のBのくびれ側の切り口を④に差しこみ、テープをまいてつなぐ。



⑥ 水受けと本体をつなぐ

②のCの水受けに⑤の本体を差しこみ、テープをまいてつなぐ。



手作りポットでの栽培のポイント

① 栄養管理

土は肥料の混ざった野菜栽培用の培養土を使ってね。葉が黄色っぽくなってきたら栄養が足りないよ。肥料をあげてね（化成肥料でも液肥でもOK）。

② 環境管理

毎日目につきやすいリビングなどの室内で育てよう。日中３～４時間は直射日光の当たる窓辺などに置いてね。

③ 水のやり方

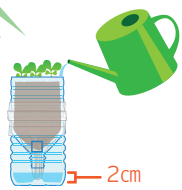
種まき後から芽が２～３cmになるまで

種や芽が流れやすいので、土が湿るくらいの量を上からきり吹きで吹きかける。土が乾いたら同じようにやろう。

芽の成長後

水受けに２cmたまる量を、上からジョウロなどでゆっくりかける。水受けが乾きはじめたら同じようにやろう。

水は植物に直接かけず、根元の土にかけよう！



ミニチンゲンサイを育ててみよう！

手のひらサイズのかわいいチンゲンサイだよ！

★ひとことメモ★

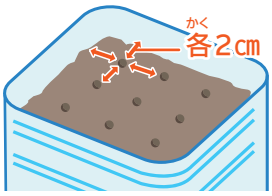
この育て方は、下の葉野菜の栽培にも応用できるよ！

※種まきや間引きの間隔、収穫目安などは各作物の育て方も参考にしてね！

収穫目安（日数／個数）
30～50日／2～3株程

1 種まき

ポットの土にまんべんなく水をしみこませ、水受けにたまった水を捨てる。土を平らにし、種を右の図のように8～10つぶならべる。種をつまようじなどで軽くおしこみ、きり吹きで水をやる。

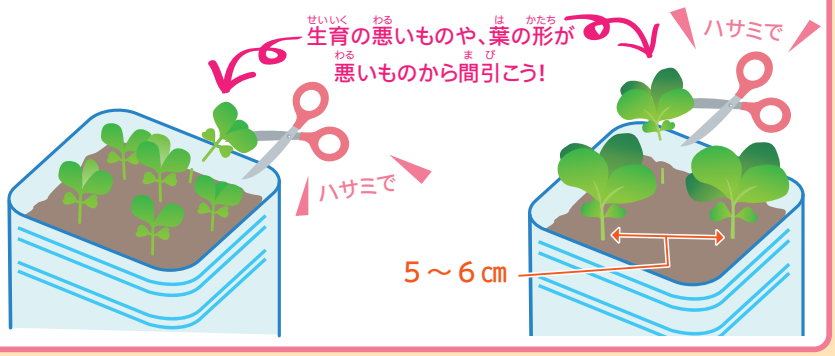


2 間引き

間引きのたびに収穫でき、小さなものなら生で食べてもOK

①本葉が2～3枚出た時
→葉が少し触れ合う間隔に間引く

②本葉が4～5枚出た時
→株間が5～6cm程になるように間引く



3 収穫

背たけが10cm程に成長したら、ハサミで根元から切り取って収穫しよう！

ラディッシュを育ててみよう！

最短20日で収穫できることから「ハツカダイコン」とも呼ばれるよ！

★ひとことメモ★

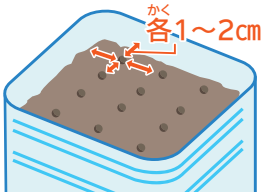
この育て方は、下の根菜の栽培にも応用できるよ！

※種まきや間引きの間隔、収穫目安などは各作物の育て方も参考にしてね！

収穫目安（日数／個数）
30～50日／4株程

1 種まき

ポットの土にまんべんなく水をしみこませ、水受けにたまった水を捨てる。土を平らにし、種を右の図のように10～12つぶならべる。上からうすく土をかぶせ、きり吹きで水をやる。

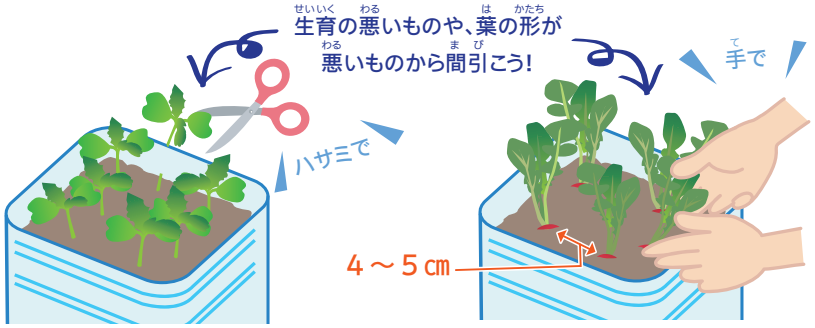


2 間引き

間引き菜はカイワレダイコンと同じ。サラダや油で揚げても◎

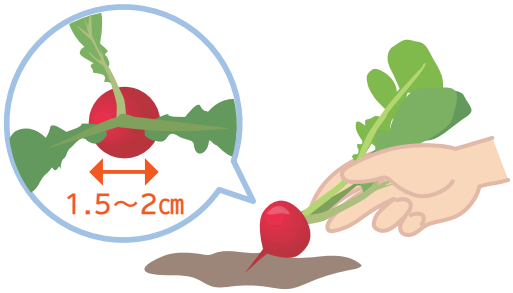
①本葉が2枚程出た時
→葉が少し触れ合う間隔に間引く

②本葉が4～5枚出た時
→株間が4～5cm程になるように間引く



3 収穫

上から見て赤い根の直径が1.5～2cm程に成長したら、引きぬいて収穫しよう！



発行／岐阜県農業協同組合中央会　後援／岐阜県教育委員会　監修・協力／竹村久生（日本農業教育学会 栽培・飼育教材開発コンクール審査委員会 審査委員）　デザイン・絵／藤代範雄デザイン事務所
写真／フォトライブラリー　校正／西進社　企画制作／一般社団法人 家の光協会　★この取り組みは「まめなかな運動」の一環として食と農の大切さを伝えることを目的としています。