

## オクラ(アオイ科)



オクラは虫もつきにくくて、育てやすい野菜ね。だけど、気温が低いと元気がなくなって枯れることもあるから、夏の盛りに育てるといいわ。大きくてきれいな花が咲いて、実のつき方もおもしろいので、ぜひチャレンジしてみてね。栄養もいっぱいよ。



### ▼栽培手順



1

種からでもよく育ちます。鉢に1本だけ育てるときは直接まき、プランターならポットで苗を育てて植え替えてもいいでしょう。



2

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。



3

苗ポットと同じ大きさの穴をあけておきます。

4

ポットからやさしく苗を取り出します。

5

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。



6

朝と夕方に水やりをして育てます。どんどん成長して、大きな葉が出てきます。





7

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

2、3 日で大きな花が咲きます。  
他にもたくさんつぼみがついできます。  
花が咲きはじめたら、肥料をやります。  
液肥なら、水で薄めて、1 週間おきに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。  
※野菜で一番きれいといわれるオクラの花。



9

花は 1 日でしぼみ、落ちてしまいます。  
ですが、花の下に小さな実ができています。



10

小さな実が、少しずつ長くのびてきます。  
6~7cm の長さになったら収穫です。  
※塩のような粒はオクラか出すぶんびつ物です。  
心配いりません。





11 実の根元をはさみで切り取ります。



実にイボのようなものがついたり、曲がった実が多くなるのは、肥料のやりすぎです。



12 収穫したら、それより下の葉を取っていきます。  
葉に行く栄養を実に与えるためです。  
くきを持って、下に折るときれいに取れます。  
下の葉がなくなっていくので、上が重くなり、ちょっとした風で倒れやすくなります。  
オクラは支柱をして支え、プランターもおれないようにするといいでしょう。



13 株が弱ってくると、葉の裏に虫がつきやすいです。  
たくさん収穫した株や、涼しくなってきた時期には、こまめにめくってチェックします。



14

オクラの実を収穫せずにおいておき、水やりをやめます。  
かれてから実を割ると種ができています。  
紙につつんで日の当たらない涼しい場所で、来年まで保管しましょう。

