

# ゴーヤで作ろう！緑のカーテン



ここでは、「緑のカーテン」の作り方を紹介するよ。  
今回は、害虫にも強く、育てやすい「ゴーヤ」で作ってみよう。

## 必要な材料

<p><b>ゴーヤの苗(種からも可)</b></p> <p>初めての方は、苗からスタートするのがお勧めです。種や苗は、ホームセンターなどで手に入ります。</p>	<p><b>土</b></p>	<p><b>肥料</b></p>
<p><b>プランター</b></p>	<p><b>鉢底石</b></p> <p>赤玉土やパーライト・粒の大きい砂利など</p>	<p><b>ツルをはわせるネット類</b></p> <p>ホームセンターなどで、緑のカーテン用のネットとして、市販されているものもあります。</p>

ツルレイシとも呼ばれるゴーヤは、沖縄や九州南部、群馬県などで栽培されています。害虫にも強く、比較的育てやすいといわれ、特にニガウリは蒸散が活発なので、緑のカーテンの涼しさをより味わえるでしょう。独特の苦味があるのが特徴で、ビタミンCもたっぷり！  
**涼しさと美味しさの両方が楽しめます。**

## ゴーヤの育て方

4月

### 土を作ろう

培養土：たい肥=7：3の割合で混ぜた土を作る。  
プランターの底に鉢底石をうすく引いて、土を入れる。

一ヶ月位前から土と肥料を混ぜて熟成させておくとうれいになるよ。



5月

### 苗を植えよう

苗の入ってるポットより少し大きめに穴をあける。  
苗を入れて、土をかけ、軽く抑える。  
植え終わったら、水をたっぷりあげる。



6月

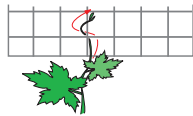
### ネットを張ろう

ツルが育ちやすいようにネットを張る。  
※ネットの張り方を参考にしな。

根腐れ防止に、土が過度に乾いてから、水をあげるようにしましょう。

### ネットに取り付けよう

ツルが伸びてきたら、ネットに巻き付ける。



葉が6~7枚出たところで、主枝の先端をカットすると、葉が繁りやすくなるよ。



### 育てよう

- カーテン状に育ってきたら、朝晩たっぷり水と水をあげる。
- カーテン状に育つように、様子を見て、ツルをネットに巻き付ける。(誘引する)
- ある程度苗が大きくなってきたら(30~50cm位)、追肥します。固形肥料は月1回くらい、液肥(ハイポネックスなど)は、2週間に1回くらいが目安。
- 生長してないうちに咲いた花は摘んで、葉に栄養がいくようにする。

花が咲いたら、雌花から雄花に受粉すると実がつきやすい。

7月

### 収穫しよう

ゴーヤは、緑のうちに収穫すれば食べられる。  
開花後、2~3週間が収穫期。  
放っておいて黄色く熟れた実は、もう食べられないが、中に真っ赤なぬるぬるに包まれ種ができる。この赤いぬるぬるは甘くておいしい。

実がついたら、どんどん収穫が取られるので、追肥するのもオススメ！



### 後かたづけ

9月後半、葉も枯れ始め、緑のカーテンも終わり。  
根元からカットしておく数日で葉や茎が乾燥して片付けやすい。茎や葉をとったらネットも片付ける。

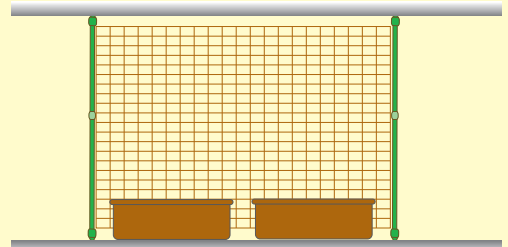
育て方もいろいろ。工夫して、自分にあったやり方を見つけてね。

## ネットの張り方

ネットの張り方はいろいろですが、ここでは、比較的簡単な方法をご紹介します。

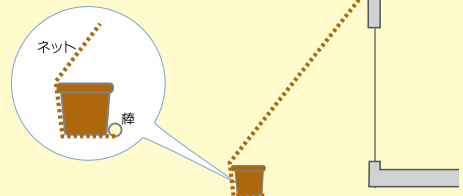
### ベランダの場合

つっぱり棒を2本立てて、間にネット張り、ヒモや針金で固定する。



### 一軒家や地面から伸ばす場合

ネットの端に棒を取り付け、その上にプランターをのせる。  
ネットを引き上げ、軒下に縛りつける。  
ネットを固定する場所がない時は、すだれ用金具やフック等を使用。



軒下の奥に取り付けることで、ツルが屋根まで伸びることを防げます。

hana to midori  
宇都宮市花と緑のまちづくり推進協議会

【花緑協議会事務局】  
〒320-8540 宇都宮市旭1丁目1-5 宇都宮市役所 緑のまちづくり課内  
TEL. 028-632-2597 花緑協議会HP <http://www.utsunomiya-hanamidori.jp>

