

市民農園

＝利用の手引き＝



調布市生活文化スポーツ部農政課

市民農園

は し が き

近郊都市に住んでいる人々にとって、自然や緑に親しむ機会が年々少なくなってきました。

調布市では、市民の皆さんに家族そろって土に親しみ、健全な余暇を過ごしながら、農業に対する理解を深めていただくため、市民農園を開設しています。

市民農園は、市内在住で園芸に熱意のある方に、1世帯1区画を提供しています。市民農園使用者の募集は、市報及びホームページで広報します。ハガキにより申請していただき、募集区画数を超える応募があった場合は、抽選により決定します。

なお、市民農園につきましては、市が土地所有者のご厚意により土地をお借りし、市民農園を開設しております。一人ひとりがルール・マナーを守って使用していただかなければ、継続して市民農園を開設できなくなりますので、必ず禁止事項や使用のルールを確認し使用いただきますようお願いいたします。

本書は、市民農園を使用するうえで守っていただきたいこと、及びはじめて市民農園を使用する方に、手作りの新鮮な野菜を食卓で味わえるよう、「野菜づくりのポイント」などを掲載しております。

目 次

I 市民農園の使用について

1 使用資格	3
2 使用期間	3
3 使用料の納付	3
4 使用の辞退	3
5 使用の取消	3～4
6 禁止事項	4～5
7 使用のルール	5～6
8 その他注意事項	6
原状回復とは・区画使用イメージ	7
市民農園所在地一覧表	8

II 野菜づくりのポイント

土づくりのポイント	9～11
「タネまき」と「植え付け」のポイント	11～14
肥料のポイント	14～15
農薬のポイント	15～16
農作業のポイント	17～19
各種野菜づくりのポイント	20～32

I 市民農園の使用について

市民農園は、条例及び施行規則に基づき運営しています。特に知っておいていただきたい事項について以下に解説していますので、使用される前に必ずご覧ください。

1 使用資格

市内に住所を有し、園芸に熱意があり、現に耕作することができる土地を有していない方。使用できる区画は1世帯1区画です。

2 使用期間

使用期間は通常35月（2年11ヶ月）です。

ただし、使用者切り替えが集中する年度は新規貸出のための整地・区画整備期間を十分に設ける必要があるため、使用期間が34月となる場合があります。

また、新規開設の場合は使用期間が通常と異なることがあります。

3 使用料の納付

指定の期日までに、所定の納付書により使用料を納付してください。

年度当初（4月）に年度分を市内取扱金融機関にて支払いいただきます。

15㎡区画 月額500円（年間6,000円）

21㎡区画 月額700円（年間8,400円）

繰上当選で年度の途中で使用開始する場合や、使用最終年度は月額×使用月数の金額を支払いいただきます。

4 使用の辞退

市外へ転出したときや、その他の理由で使用を辞める場合は、速やかに農政課まで御連絡ください。辞退する日の30日前までに、「市民農園使用辞退届」による届出が必要です。辞退する日までに、使用区画をきれいに原状回復して返却してください。

5 使用の取消

次のいずれかに該当する場合は、使用承認を取り消す場合があります。

- (1) 禁止事項や使用のルールを守らなかったとき。
- (2) 2月以上市民農園を使用しないとき。
- (3) 市民農園の管理運営をするために必要と思われる指示，注意に従わないとき。
- (4) 災害その他の事故により市民農園の使用ができなくなったとき。
- (5) そのほか，市長が特に必要があると認めたとき。

使用を取り消された場合も区画をきれいに原状回復して返却してください。

6 禁止事項

- ・使用承認を受けた方及び，使用申請書の世帯構成欄に記載のある方以外が使用すること。使用承認を受けた方と一緒に来園された場合や，体調不良等の理由で一時的に区画の使用が難しい場合でも，上記以外の方の使用は認められません（18歳未満の方は除く）。
 - ・市民農園を使用する権利を他人に譲渡，転貸すること。
 使用の譲渡，転貸は次のいずれかに該当する場合を言います。
 - (1) 他人名義で使用していることが認められる場合
 - (2) 不正な方法で農園を使用していると認められる場合
 - (3) 他人の名義を使用する等偽りの使用申込を行った場合
 - ・指定された納期限までに使用料を納付しないこと。
 - ・営利の目的に使用すること。
 - ・園芸以外の用途に使用すること。
 - ・自動車で通園すること（駐車場はありません）。
 - ・火気の使用
 - ・喫煙
 - ・農園内での飲酒，及び飲酒したうえで作業すること。
 - ・動力機械や騒音を発生させる農機具を使用すること。
 - ・除草剤を使用すること。
 - ・指定された区画以外の場所を使用すること（区画外を耕作する，農機具を置く，ゴミを放置する等）。
- 区画外に勝手に耕作したものについては，栽培中であっても予告なく処分いたします。
- ・市民農園に設置した水道，休憩施設等に変更を加えること。
 - ・上記のほか，他の使用者及び近隣住民に迷惑となる行為，管理に支障

を及ぼす行為。

7 使用のルール

- ・使用時間は、午前7時から日没までとします。
- ・近隣住民の迷惑とならないよう、農園内ではお静かに願います。
- ・無耕作のまま放置しないでください。雑草が茂ると害虫発生、種の飛散等で他の使用者や近隣住民にも迷惑となります。
- ・隣接する区画とのトラブルを避けるために、区画の周囲に歩ける程度（20cm）の間隔をとり、作付けをしてください。
- ・サツマイモ、カボチャなどの蔓ものは区画からはみ出さないよう注意してください。
- ・支柱やネットを使う場合は、他の区画が日陰になる、風で倒れるなどの迷惑にならないように注意してください。
- ・栽培ができる作物は、野菜・草花に限られます。樹木を植えることはできません（パパイア、キウイフルーツなどの樹木に実をつける果物も不可）。
- ・水道で収穫物の水洗い、長靴の泥落としをしないでください。（設置の水道排水柵は、水の有効利用のため浸透方式となつていますので、落土により排水口が詰まってしまいます。収穫物の土落とし等は、バケツに水を取って行い、残り水は使用区画に散水してください。）
- ・散水するためにホースは使用できません。
- ・ビニール、マルチ資材等を含め、ゴミは必ず持ち帰り処分してください。収穫後の野菜の残存物、雑草は持ち帰り処分するか、細かく砕き、区画内に深く埋めるようにしてください。区画外の通路等には絶対に埋めたり、放置しないでください。
- ・農薬（殺虫剤、殺菌剤）の使用については次の事項を遵守してください。なお、除草剤を使用することは禁止としています。
 - （1） 農林水産省の登録番号のある、安全性が確認された農薬を使用すること。
 - （2） 農薬のラベルに書いてある情報を正しく守ること。
 - （3） その農薬に適用がある作物だけに使用すること。
 - （4） 定められた使用量（濃度）、時期、総使用回数を守ること。
 - （5） 隣接区画や近隣住民へ影響が無いよう、風向き等に十分

注意すること。

- ・区画外のスペース（通路等）については、使用者が共同で除草等を行うよう、ご協力をお願いします。
- ・使用を終了時は区画をきれいに原状回復して返還してください。
- ・お知らせや連絡事項等を農園内の掲示板に掲示しますので、御確認ください。

8 その他注意事項

- ・貸出用農具，トイレはありません。
- ・通園中や農園内作業中の事故や怪我については、各自の責任となりますので、十分に注意したうえで作業を行ってください。
- ・使用期間内であっても、土地所有者の都合により市民農園を廃止する場合があります。廃止に伴う栽培物等の補償，代替地の提供等はありませんのであらかじめご了承ください。
- ・自然災害，病虫害，盗難等による，栽培作物および物損に対して補償することはありません。
- ・災害時には農園を一時集合場所として市民が利用することがありますのであらかじめご了承ください。
- ・利用者間のトラブルに対し，調布市及び調布市市民農園管理運営業務受託事業者は一切関与いたしません。

原状回復とは

原状回復とは使用する前の状態に戻すことをいいます。

- ・ 雑草や作物収穫後に残った茎や根など、ゴミになるものすべてを取り除いてください。
- ・ 雑草や野菜の残存物は細かく碎き、自分の区画内に深く埋めるか、自宅に持ち帰り処分してください。区画外に埋めないでください。
- ・ ビニール・マルチ資材等のゴミは埋めず必ずお持ち帰りください。
- ・ 農機具や支柱等の私物を置いたままにしないでください。

✕悪い例



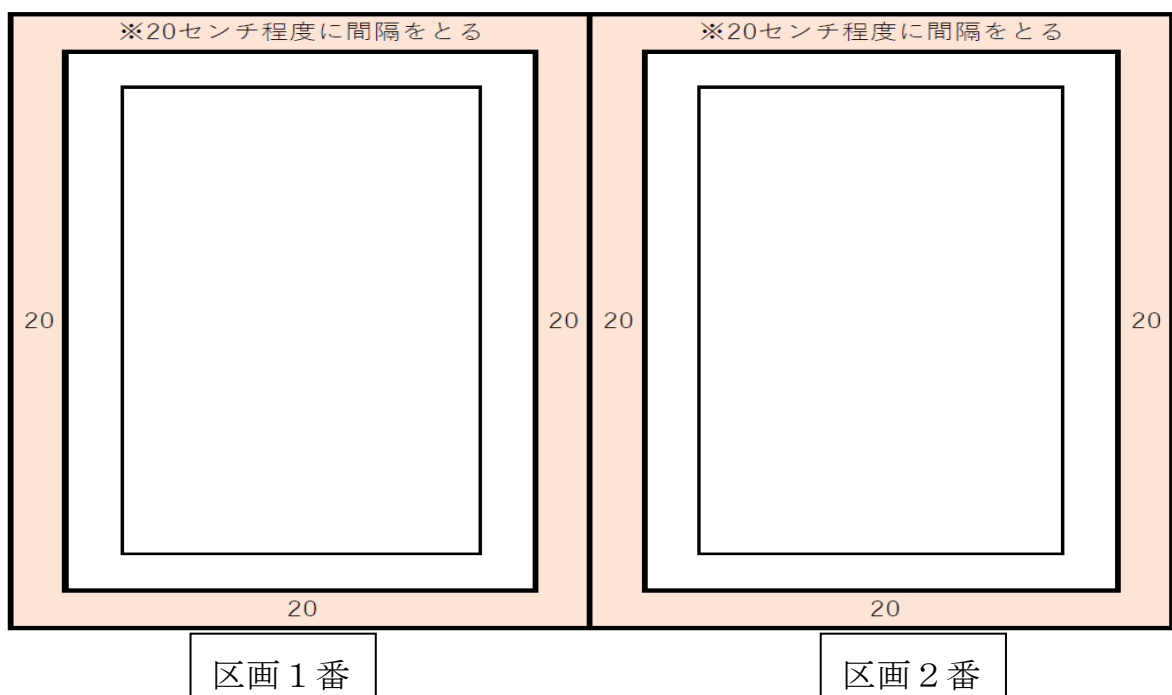
○良い例



次の方が気持ちよく使えるよう、ご協力をお願いいたします。

区画使用イメージ

隣接する区画に入らないよう、各自の区画周囲に通路を確保して作付をしてください。



調布市市民農園所在地一覧表

農 園 名	所 在 地
調布市下石原市民農園	下石原 2－7－1
調布市八雲台市民農園	八雲台 2－30－6
調布市深大寺南町市民農園	深大寺南町 5－4－2
調布市入間町市民農園	入間町 1－3－16
調布市小島町市民農園	小島町 3－73－2
調布市深大寺東町市民農園	深大寺東町 3－9－15
調布市深大寺北町市民農園	深大寺北町 6－14－11
調布市布田市民農園	布田 6－8－25
調布市菊野台市民農園	菊野台 2－27－1
調布市上石原市民農園	上石原 2－45－4
調布市下石原第 2 市民農園	下石原 3－12－4
調布市若葉町市民農園	若葉町 2－6－10
調布市東つつじヶ丘市民農園	東つつじヶ丘 2－13－6
調布市深大寺南町第 3 市民農園	深大寺南町 4－31－3

Ⅱ 野菜づくりのポイント

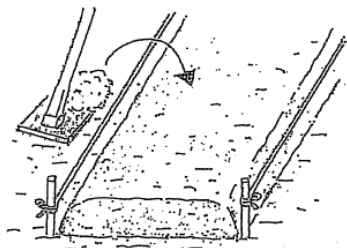
土づくりのポイント

1 基本となる土づくり

- (1) 市民農園でおいしい野菜等を上手に作るには、第一段階として土づくりが基本となります。まず、ケガをしないように畑の中の石やガラス片・ビニールなどの片づけから始め、雑草なども取り除きましょう。
- (2) 日本の土壌は酸性に傾く傾向があるので、土壌改良材として苦土石灰などを土に混ぜて中和することが大切です。作付け前の準備として、2週間位前には苦土石灰をまき、土の酸性度を調整します。
- (3) 堆肥や肥料をまいてスコップやクワなどで畑を深くよく耕し、土と混ぜ合わせ、土をやわらかくします。掘り起こす土の深さは30cm以上が理想です。

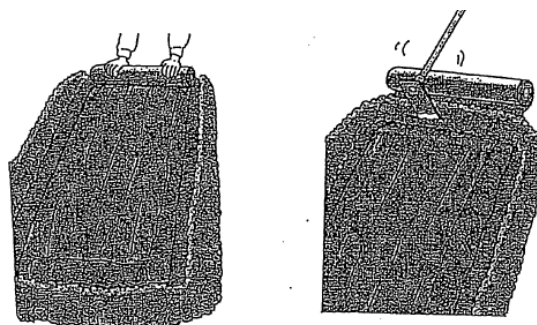
2 畝の作り方・マルチの張り方

畝の作り



必要な畝幅を測り、両側にひもを張り、ひもに沿ってひもの外側の土を鍬ですくい、内側に寄せ上げる。

マルチ張り



畝にマルチを張る。風で飛ばされないように、マルチの端を土に埋めてしっかり押さえる。

3 良い土とは、次の条件を備えています。

- (1) 通気、排水および保水が良いこと（団粒構造であること）
- (2) 土の酸度が適当であること（PH5.5～7.0）
- (3) 病原菌や害虫が少ないこと。
- (4) 肥料を適当に含んでいること。

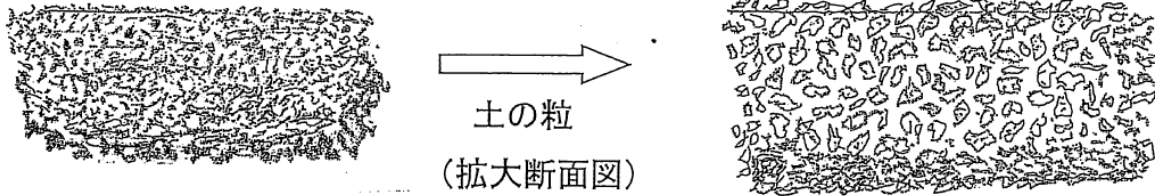
以上のような条件を備えた良い土をつくるには、畑を深く・よく耕し、土を

柔らかくすることが重要です。

4 土の構造

単粒構造（耕す前の土）

団粒構造（堆肥等を含み、
耕した後の土）



5 連作障害

連作障害とは、同じ畑で同じ野菜や同じ仲間の野菜を毎年連続して栽培したときに、生育が極端に悪くなったり、枯れたりする生育障害のことです。微量元素の欠乏、土壌病原菌の繁殖、肥料のやり過ぎなどが原因と言われています。

（１）連作障害が出やすい野菜（ナス科・マメ科・ウリ科の野菜）

- ・ナス科 ナス・トマト・ピーマン・シシトウ・ジャガイモ
- ・マメ科 エンドウ・ソラマメ・インゲン
- ・ウリ科 キュウリ・スイカ・メロン
- ・その他 サトイモ・レタス・セロリ・ニラ・イチゴ・ミツバ

（２）連作障害が出にくい野菜

カボチャ・ダイコン・トウモロコシ・ニンジン・カブ・ネギ・タマネギ・
シソ・コマツナ・サツマイモ・シュンギク・ショウガ

（３）連作障害を防ぐために「効果的ではないか」と思われる方法

○ 接ぎ木苗を使う

接ぎ木苗とは、病害虫に強い種類を土台とし、それに普通に栽培された苗を接いだものです。

○ 堆肥・腐葉土などの有機物を入れる

土が本来もつ分解能力を高め、土に力をつける。土壌中に微生物の餌として適度の有機物を入れ、多様な生物が生育するような生態系を作り、単一の病害虫が大発生する状態を防ぐ。

○ 土壌消毒をする。

農薬を使用して土壌消毒をするのではなく、“天地返し”を行うなど太陽熱を利用した土壌消毒を行う。

※天地返し・・・下の土を上、上の土を下に入れ替える事。

○ 畑を区分けし、輪作を行う。

区画をナス科・ウリ科・マメ科・その他の野菜という様に分け、1年ごとに作付け場所を順番に変えることで、休ませることにより連作障害が出にくくなる。

「タネまき」と「植え付け」のポイント

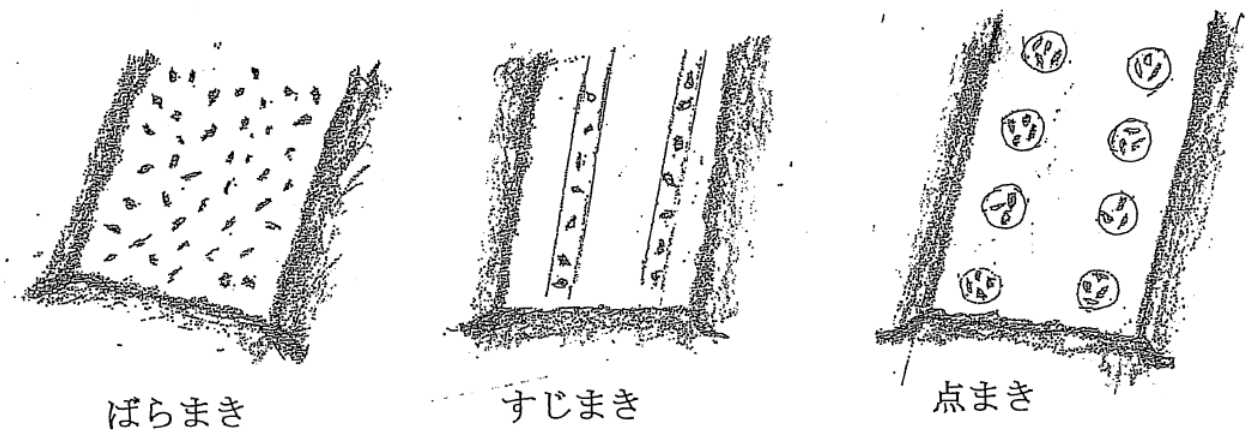
おいしい野菜作りの基本は、その野菜が育つのに最適な時期にタネをまき、苗を植え付けることや、いつ、畑のどの場所に、何を、どれくらい作るか等の計画を立てることが大切です。

タネをまくには、直接畑にまく方法と、苗ポットにタネをまき、苗をつくって畑に植え付ける方法の2通りがあります。野菜の特性や畑の使い方、必要な苗数などによって使い分けしましょう。

タネを直接畑にまいた方がよい野菜として、ダイコン、カブ、ニンジン、ゴボウ、ホウレンソウ、ハクサイなどがあげられます。

タネのまき方には、「ばらまき」「すじまき」「点まき」の3通りがあり、「ばらまき」「すじまき」はホウレンソウやコマツナなどの小型野菜を栽培するときに、「点まき」はダイコン、キャベツなどの大型野菜やインゲン、エダマメなど豆類に適しています。

1 タネのまき方



タネをまく時は、まき床に溝をつくり、タネがあまり重なりあわない程度の間隔を開けるようにします。

土をかぶせた後、タネと土地を圧着するため抑えつけてやり、ジョウロで水をたっぷりかけてやります。

発芽しにくい豆類や、ホウレンソウ、ニンジンなどは、まく前にタネを水につ

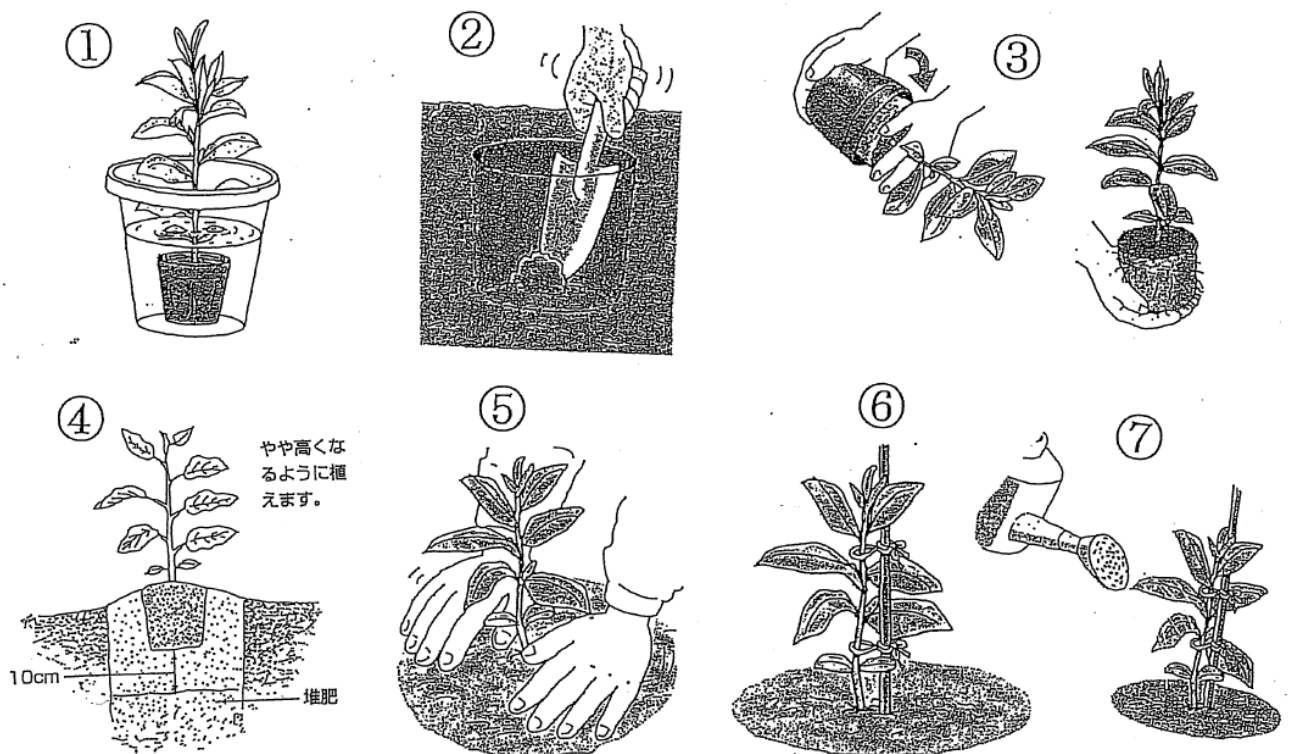
けておいたり、薄く土をかぶせたりすると、発芽が早まります。

タネ袋に採種年月が記入されているので、新しいタネを選んで購入。全部使用しない場合はタネ袋ごとビニール袋に入れて冷蔵庫等で保管します。保管していたタネをまく時は、必要量を室内で常温に戻してから使います。

2 苗の植え付け方

苗を植え付ける2週間ぐらい前に畑をよく耕し、苦土石灰を畑全体にまき（10㎡当たり2～3kg）、元肥として堆肥、鶏糞、油かすなどの有機質肥料を充分施し（10㎡当たり30～40kg）、土によく混ぜ合わせておきます。

- ① 水をはったバケツに苗を入れ、十分水を吸わせておく。
- ② 植える場所は、苗が入っているポットより一回り大きい横穴を掘り、たっぷりと水をまき、肥料も施す。
- ③ 根についている土は、できるだけ落とさないように、丁寧に行う。
- ④ 極端な浅植え、深植えはしない。
- ⑤ 苗の周りの土はあまり強くおさえない。
- ⑥ 風で揺れないように仮支柱をする。
- ⑦ 苗には十分水をまき、根づくまで土が乾かないようにする。



*キャベツ、ブロッコリー、ハクサイなどの葉菜類は植え付け後、速やかに防虫ネットなどで防虫対策をする。

苗の良し悪しで収穫にかなり差が出ます。苗を購入する場合、できるだけ良

い苗を選んで植え付けるようにします。

良い苗とは、①節と節の間が短く②茎がまっすぐで太く③葉に厚みが有り色の濃い④全体ががっちりし⑤病害虫に侵されていないもの。

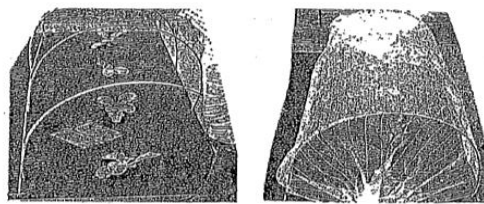
3 資材を使った栽培方法

ポリフィルムなどで土の表面を覆うことをマルチングといいます。

マルチングを行うフィルムには透明・黒・白・銀マルチなどがあり、地温を上げたり抑えたり、発芽を促したり、雑草を防いだり、霜や寒さを防ぐなど、様々な効果が期待できます。また、支柱、不織布、寒冷紗、防虫ネットなど、目的に合うものを選んで使いましょう。

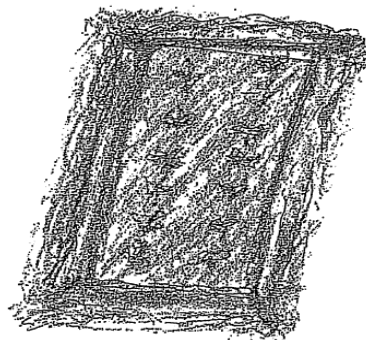
(1) トンネル栽培

畝にアーチ状に支柱を渡し、その上をビニールや不織布・寒冷紗などの資材で覆う。害虫を防ぎ、資材によって遮光や保温の効果等が期待できます。



(2) ベタがけ栽培

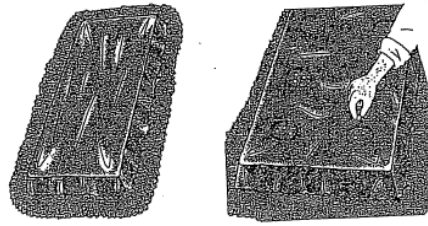
支柱を使わず、寒冷紗や不織布を土の表面や作物に直接掛けることを「ベタがけ」といい、害虫を防ぎ、強風雨や寒さなどから作物を保護し、発芽の安定や初期育成の手助けとなります。



(3) マルチ栽培

マルチをするときは、土に湿り気があるときによく耕し、整地（凸凹がないようによくならす）して、フィルムと地表面を密着させることがポイントとなります。（マルチ・不織布は、風で飛ばされないよう、ペグ等でしっかり

止めておく。)



4 各種野菜栽培の難易度

やさしい野菜	コマツナ，ハウレンソウ，インゲン，トウモロコシ，エダマメ，ジャガイモ，ダイコン，カブ，ナス，キュウリ，シュンギク，オクラなど
ややむずかしい野菜	レタス，ハクサイ，キャベツ，サツマイモ，ニンジンなど
むずかしい野菜	スイカ，セロリ，メロンなど

※ 狭い農園には向かない野菜・・・サツマイモ，カボチャ，スイカなど

肥料のポイント

野菜をはじめ作物が生育していくためには，いろいろな養分を吸収しなければなりません。野菜が育つために必要な栄養素は，主にチッソ，リン酸，カリ（肥料の三要素）などが必要です。

作物を丈夫に育てるためには，バランスよく肥料を与えなければなりません。どの肥料に何の成分がどのように含まれているかを知っておくことが大切です。

肥料は，一般的にそれぞれの成分を組み合わせたものが売られています。肥料の袋にチッソ・リン酸・カリの順に含まれる成分の量が記載されています。8・8・8とあれば，それぞれ8%ずつ含まれているということです。作物にあった肥料を選んで使いましょう。

1 肥料は，大きく2種類（有機質肥料・化成肥料）に分けられます。

（1）有機質肥料

油かす，魚かす，米ぬか，鶏ふん，草木灰，堆肥，牛ふんなどがあり，ききめは遅いが効果が長続きする特徴を持つ。土壌をやわらかくし，空気の通りや根はりが良くなります。

(2) 化成肥料（無機質肥料）

無機質肥料は、ふつう化成肥料と呼ばれ、主として追肥として使われます。硫酸、尿素、石灰チッソなどの肥料はチッソを多く含み、茎や葉の育成を良くするほか、過リン酸石灰や熔成リンなどはリン酸を多く含み、根や果実の発育を助けます。また、硫酸カリはカリ分を多く含み、根の発育を良くするうえ病害虫に対する抵抗力をつけるといわれています。

2 元肥と追肥

元肥とは、タネや苗を植え付けるときなどに、畑に事前に与える肥料のことを言います。効果が長持ちする有機質肥料をベースにした緩効性肥料を使用します。

追肥とは、野菜の生育に応じて必要な栄養分を追加で与える肥料のことを言います。すぐに効果を期待するため、速効性のある液体肥料や化成肥料を使うのが一般的です。

農薬のポイント

農薬を大きく分けると害虫を予防駆除する殺虫剤、病気を防除する殺菌剤、その他除草剤などがあります。農薬を取り扱うにあたって、野菜の被害状態や病害虫を観察し、適切な農薬を適量使用することが大切です。なお、散布する前に使用上の注意をよく読み、マスク等をつけ、まわりの人に危害が及ばないよう安全に使用しましょう。

1 市販されている農薬を購入する場合、次の点を考慮して選ぶ

- (1) 毒性が低いこと
- (2) 使用方法が簡単なこと
- (3) 適応範囲が広いこと
- (4) 貯蔵が容易なこと

2 農薬を使用するときの注意事項

- (1) 農薬容器のラベルなどに書かれた注意事項を必ず熟読する。
 - ・ 使用時期、使用濃度、使用回数を正確に守る
 - ・ ラベルに記載された注意事項を忠実に守る
 - ・ 薬剤を浴びないよう、風を背に後退しながら散布する
 - ・ 葉の表裏に、ていねいに散布する

(2) 長袖シャツ，長ズボン，防除用マスク，ビニール手袋，帽子，防除用メガネなどを使用する。

(3) 噴霧器などの防除器具を点検しておく。

3 農薬を使わない防除法（※本なども参照してください）

病虫害駆除のポイントは，作物に適した環境で栽培すること。病気や害虫の早期発見・早期駆除を行うこと。作物の栽培中は，いつも観察して病気や害虫を早くみつけ，適切な防除を行うこと。防除は農薬に頼るのではなく「農薬を使わない防除法」も積極的に取り入れ，農薬使用を可能な限り少なくする。

(1) 耕種的防除

- ・接ぎ木苗を利用する（キュウリ，トマト，ナス）
- ・無理な早まきなどせずに最適な時期に栽培する
- ・肥料を適正に施し，排水対策などを行い，健康に育つよう管理する
- ・適切な密度に植え付け，間引き，芽かきなどを行い，日照や通風を十分にとる

(2) 物理的防除

- ・病気の葉，枯れた葉茎，花などは早く処分する
- ・病気や害虫の発生源となる雑草を除草する
- ・寒冷紗や不織布などの被覆栽培での防虫，シルバーマルチでアブラムシの飛来を防除する

農作業のポイント

1 各種農具



2 必要な農作業

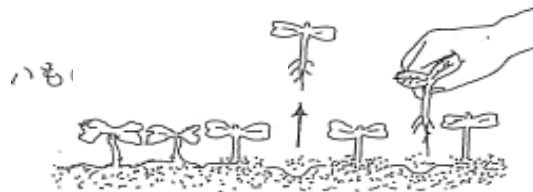
○除草

雑草は、小さなうちにこまめに抜き取ることが大切です。花が咲いて種がこぼれる前に抜き取るのが基本です。作物の生育を助け、肥料を無駄にしないことにつながります。除草作業で土の表面を軽く耕すことにより、空気や水の通りをよくすることにもなります。

しかし、除草のため除草剤を使うと、作物に薬害が出ることもあり、土の表面を固めてしまう結果になります。除草剤は使用しないで、クワや手作業で雑草を抜き取るようにしましょう。市民農園では除草剤の使用は禁止しています。

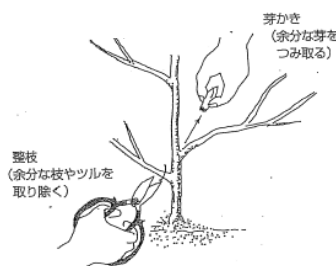
○間引き作業

発芽後に伸びすぎたものや生育の遅いものを間引く
苗が密生しているところを間引く



○整枝（余分な枝やツルを取り除く）

○芽かき（余分な芽をつみとる）



○中耕

作物の育成の途中で、畝を浅く耕すこと。空気の通りを良くして地温を高め、根の呼吸や養分吸収を促すために行う。

○土寄せ作業

農作物を植えこんだ後、土を株元にかき寄せる。株が倒れるのを防いだり、発育促進、根をしっかりと張らせるため。



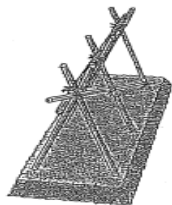
○支柱の立て方

草丈が高くなる野菜や、実が重くなる野菜は、支柱を立てててひ

もで結んで支えます（誘引）。トマトやキュウリには長さ2 m程度の支柱を，ナス，ピーマンには1.5 m程度の支柱を使います。根元から15 cm程度離し，深さ30 cmまでしっかりと差し込み固定します。

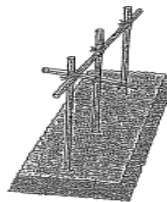
合掌式支柱

（2条植えのとき）



直立式支柱

（1条植えのとき）



各種野菜づくりのポイント

1 コマツナ・ハウレンソウ

準備（土づくり）

タネまきの2週間前までに土づくり。酸性土壌を嫌うので、土壌改良材として苦土石灰を畑全体にまき、よく耕しておく。

肥料をよくすきこんで土を盛り上げて畝を作る。畝幅70cm・高さ10cm程度とする。

畝立て

土を盛り上げて野菜を育てる場所を「畝」と呼び、その畝を作ることを「畝立て」という。土の水はけと通気性を良くするほか、通路として作業がしやすくなる。水はけの状況により高さ10～30cm程度にする。

タネまき

支柱などを使い、畝に深さ1cm程度のまき溝を作り、タネを1cm間隔にすじまきにする。タネが隠れる程度に軽く土をかけ、移植ゴテで土を圧着する。畝全体をベタがけ資材で覆っておく。多少のゆとりをもって覆っておくのであれば、収穫直前までかけたままでも良い。

間引き・・・タネまき後、1週間ほどで発芽するが、本葉が1～2枚になったら3～4cm間隔で1回目の間引きを行い、株と株の間隔は最終的に5～10cm程度とする。

追肥・その他・・・間引き後は、株間に肥料を追肥し、除草を兼ねて中耕、土寄せを行う。

収穫・・・草丈が大きくなりすぎると品質が落ちるので、20～25cmになったものから株の根元を持って収穫する。根部のピンク色を1cmほどつけてハサミで切る。

病虫害・・・立ち枯れ病、べと病、ヨトウムシ、アオムシ、アブラムシなど

ポイント・・・発芽率の良いタネを選び、厚まきにならないようにすること。

石灰、堆肥を充分施すこと。害虫は早めに防除すること。

2 レタス

準備（土づくり）・・・コマツナ・ハウレンソウに準ずる。

タネまき・・・春まきでは3月中旬～4月中旬頃、秋まきでは9月上旬～下旬頃。
畝幅約40cmにすじまきし、発芽に光を好むので薄く土をかけ、充分水をかける。

間引き・その他・・・本葉2枚の頃と本葉4～5枚の頃間引きを行い、株間は約30cmに間隔をあける。その後、2週間おきに追肥、除草を兼ね中耕、土寄せを行う。

主な病害虫・・・菌核病、斑点病、軟腐病、アブラムシ、ヨトウムシなど
ポイント・・・酸性土を嫌うので苦土石灰等で調整する。肥料切れをしないようにすること。土が乾いたら、水をかけ枯れ草などを敷き、乾燥しないようにすること。

3 シュンギク【キク科】

準 備（土づくり）コマツナ・ハウレンソウに準ずる。

タネまき・・・3月下旬頃・9月中旬頃に約60cmの畝幅で、タネは2列のすじまきにして、腐葉土でタネが隠れる程度かけておく。

間引き・・・1週間程度で発芽、3週間で高さ5cm程度となる、1ヶ月程度で間引きを行う（最初の収穫をする）。1ヶ月に1回程度、固形のボカシ肥を追肥として、土の中に押し込んでおく。

収 穫・・・収穫はタネまき後2ヶ月目くらいから。シュンギクは切れば切るほど枝分かれしながら増えて収穫できる。

主な病虫害・・・害虫はあまりつかないが、葉枯病や炭疽病が出ることがあるので、連作を避ける。

ポイント・・・乾燥に弱いので、土が乾いたら水をかけてやる。発芽率が低いので、やや厚まきにする。つみとり収穫後、追肥を施す。冬の寒さに弱いので防寒をしてやる。

4 ネギ

準 備（土づくり）コマツナ・ハウレンソウに準ずる。

春まきと秋まきがあり、秋まき苗は丈夫に育つが坊主が出やすい。春まき苗は坊主が出にくい病気に弱い。

タネまき・・・3月下旬頃～4月上旬頃（春まき）、9月上旬頃～10月下旬頃（秋まき）にまく。

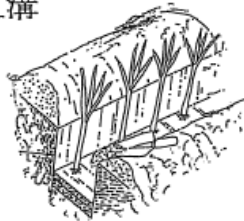
まき床・・・幅50～60cmの平畝をつくり、10cm間隔に深さ1cmのまき溝をつくる。1cm間隔に種をまいて土をかける。

間引き・・・発芽したら3cm間隔に間引きする。草丈が10cmほどになったら土寄せを行い追肥する。さらに1週間間隔で2～3回追肥し、苗が20～30cmになったら5月～6月頃に定植する。

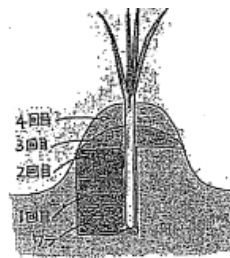
苗の植え付け・・・草丈が30cmぐらいになったら、苗の植え付けの適期。水はけと日当たりの良い場所に、幅80cmの畝の中央に幅20cm、深さ30cmの溝を掘る。ネギの軟白部の長さは、この溝の深さで決まる。

溝の壁に苗を10cm前後の間隔でまっすぐに立て、根の部分を土で軽く押さえ苗を安定させ、乾燥防止と通気性を良くする。植え付け後の水やりは不要。

植え溝



土寄せ



追肥・土寄せ・・・根付いてから溝に少量追肥し、少し土寄せし、以後2週間ごとに追肥と10cm程度の土寄せを行う。

土寄せの際、生長点には土をかぶせないように注意する。土をかぶせてしまうと、葉が伸びにくくなるため。

主な病害虫・・・べと病、黒斑病、サビ病、ウイルス病、アブラムシ、ネダニ、ハモグリバエなど

ポイント・・・肥料を充分施すこと。植え付け後、3～4回ぐらい追肥をすると同時に土寄せを行うこと。排水、通風をよくすること。

5 タマネギ

準備（土づくり）コマツナ・ハウレンソウに準ずる。

タネまき・・・タネまきは幅70cm・高さ10cmの畝に棒などで10cm間隔に深さ1cm程度の溝を付け、タネをすじまきにする。

タネが隠れる程度に土をかけ、たっぷり水をやる。

間引き・・・発芽したら間引きを行う。間引き後は肥料を株元に施し、軽く土寄せを

行う。

植え付け・・・植え付けは11月中旬頃。草丈が25cm位で根元の茎が7～8mmの良質な苗を選んで、畝の中央に深さ15cm程度のV字の溝を掘り、株間10cmの間隔で、苗を立てかけるように並べて植える。

土を根本に浅くかぶせ、クワ等で株元の土をしっかりと押さえつけて水をやる。

追肥・・・追肥は2月頃と3月頃に1回ずつ行い、株元に肥料を施し、土寄せをする。

収穫・・・収穫適期は、植え付けた翌年の5～6月頃で、全体の7～8割程度の株が倒伏した頃収穫し、収穫後は吊るして乾燥させる。

主な病虫害・・・春先から収穫期にかけて発生する。害虫に関しては神経質にならなくても良い。

ポイント・・・タネまきの時期を守る。早すぎると春にトウ立ちし、遅れると生育が悪い。

6 キャベツ【アブラナ科】

準備（土づくり）コマツナ・ホウレンソウに準ずる。

キャベツは連作障害が出やすいので、ダイコン・ハクサイといったアブラナ科の野菜を栽培した区画は避けて栽培する。

タネまき・・・キャベツは冷涼な気温を好み、春まきでは4月中旬頃、夏まきでは7月中旬頃にタネをまく。

畝幅70cmに6～7cm間隔ですじまきをし、軽く土をかけて、水を充分かける。

間引き・・・本葉2～3枚の頃と、4～5枚の頃に間引きを行い、株間が30～40cmになるようにする。

追肥・・・生育中2～3回追肥を施すと同時に、除草をかねて中耕、土寄せ作業を行う。

病虫害・・・害虫の被害が多い。対策は十分して早期発見で取り除く。

べと病、黒斑病、軟腐病、アオムシ、アブラムシ、コナガなど

ポイント・・・肥料切れしないようにすること。

7 ハクサイ

準 備（土づくり）コマツナ・ハウレンソウに準ずる。

タネまき・・・8月下旬頃，畝幅60cm，株間40～45cmに空き缶の底で浅くまき穴を作り，5～6粒のタネを円を描くようにまき，土を5mmほどかけ，水を充分かけてやる。

間引き・その他・・・育成中2～3回間引きを行い，1ヶ所1株とする。間引きした後除草をかねて中耕，土寄せ作業を行うと同時に追肥を施す。

主な病害虫

ウイルス病，べと病，軟腐病，シンクイムシ，アオムシ，ヨトウムシなど
ポイント・・・肥料が切れないよう充分追肥等を施すこと。

8 インゲン・エンドウ【マメ科】

準 備（土づくり）コマツナ・ハウレンソウに準ずる。

タネまき・・・畝幅70～90cm，株間20～30cmに2条まきで，まき溝にタネを1ヶ所3～4粒まき，1cmほど土をかけ，水を充分かける。

間引き・その他・・・本葉2～3枚の頃，1ヶ所に2株残し，残りは間引き，追肥，中耕及び土寄せなどをするほか，つる性のものは2mぐらいの竹やプラスチックの支柱を合掌式に立てる。

主な病害虫・・・ウイルス病，サビ病，炭疽病，アブラムシ，ハダニなど
ポイント・・・密植を避けること。

9 エダマメ【マメ科】

準 備（土づくり）コマツナ・ハウレンソウに準ずる。

タネまき・・・4月中旬～6月中旬頃，畝幅50～60cm，株間25～30cm，2条まきで，まき溝にタネを1ヶ所3粒まき，2cmほど土をかけ充分水をやる。鳥害を受けやすいので注意する。

間引き・その他・・・草丈10cmぐらいのときに間引き，1ヶ所に2株残す。草丈が30cm程度になったら，株のまわりに追肥を行うと同時に除草をかね耕，土寄せをする。

主な病害虫・・・ヒメコガネ，べと病，炭疽病，アカダニ，アブラムシなど

ポイント・・・良いタネを購入すること。チッソ肥料をやりすぎないこと。収穫

期（サヤがふくらんできた頃）を失しないこと。なお、マルチ等による栽培をすると生育が早まる。

10 ダイコン【アブラナ科】

準備（土づくり） コマツナ・ハウレンソウに準ずる。根が深く入るので深めに耕す。根菜類は、堆肥の固まりや石などで、根が二股になってしまう"又根"と言う現象が起こりやすいので、堆肥を早めに施し、土は深めに掘り起し、異物を取り除いて"ホクホクの軟らかな土"に仕上げる。

タネまき・・・春まきは4月中旬～下旬頃、夏まきは7月中旬～下旬頃、秋まきは9月中旬～下旬。畝幅50～60cm、株間25～30cmとする。直径5cmの空き缶を使い深さ1cm弱の穴をあけ、3～5粒まき、薄く土をかけて軽く押さえる。土が乾いたら水をかける。

間引き・・・本葉が2～3枚になったら、1穴2本に間引きする。本葉が5～6枚になったら1本に間引きする。

追肥・・・2回目の間引き後、畝の外側に1㎡当たり50gの肥料を施し、土寄せをする。

収穫・・・株の根元を持って、真っすぐに引き抜く。長く置くとスが入る。

11 カブ

準備（土づくり） コマツナ・ハウレンソウに準ずる。

タネまき・・・春まきは4～5月頃、秋まきは9月中旬～下旬頃。畝幅は70cmです。じまきにして、厚さ1cm程度の土をかけておく。

間引き・その他・・・本葉2～3枚の頃、1回目の間引きをし、本葉4～5枚の頃2回目の間引きを行い、株間10～15cmぐらいにする。間引きの際に除草をかねて中耕、土寄せ及び追肥を行う。

主な病虫害・・・べと病、黒班病、コナガ、アブラムシ、ヨトウムシなど

ポイント・・・肥料切れしないようにすること。土を乾燥させないように、乾いていたら水をまくこと。

12 サツマイモ

準備（土づくり）コマツナ・ホウレンソウに準ずる。

植え付け・・・5月中旬～下旬頃，曇りの日か雨が降る前日に畝幅約70cm，畝高20cmをつくり，本葉7～8枚つけた苗を約30cm間隔で深さ3～4cmに水平挿し，斜め挿し，又は舟底挿しに植え付ける。



ツル返し・・・葉が茂ってきたら，株元を傷めないように注意して，伸びたツルの葉を裏返すように動かす。そのままにしていると，伸びたツルから根が出てイモに養分がいかなくなる。

追肥・その他・・・サツマイモは追肥をほとんど必要としないが，生育が悪い場合には肥料などを施す。

収穫・・・10月下旬～11月上旬頃，イモを傷つけないようにさぐり掘りし，太ったイモから順次収穫する。

主な病害虫・・・一般に病虫害の被害が少ないので，特に薬剤散布の必要はない。

ポイント・・・節のしまったしっかりとした良い苗を選ぶこと。チッソ肥料を多くやりすぎないこと。除草を早めに行うこと。

13 ジャガイモ

準備（土づくり）コマツナ・ホウレンソウに準ずる。

植え付け・・・3月中旬頃，畝幅約60～70cm，深さ15cm，株間25cmに溝を掘り，元肥を施した土を薄くかけておく。種イモを2つ切りして，切り口をよく乾かし，切り口を下にして植え付ける。

芽かき・その他・・・植付け後，2～3週間で芽がでてくるが，10cm程度になったら勢いの良い芽を2～3本残して他の芽はかき取り，同時に除草をかねて中耕，化成肥料等の追肥を少し行い土寄せする。しっかり土寄せしないとイモに日があたり緑に変色してしまう。変色部には，ソラニンという有毒アルカロイドを含むので充分注意が必要。

主な病害虫・・・疫病，ウィルス病，アブラムシ，テントウムシダマシなど

収 穫・・・葉が黄色くなってきたら、試し掘りし、太っていたら掘り出す。
ポイント・・・種イモは、種イモ用として売られているものを使用する。種イモの切り口を十分に乾かして植え付けること。病虫害の防除を行うこと。

14 サトイモ【サトイモ科】

準 備（土づくり）コマツナ・ハウレンソウに準ずる。

植え付け・・・4月中旬頃、うね幅約90cm、株間30cm、深さ30cm程度の溝を掘り、元肥を施し、土を薄くかけておく。種イモの芽を上にして、深植えしないように植え付ける。

追肥・その他・・・生育中2～3回化成肥料等を株間に追肥し、除草をかねて中耕、土寄せの作業を行う。

病虫害・・・ほとんど発生しない。

ポイント・・・種イモは、大きくて頭に芽が一つ出ているものを選ぶこと。

15 ニンジン

準 備（土づくり）コマツナ・ハウレンソウに準ずる。根が深く入るので深めに耕す。堆肥の固まりや石などで、根が二股になってしまう"又根"という現象が起こる。ダイコンと同じで、堆肥を早めに施し、土は深めに掘り起し"ホクホクの軟らかな土"に仕上げる。

タネまき・・・ニンジンは、春まき（4月中旬頃）と夏まき（7月中旬頃）がある。堆肥・肥料を施してよく耕し、幅60cmの畝を作る。

タネまき前に水をやり、条間20～30cmの二条まきとし、覆土は薄くする。発芽までは土を乾燥させないように、発芽後は土の表面が乾いたら水をまくことが重要なポイント。

間引き・・・発芽後、本葉1枚で3cm、本葉2～3枚で5～6cm、本葉6～7枚で10～12cmの株間で間引きを行う。間引きは成長を促すうえでも、適切な時期を見計らって早めに行う。2回目の間引き以降、肥料を株元に追肥して軽く土寄せを行う。また、ニンジンは雑草が生えやすいので、こまめに除草をする。

収 穫・・・収穫時期は植え付けから約3ヵ月後。根の太さが4cm程度になったら収穫を始める。大根同様に株の根元を持って、真っすぐに引き抜く。

病虫害・・・ニンジンの栽培には、害虫、特にキアゲハの幼虫が付くことが多い。

キアゲハの幼虫対策には間引きの頃から注意して観察し、見つけ次第すぐ取り除く。

ポイント・・・発芽率が低いため、多目にタネをまくこと。土はかけすぎない。

芽が出るまでは土が乾燥しないよう水まきをする。除草は早めに行なうこと。

16 ナ ス

準 備（土づくり）コマツナ・ハウレンソウに準ずる。

植え付ける土は、有機質の肥料を多めに投入して、フカフカの土作りを心がけ作る。

畝立て・・・植え付け2～3週間前に、石灰を全面に散布して深めに耕す。

1週間前には深さ30cmの溝を掘り、堆肥・肥料・熔成リンを散布して、土を戻す。その後、幅60cm・高さ20cmの畝を作り、マルチをかける。

植え付け・・・植え付け時期は5月の連休頃に行い、株間は60cmを目安にとる。

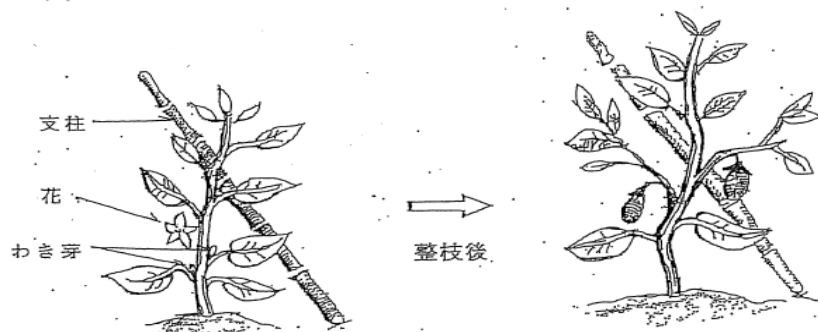
マルチに穴をあけて植え穴を掘り、たっぷり水を注ぐ。

苗は浅めに植え付け、根元を軽く押さえる。

苗のわきに長さ70cmの仮支柱を斜めに立てて、ひもで軽く結んで誘引する。

整 枝・・・一番花のすぐ下のわき芽を2つ残し、それより下のわき芽を摘んで整枝する。一般的に主枝と、その下の勢力の強い2本のわき芽を利用する“3本仕立て”にする。わき目が生長してきたら、交差するように本支柱を1本立てて、ひもで誘引する。

〔ナスの3本仕立て・整枝〕



追 肥・・・実がつき出したら、2週間に1度の割合で化成肥料を追肥する。マルチの裾をめくり、通路側にまいて軽く土寄せをする。2回目以降は“常に外側”へ追肥する。

ナスは花の形から株の生育状況が判断できる。雄しべよりも雌しべが長いと

問題はないが、雄しべの方が長い場合は“肥料や水分が少ない”ということを示している。

収 穫・・「初なり」一番果と二番果は、できるだけ早めに収穫する。三番果以降は長さ10～12 cmになったら収穫する。収穫の目安は6月中旬頃から。

更新剪定・・8月上旬頃に、秋ナス栽培に取りかかる。全体の1/2～2/3の枝を切り込み、根元から30 cm離れたところにスコップをさし、追肥する。枝を多めに切り込む事で、株全体がコンパクトになり、株の勢いも回復して、秋ナスを楽しむ事ができる。秋ナスは9月頃から収穫できる。

主な病害虫・・青枯れ病、ウイルス病、アブラムシ、うどん粉病、ハダニなど
ポイント・・茎が太く葉の大きい、がっちりした良い苗を選ぶこと。ハダニ、アブラムシなど病害虫防除を行うこと。肥料切れにならないよう2～3週間おきに追肥を施すこと。

17 トマト【ナス科】

準 備（土づくり） コマツナ・ホウレンソウに準ずる。

連作を嫌うのでナス科野菜を作った区画は避ける。苦土石灰を畑全体にまき、良く耕しておく。肥料をすきこんで、畝を作る。

畝立て・・畝幅70 cm・高さ10 cm程度とし、マルチを張る。

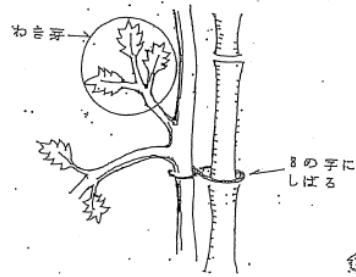
苗の選び方・・葉と葉の間が詰まり、鉛筆ぐらいの茎の太さで、ポットの底からたくさんの根が出ている苗、一段目の花の咲き始めた苗が適期の苗。

植え付け・・マルチに十文字の切れ目をいれ、株間を45～50cmにして1条植えにする。切れ目に苗のポットより大きめの植え穴を掘り、根鉢を崩さずに植え、軽く押さえる。ポット上部とマルチが平になるようにする。花房は、1段目と同じ方向に付くので、通路側に花房を向けるように植える。

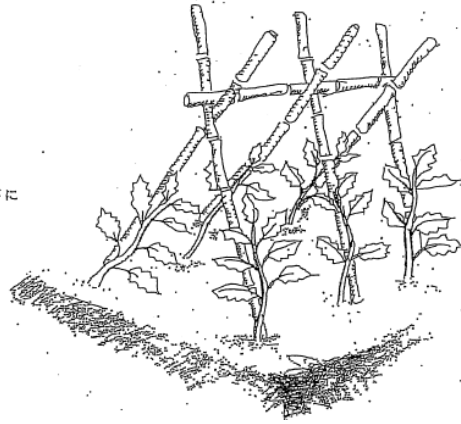
支柱立て・・210cmの支柱を用意して、花房の反対側に30cm程度土に差し込む。すじかいを入れて支柱を固定し、支柱と花房の下を八の字に結び留める。

芽かき・・育ってくると葉の付け根からわき芽が伸びてくるので、早めに摘み取り主枝を伸ばす。

〔わき芽つみ〕



〔合掌式支柱立て〕



追 肥・・・一番初めの実がピンポン球くらいになったら追肥をする。以後20日おきに肥料を少量まく。

摘 芯・・・主枝が支柱の先端に近づき最上段の花が咲いたら、その上の葉2枚を残し、先を摘み取る。

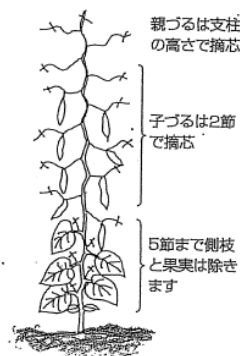
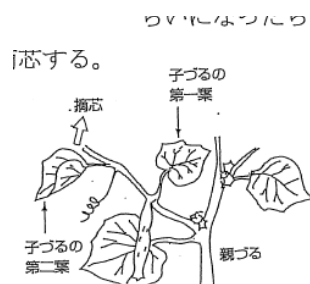
ポイント・・・苗が風で倒れないように支柱を合掌式にたて、ひもでやや緩くして縛っておく。わき芽摘みを必ず行うこと。

18 キュウリ

準 備 (土づくり) コマツナ・ハウレンソウに準ずる。

植え付け・・・連作を嫌うのでナス科野菜を作った区画は避ける。5月上旬に畝幅90cmにマルチを張り、株間は60cmを程度に十文字の切れ目を入れ、苗のポットより大きめの植え穴を掘り、たっぷり水を注ぐ。根鉢を崩さないように浅めに植え付ける。仮支柱を斜めに立てて、ひもで軽く結んで誘引する。

整枝・摘芯・・・下から5葉目までのわき芽は全部摘み取る。親づるが伸びるに従い、先端が垂れ下がるので、30cmごとに合掌式に立てた支柱に誘引する。草丈の高さが2mぐらいになったら先端を摘芯する。



収 穫・・・ナスに準ずる。大きくなりすぎない内に採る。

主な病害虫・・・べと病，炭疽病，うどん粉病，アブラムシ，ウリバエなど

ポイント・・・節が詰まって茎が太くがっちりした，本葉が4枚程度の大きさの苗を選ぶこと。元肥を充分施し，土が乾燥しないよう水をまき，病害虫の防除は早めに行う。

19 カリフラワー

準 備（土づくり）コマツナ・ハウレンソウに準ずる。

タネまき・その他・・・7月中旬頃に，畝幅を60cmとり，15cm間隔ですじまきをし，軽く土をかけておき，水を充分かける。

間引き・・・本葉2～3枚の頃と，6～7枚の頃間引きを行い，株間が30～40cmになるようにする。

追肥・その他・・・生育中，2～3回追肥を施すと同時に，除草をかねて中耕，土寄せを行う。

主な病害虫・・・べと病，黒草病，ヨトウムシ，アブラムシ，アオムシなど

ポイント・・・花蕾が直径7～8cmに肥大した頃，外葉をまとめ，テープで束ね，直射日光が当たらないようにする。収穫の適期を逃がさない。

20 ピーマン・シシトウ

準 備（土づくり）コマツナ・ハウレンソウに準ずる。

植え付け・3本仕立て・・・ナスに準ずる。連作を嫌うのでナス科作物を作った区画は避ける。

追肥・その他・・・ナスに準ずる。

主な病害虫・・・比較的少ない。

ポイント・・・ナスに準ずる。

21 オクラ

準 備（土づくり）コマツナ・ハウレンソウに準ずる。

タネまき・・・5月中旬頃，畝幅を60cmとり，株間15cmになるように点まきする。

タネは2～3日水に浸して発芽させ，1ヶ所に2～3粒ずつまく。

追肥・その他・・花が咲く前に1～2回肥料などの追肥を施し，除草をかねて中耕，土寄せを行う。風で苗が倒れないよう支柱を立てておく。密植すると背が高くならず、実がやわらかい。花がついたらその節より下の葉を取る。開花からサヤがつくまで早いので注意する。

主な病害虫・・ワタノメイガ，オオタバコガなど。

ポイント・・収穫が始まったら株間に追肥する。ハサミで切り取って収穫する。

22 トウモロコシ

準 備（土づくり）コマツナ・ハウレンソウに準ずる。

タネまき・・4月中旬～5月中旬頃，畝幅を60cmとり，株間40cmで3～4cmの深さに穴を掘り，1ヶ所2～3粒ずつタネをまき，土を3～4cmかける。

間引き・その他・・草丈が15cm位に成長したら間引き，1本立てとする。生育中2～3回ほど肥料などを追肥してやり，除草をかねて中耕，土寄せを行う。

主な病害虫・・あまり発生しない。アブラムシ・アワノメイガ

ポイント・・元肥を充分施すこと。まいたタネを鳥に取られないように，不織布でベタがけ栽培をする。受粉しやすいようにする。

登 録 番 号
(刊行物番号)

2 0 2 3 - 1 6 7

市民農園＝利用の手引き＝

令和 6 年 3 月 発行

発 行 調布市生活文化スポーツ部農政課

郵便番号 1 8 2 - 8 5 1 1 調布市小島町 2 - 3 5 - 1

電話番号 0 4 2 - 4 8 1 - 7 1 8 2 (直通)

F A X 0 4 2 - 4 8 1 - 7 3 9 1 (農政課)

印 刷 庁内印刷

本書は、古紙配合の再生紙を使用しています。