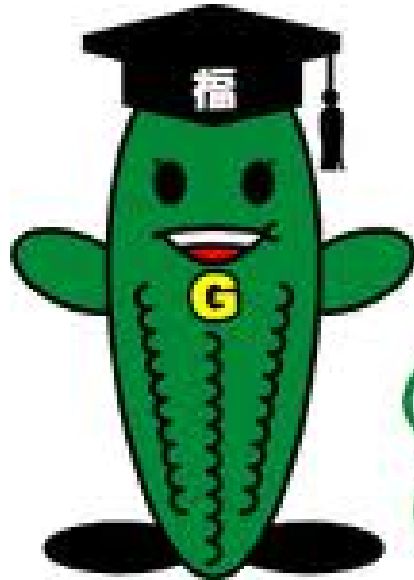


ゴーヤー(にがうり)をつくろう！！



ゴーヤー先生®



しっかり勉強してね！

ゴーヤーってどんな野菜？

(ゴーヤー → にかうり)

漢字



うり科の植物(しょくぶつ)で、ほんとうの名前(なまえ)は「つるれいし」といいます。
沖縄(おきなわ)でよばれる「ゴーヤー」が全国的(ぜんこくてき)に知られるようになりました。
もともとは、“東インド”から“東南(とうなん)アジア”にかけての“熱帯(ねったい)アジア”で作られていて“中国(ちゅうごく)”から“沖縄(おきなわ)”に伝わったと考えられています。



花



栽培の様子
(さいばいのようす)



収穫時期
(しゅうかくじき)
のゴーヤー



熟(じゆく)すと黄色くなり
種(たね)がはじける



ゴーヤーの
種類(しゅるい)を見てみよう



栽培



“東南アジア”の国々



漢字で書くとこんな字



ツルレイシ

蔓 荔 枝

ニガウリ

苦 瓜

※ 中国語読み； クウグア



ゴーヤー(にがうり)を作ろう

さいばいの流れ

畑(はたけ)の準備(じゅんび)

- ・土作り
何が必要(ひつよう)かな?
- ・畝(うね)? つくり
- ・マルチ? をしく

苗(なえ)を植(う)える

支柱(しちゅう)を立てる

追肥(ついひ)をする

こい緑色のときに収穫(しゅうかく)する

“土作り”には
何が必要(ひつよう)?



“畝(うね)”って何?



“マルチ”って何?

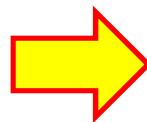


わかったかな?



ゴーヤー(にがうり)を作ろう！！
さいばいの途中(とちゅう)を見てみよう①

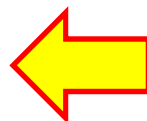
トラクタなどで畑(はたけ)をほりおこします。



ほりおこしが終わりました。



石灰(せっかい)や肥料(ひりょう)を畑にまいてまぜあわせます。



ゴーヤー(にがうり)を作ろう！！
さいばいの途中(とちゅう)を見てみよう②

畑の準備(じゅんぴ)が出来ました。



畝(うね)を立て マルチをかけます。



種(たね)はどうやってまくの？



種(たね)を準備(じゅんぴ)します。



ゴーヤー(にがうり)を作ろう！！
さいばいの途中(とちゅう)を見てみよう③

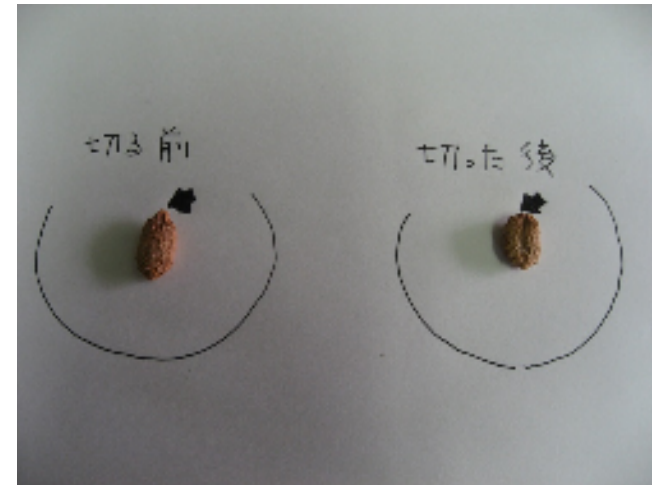
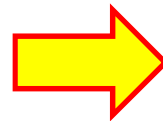
拡大



ゴーヤーの種(たね)です。



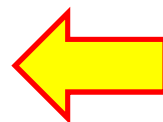
種(たね)が水をすいやすいように切ります。



種(たね)が水を吸(す)い色が変わりました。



種(たね)を水にひたします。



ゴーヤー(にがうり)を作ろう！！

さいばいの途中(とちゅう)を見てみよう④

“培養土(ばいようど)”をポットに入れます。



水にひたした種(たね)をおきます。



土がかわかないようカバーをします。

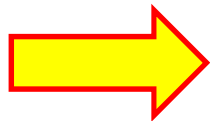


種(たね)を土の中にくめて水をかけます。



ゴーヤー(にがうり)を作ろう！！
さいばいの途中(とちゅう)を見てみよう⑤

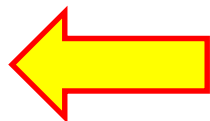
“芽(め)”が出てきました。



“葉(は)”が出てきました。



畑(はたけ)に定植(ていしょく)します。



大きくなりました。



ゴーヤー(にがうり)を作ろう！！
さいばいの途中(とちゅう)を見てみよう⑥

支柱(しちゅう)をたてます。



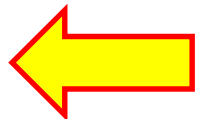
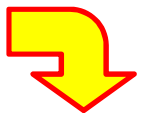
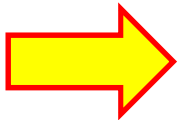
枝(えだ)分かれしてさらに大きくなります。



花



花がさきはじめました。



ゴーヤー(にがうり)を作ろう！！
さいばいの途中(とちゅう)を見てみよう⑦

雌花(めばな)には小さな実がついています。



たくさんの実ができます。



花がかれ実が大きくなってきます。

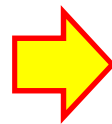


さらに大きくなってきます。

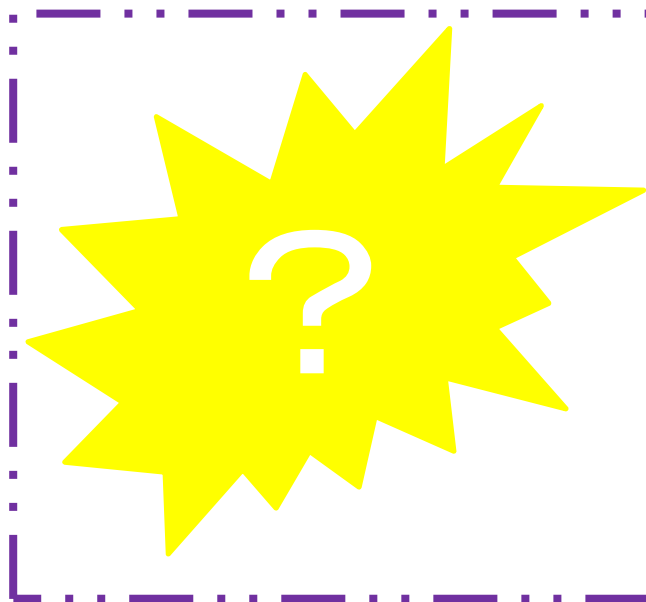


ゴーヤー(にがうり)を作ろう！！
さいばいの途中(とちゅう)を見てみよう⑧

食べ頃(ころ)です。収穫(しゅうかく)
しましょう。



熟(じゅく)すと どうなるでしょう？



ゴーヤー(にがうり)をたべよう！！

どんな食べ方があるか考(かんが)えてみよう？



ゴーヤー(にがうり)をつくらう！！

おわり

“畝(うね)”って何？

○畑(はたけ)の土を細長(ほそなが)く盛り上げた栽培床(さいばいどこ)のことを「畝(うね)」とよび、畝(うね)をつくることを「畝立(うねた)て」といいます。水はけをよくし、また栽培場所(さいばいばしょ)と通路(つうろ)の区別(くべつ)をすることで、野菜(やさい)の生育管理(せいいくかんり)がしやすくなります。

○畝(うね)をつくる前には、次のことを決めておきましょう。

①畝(うね)の向き

畝(うね)の向きは、平地(へいち)では東西(とうざい)へと横(よこ)に細長(ほそなが)くつくるのが一般的(いっぱんてき)です。

②畝(うね)の高さ

高さが5~10cmだと「平畝」(ひらうね)とよぶ→落花生(らっかせい)で使います。

水はけのよい畑(はたけ)向き

高さが20~30cmだと「高畝」(たかうね)とよぶ→ゴーヤーで使います。

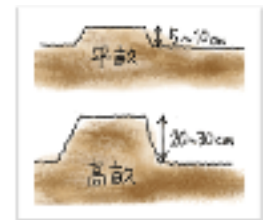
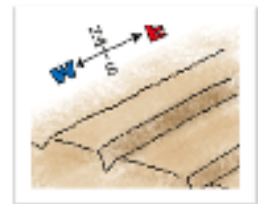
水はけのわるい畑(はたけ)向き

③畝(うね)の幅(はば)

・1列(いちれつ)で野菜(やさい)を育てる場合と2列(にれつ)で野菜を育てる場合(ばあい)とで考(かんが)えます。

・育てる野菜(やさい)によって、必要(ひつよう)な畝幅(うねはば)が違(ちが)う。

・畝(うね)の間(あいだ)の通路(つうろ)には、20~30cmの幅(はば)をとっておきます。



“畝(うね)”の種類(しゅるい)

ヤーコンの畝



ジャガイモの畝



落花生の畝



ゴーヤーの畝



“マルチ”って何？

うすいポリエチレンフィルムを地表面（ちひょうめん）に密着（みっちゃく）させて畝（うね）に敷（し）きつめることを「マルチング」といいます。

“マルチング”の効果（こうか）

- (1) 土の温度（おんど）を高めめます。
- (2) 土の乾燥（かんそう）を防（ふせ）ぎます。
- (3) 土が固（かた）くなるのを防（ふせ）ぎます。
- (4) 肥料（ひりょう）が、流れ出るのを防（ふせ）ぎます。
- (5) 雨がふった時に、葉の裏（うら）に土がつくと病気（びょうき）にかかりやすくなるので、それを防（ふせ）ぎます。
- (6) 光 {白、銀色（ぎんいろ）マルチ} が反射（はんしゃ）して害虫（がいちゅう）が寄りつかないようにします。
- (7) 雑草（ざっそう）が出るのを、防（ふせ）ぎます。

など、色々（いろいろ）な効果（こうか）があるので、たくさんの種類（しゅるい）の野菜（やさい）に使われるようになりました。

“マルチの使い方”

マルチは土の乾燥(かんそう)や雑草(ざっそう)がはえるのをふせぐ効果(こうか)があります

落花生



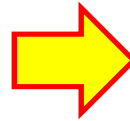
ゴーヤー



サツマイモ



“ゴーヤー”の熟(じゆく)した 状態(じょうたい)



熟(じゆく)して甘(あま)いのは種(たね)の周(まわり)の真っ赤(まっか)な部分(ぶぶん)です。(食べられるよ!!!)このような状態(じょうたい)のゴーヤは緑(みどり)の部分(ぶぶん)は黄色くなり、やわらかく半分(はんぶん)崩(くずれ)れかかったようになります。果肉(かにく)も苦味(にがみ)がうすくなり、少し甘味(あまみ)が感じられるようになります。

“ゴーヤー”の種類(しゅるい)①



あばしゴーヤー
沖縄地方(おきなわ)でよく見かける太くてずんぐりしたゴーヤー。長さ20cm~30cm 太さ7cm~15cm



ウッチャボルダエ
鑑賞(かんしょう)用や垣根(かきね)用。食用(しょくよう)には向いていないゴーヤー。長さ3cm~5cm 太さ2cm~3cm



オーストラリアのゴーヤー
イボが丸くつるっとしているゴーヤー。食べられるかはわからない。



タイゴーヤー
タイ産のゴーヤー。イボがなくつるっとしている。苦(にが)みが少なくサラダ向き。

“ゴーヤー”の種類(しゅるい)②



ベトナムゴーヤー
ベトナム産のゴーヤー。色白(いろじろ)でイボが大きとがっているのが特徴(とくちょう)。味(あじ)は不明(ふめい)。



群星(ぐんせい)
栽培農家(さいばいのうか)向け。沖縄(おきなわ)の八百屋(やおや)さんでよく見かける。長さ20cm~30cm 太さ7cm~15cm



汐風(しおかぜ)
栽培農家(さいばいのうか)向け。冬期(とうき)にハウスで栽培(さいばい)できるように改良(かいりょう)された。長さ20cm~30cm 太さ7cm~10cm



純白苦瓜(じゅんぱくにがうり)
白れいしとにていますが、ほんとうに真っ白(まっしろ)です。早めに収穫(しゅうかく)すると相当苦(そうとうにが)いです。

“ゴーヤー”の種類(しゅるい)③



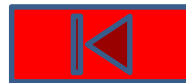
太れいし

うす緑色(みどりいろ)～白に近(ちか)い緑色(みどりいろ)のゴーヤーです。長さ8cm～10cm 太さ5cm～6cm



長れいし

キュウリのように細長(ほそなが)いゴーヤー。長さ20cm～80cm 太さ4cm～6cm



白れいし

白いゴーヤーです。イボは丸(まる)みをおびてきよくたんなトゲは無(な)い。長さ10cm～20cm 太さ5cm～7cm



白長れいし

今(いま)は売(う)られていない「幻(まぼろし)のゴーヤー」。苦(にが)みが少(すく)なくたべやすい。長さ20cm～30cm

“ゴーヤー”食べ方 {他(ほか)にもあるよ}

代表的(だいひょうてき)な料理
(りょうり)“ゴーヤーチャンプル”



サラダ



天ぷら



みそしる



“土作り”に必要なもの①

植物（しょくぶつ）をそだてるためには。三大栄養素（さんだいえいようそ）が必要（ひつよう）です。



三大栄養素（さんだいえいようそ）とは
チッソ {N} ・リン酸(さん) {P} ・カリウム {K} です。

そのほかには、ミネラルとよばれるビタミン、鉄分（てつぶん）、カルシウムなどが必要（ひつよう）です。これらのバランスがくずれると葉が黄色（きいろ）くなったり、葉が枯（か）れたりします。そうなるとう病気（びょうき）や虫に食べられたりします。植物（しょくぶつ）が持っている病気（びょうき）をなおす力を超（こ）えてしまい枯（か）れてしまいます。
肥料（ひりょう）は少なすぎず、多すぎず使（つか）いましょう。

①チッソ {N}

チッソは葉を育（そだ）てるのに必要（ひつよう）な栄養素（えいようそ）です。油粕（あぶらかす）に多く含（ふく）まれています。



“土作り”に必要なもの②

②リン酸(さん){P}

リン酸(さん)は、花を咲(さ)かせるための栄養素(えいようそ)です。

農業(のうぎょう)では、実(み)ができる野菜(やさい)や果物(くだもの)を栽培(さいばい)するとき(とき)に元肥(もとごえ)として使(つか)います。

リン酸(さん)が少(すく)ない家(いえ)の庭(にわ)で、花(はな)を栽培(さいばい)しても花(はな)がきれいに咲(さ)きません。牛(うし)ふんや鶏(けい)ふんに多(おほ)くふくまれています。



③カリウム{K}

カリウムは、根(ね)を丈夫(じょうぶ)にするために必要(ひつよう)な栄養素(えいようそ)です。挿(さ)し木(き)や挿(さ)し芽(め)で、植物(しょくぶつ)を増(ふや)す場合(ばあい)には、特(とく)に必要(ひつよう)です。

ダイコンやゴボウなどの根野菜(ねやさい)には、かかせない栄養素(えいようそ)です。

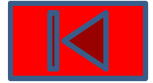
その他(ほか)の栄養素(えいようそ)

①ミネラル

土(つち)や水(みづ)、空気(くうき)のなか(なか)あり、自然(しぜん)に植物(しょくぶつ)に吸収(きゅうしゅう)されます。しかし、空気(くうき)や水(みづ)が汚(よご)れてくると、植物(しょくぶつ)に悪(わる)い影響(えいきょう)あたえてしまいます。



“土作り”に必要なもの③



その他（ほか）栄養素（えいようそ）

②カルシウム

野菜（やさい）が育（そだ）ちやすい土にします。

肥料（ひりょう）をよくとれるように、根をじょうぶにします。キャベツ、ホウレンソウ、セロリなどを育（そだ）てるには、必要（ひつよう）です。石灰（せっかい）に含（ふく）まれています。

③酸化（さんか）マグネシウム {苦土（くど）ともいいます}
葉緑素（ようりょくそ）を作り、不足（ふそく）すると
葉が黄色くなります。



■ 今回（こんかい）使う肥料（ひりょう）

○石灰（せっかい）

土により過リン酸石灰（かりんさんせっかい）・苦土石灰（くどせっかい）・その他（ほか）を選択（せんたく）

○馬糞堆肥（ばふんたいひ）

土に合（あ）わせ牛糞（ぎゅうふん）・鶏糞（けいふん）
・馬糞（ばふん）・その他（ほか）を選択（せんたく）

○化学肥料（かがくひりょう）

土によりチッソ・リン酸（さん）・カリウムの配合（はいごう）
を選択（せんたく）



切った時の写真(しゃしん)

