

オクラの作り方

特徴



ハイビスカスの仲間で、黄色い大きな花が咲き、その後につく若さを食べます。さやの内部のぬめりに胃壁を守りタンパク質の消化吸収を助けるムチンと、コレステロール値を下げる食物繊維ペクチンが含まれることから、健康食品として注目されています。



オクラの花

栽培のポイント

- 暖かくなってからタネをまく
- タネは一晩水につけてからまく
- 根が直根なので肥沃地を選ぶ

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
タネまき・収穫				タネまき		収穫						
作業				土作り	植えつけ		下葉とり					
施肥				元肥		追肥						

栽培 オクラ

方法

寒さに弱く、地温が20度以下では発芽しません。暖かくなって気温が安定するまで、ポリポットで育てます。タネはかたいので、一晩水につけて発芽しやすくしておきます。

タネまき

遅霜の心配がなくなるゴールデンウィークの頃、じかまきか3号ポットに2～3粒まきます。ポットごとビニールでおおって、日当たりのよい場所におきます。発芽後もビニールトンネルなど暖かい場所で、本葉2～3枚まで育てます。



3号ポットに2～3粒まき、ビニールをかぶせて暖かい場所に置く。発芽後も暖かい場所に。

植えつけの準備

土質はあまり選びませんが、長く収穫が続くので元肥は多くします。堆肥や腐葉土を一株あたり1~2kg施し、よく耕しておきます。その後2週間程度をめにポリマルチで地温を上げておくのがよいでしょう。

植えつけ

1週間後、本葉2~3枚になったら50cm間隔でポット苗を植えつけます。間引きはしません。

追肥

生育期間が長く、次々に開花して結実し、草丈も大きくなっていきます。肥料切れにならないよう、開花が始まるのを目安に月2回、収穫が終わるまで化成肥料を1㎡あたり1握り施します。

収穫

タネまきから2カ月、6月下旬頃からアオイに似た淡黄色の花が咲き始めます。花は早朝に咲いて夕方にはしぼみ、3~4日もすると4cmほどのさやができています。これを朝のうちに摘みとり収穫します。収穫が遅れるとかたくなってしまいうので、気をつけます。

ここまで間引かずに育てていますが、最初の収穫をしたら、1カ所に元気のよい1~2株を残して他を切りとります。また、さやより下に出ている葉も、かきとっておきます。



1週間後、本葉2~3枚のころ50cm間隔で植える。ポリマルチをしない場合は敷きわらを。



花が咲き始める頃から収穫を終えるまで、畝肩に化成肥料を施し、軽く中耕、土寄せをする。



実とよく似ているが、これはつぼみ。夏、気がつくと節につぼみができ、ぐんぐん大きくなる。



花は早朝に咲き、午後にはしぼみ始める。夕方にはすでに、小さなオクラができています。

こんなときは？

畑に植えたら下葉が落ちてしまった

→低温を避け適期栽培を

オクラはアフリカの原産で、高温好みの性質がありますので、十分暖かくなってから植えないと失敗してしまい、霜にあうと枯死してしまいます。しかし、あまり遅くまくと盛夏に入るまでに一人前になりにくく、花つきも少なくなり、収穫できる期間が短く、十分な成績が上がりません。遅まきで高温乾燥期に入ると、根にネマトーダが寄生し、コブがたくさんついて、いっこうに伸びてこないことがあります。適期栽培、適温管理が大変重要なわけです。

果実にイボ状の突起ができたが、原因は？食べても大丈夫？

→肥料不足が原因だが、食べても差し支えない

光線不足や低温がおもな原因で、オクラの果実にゴマ粒から米粒大の小さな突起物が生じることがあります。これは肥料不足(特にチッ素)や土壌の過湿によっても発生します。植物の生理障害の一種ですから、人間が食べてもいっこうに差し支えありません。この症状が出始めたら、追肥をして株のまわりの土を、根を切らない範囲で軽く中耕し、根に酸素を供給してやりま。株間が狭く葉が重なり合って日当たりが悪くなっているようなら、果実の下1枚を残して、その下のほうの葉は取り除いてしまいましょう。

病害虫

アブラムシがつく程度です。見つけ次第とり除きます。

禁複製



アプリ限定クーポンでお得にお買物!!

アヤハディオアプリ 会員募集中!



アヤカ
ポイントも
貯まる!



アプリ
ダウンロードは
こちら▶▶



Download on the
App Store



ANDROID APP ON
Google play

