

## ピーマン(ナス科)



ピーマンはたくさん実をつけてくれる、育てやすい夏野菜よ。  
たっぷり水を必要とするので、乾燥しすぎないように気をつけましょう。  
収穫を待って、栄養や甘味がたっぷりの真っ赤な実も食べてみましょう。



### ▼栽培手順



1 プランターに元肥と土を入れて、植えつけの準備をします。



2 苗ポットと同じ大きさの穴をあけておきます。

3 ポットからやさしく苗を取り出します。

4 穴に苗を入れ、まわりの土をかけて、軽く押さえます。  
たっぷり水をやります。



5 朝と夕方に水やりをして育てます。  
乾燥して、苗がしんなりするようなら、土の温度が上がるのを防ぐために「わら」をしいたり、水差しをつけて乾燥を防ぎましょう。



6 苗の背が伸びてきたら、支柱を立てて支えます。  
茎ひもやビニールタイを回し、大きな輪を作るように両端をクロスさせて 8 の字になるように支柱に結びつけます。  
※だんだん茎は太くなるので、余裕をもって大きな輪を作りましょう。





7

2週間～1カ月くらいすると苗が育ってきて、1番最初のつぼみがつきます。



8

白いかわいい花が咲きました。



9

花が咲いた場所から下に出ている葉のもとに、わき芽が出てきます。わき芽を持って、茎についたところから折って取るか、はさみで切ります。花の下のわき芽は全部取ります。  
※わき芽を全部取るのは、葉が多すぎると栄養が葉に行き、実が小さくなるためです。



10

液肥なら、水で薄めて、1週間に1回水やりの代わりに与えます。固形の肥料は1カ月に1、2回程度ばらまき、上の土を軽く混ぜます。



11

花が落ち、実になる部分が少しずつふくらってきます。



12

実の大きさが 5cm くらいになったら収穫できます。  
実を持って、つけ根をはさみで切り取りましょう。



13

収穫せずにそのまま実を置いておくと、太陽にあたる場所から赤黒くなってきます。  
さらに置いておくと、全体がきれいな赤色に変わります。  
赤く熟したピーマンは、食べたときの栄養も増え、甘くなります。



14

緑の実が赤くなるまでには、2～3 週間かかります。  
その間、栄養を必要とするので、その後の実のつき方が減ったり、大きな実にならないことがあります。



15

たくさんの方がつくと、小さくて多くの実を収穫できます。  
大きな実にしたいときは、わき芽を取って花の数を減らし、少ない実にたくさんの栄養が行くように育てます。