



家庭菜園の プランニング連作回避と スペースの有効活用

表 連作障害の出やすい野菜、出にくい野菜

連作障害の出やすい野菜	スイカ、キュウリ、メロン、トマト、ナス、ピーマン、エンドウ、ソラマメ、エダマメ、サトイモなど
連作障害の出にくい野菜	サツマイモ、カボチャ、タマネギ、小松菜など

図 作付けプラン例(4m×5mの20平方mの場合)

春～夏		秋～冬	
A ナス科	B ウリ科	A 小型葉物類	B セリ科
D マメ科・ スイートコーン	C イモ類・ ヒガンバナ科	D アブラナ科	C イモ類・ ヒガンバナ科
前年にナス科でマメ科・スイートコーンを育てることで、連作障害を回避する。	前年に小型葉物類を育てる場所でアブラナ科を育てることで連作障害を回避する。	A アブラナ科	B 小型葉物類
		D イモ類・ ヒガンバナ科	C セリ科
		A イモ類・ ヒガンバナ科	B アブラナ科
		D セリ科	C 小型葉物類
A ウリ科	B ナス科	A セリ科	B イモ類・ ヒガンバナ科
D マメ科・ スイートコーン	C イモ類・ ヒガンバナ科	D アブラナ科	C ナス科
A イモ類・ ヒガンバナ科	B マメ科・ スイートコーン	A ナス科	B ウリ科
D ウリ科	C ナス科	D セリ科	C アブラナ科

ナス科…トマト、ナス、ピーマンなど
ウリ科…キュウリ、カボチャなど
ヒガンバナ科…ネギ、タマネギなど
マメ科…エダマメ、インゲンマメなど

セリ科…ニンジンなど
アブラナ科…キャベツ、ハクサイ、ダイコンなど
イモ類…サツマイモ、ジャガイモ、サトイモなど
小型葉物類…ホウレンソウ、小松菜など

日本では、四季それぞれで気温や日長、雨量などにはっきりした特徴があります。そのため野菜の種類に適した栽培時期を選び、季節の変化に対応した栽培管理をしなければいけません。

狭い畠で多種類の野菜を作るには、菜園利用のプランが必要です。季節に応じた種類・品種を選び、菜園の利用ローテーションを考えましょう。

野菜の選び方 野菜の生育特徴から見ると、共通した栽培管理の方法があります。前年にナス科でマメ科・スイートコーンを育てることで、連作障害を回避する。前年に小型葉物類を育てる場所でアブラナ科を育てることで連作障害を回避する。

連作と輪作 同じ畠に同じ野菜を連續して作ることを「連作」といいます。連作すると生長に障害が出る野菜があります。エンドウは一度作ると、4、5年は作れません。ナス、トマト、ソラマメ、サトイモなどは3、4年、レタス、ハク

日本では、四季それぞれで気温や日長、雨量などにはっきりした特徴があります。そのため野菜の種類に適した栽培時期を選び、季節の変化に対応した栽培管理をしなければいけません。

畠の大きさによって野菜の選び方は異なります。パセリやミニバ、バジルなどのハーブ類は料理の付け合わせに少しあが広いほど栽培管理に手間がかかり、特に夏場の灌水や炎天下の草取りは、体の負担となることもあります。

以上を作ることができます。スペースが広いほど栽培管理に手間がかかり、煙が100平方mあると年間30品目以上を作ることができます。スペースが広いほど栽培管理に手間がかかり、特に夏場の灌水や炎天下の草取りは、体の負担となることもあります。

同士で肥料や病害虫が共通することが多いので、作付けプランを立てるのに役立ちます。野菜の種類と品種を選ぶポイントは、①利用・調理に適しているか②その土地の気候や栽培時期が合っているか③病気や害虫に強く作りやすいかなどをおらかじめ調べておきましょう。

野菜の類縁関係を知ると、同じ仲間の野菜は似た性質を持っているため、病害虫と肥料の吸収が共通しています。そのため、連作すると土に生息する病害虫が増えたり、微量でも必要な肥料成分が不足して野菜の生長を妨げることができます。このような連作障害を防ぎ、地力が衰えないようにするために性質の異なる野菜を計画的に順次、作付けする「輪作」をします。

作付けプラン 例えば、4m×5mの20平方mの畠の場合は、家庭での消費量が多いダイコン、キャベツ、ジャガイモ、ネギなどを中心に4ブロック以上に分けて作付けプランを立てると良いでしょう(図)。作付けプランは次の手順で作りましょう。

- ①菜園を均等に4ブロックに分ける。
- ②作りたい野菜を「ナス科」「ウリ科」「セリ科…ニンジンなど」「アブラナ科…キャベツ、ハクサイ、ダイコンなど」「イモ類…サツマイモ、ジャガイモ、サトイモなど」「小型葉物類…ホウレンソウ、小松菜など」

③1年ごとにブロックのローテーションを行う。このようなローテーションを行うことで、ナス科やエンドウなどの連作障害をおおむね避けることができます。

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

令和8年産 「水稻栽培の手引き」と 「生産資材注文書」の配布について

「水稻栽培の手引き」や「生産資材注文書」については、以前より各農業組合長様を通じての配布や、職員による配布を行っておりました。

令和8年産より「水稻栽培の手引き」と「生産資材注文書」につきましては、JAの出荷契約や購買利用等を考慮し、担当職員によるDM配布をさせて頂きます。恐れ入りますが、お手元に届いていない方、ご利用の方につきましては、支店窓口にも置いておりますので、ご利用下さい。

なお、「水稻技術指針」につきましては、JAのホームページでもご覧いただけます。

