

メキャベツ



ころんとした
小さいキャベツが
鈴なりにつく様子が
ユニーク!

↑定植後90日程度で収穫でき、ビギナーにも栽培しやすい
‘早生子持’。小さなメキャベツがたくさん収穫できる。

「葉かきや追肥、増し土をして
たくさん収穫を目指しましょう」

メキャベツは、葉の付け根から出てくる
わき芽が結球したもの。茎の部分に小さい
キャベツ（甘藍）がびっしりとつく様子か
ら、別名「子持ち甘藍」とも呼ばれます。
体にうれしいビタミンCやカリウムなどを
豊富に含む、栄養豊富な野菜です。
生育初期は草丈が伸びて葉数が増え、気
温が低くなってくると葉の付け根にわき芽
がで始めます。わき芽はやがて結球して
メキャベツになるので、下の方の葉を切り
とって日当たりをよくしたり、株元に土を
足したりして生育を促します。収穫は中間
地なら11月ごろから。上手に育てれば1株
から90球以上も収穫できる、見て楽しい、
育ててうれしい野菜です。



ふかまち たか こ
深町 貴子

園芸家。有限会社タカ・
グリーンフィールズ専務
取締役。東京農業大学短
期大学非常勤講師。テレ
ビ出演やセミナー、講演
会などで、野菜作りの楽
しさを分かりやすく伝え
ている。

深町貴子さんがチャレンジ デリシヤス★コンテナ菜園



園芸家の深町貴子さんが、自宅のベランダで野菜作りに挑戦する話題のコーナー。
第7回は、小さくて丸いキャベツがびっしり実る、メキャベツの栽培法を紹介します。



メキャベツの育ち方を知ろう

月	栽培日数の目安	主な作業	栽培のポイント	水やり
▼スタート				
7月	10日	タネまき	温度管理に注意して健全な苗を育てる タネまきが遅れないようにします。育苗期間が短いと、植え付けが遅れ、葉数が少ないまま冬を迎えることになり、収穫量が減ってしまいます。	適湿 タネまき後に水やりした後は、土の表面が乾いたら水やりします。
	20日	間引き		
	30日	育苗期		
8月	40日	植え付け	追肥をスタートして葉数を増やす 芽球は本葉20枚以上でつき始めます。追肥を施し、寒くなる前にできるだけ葉数を増やしましょう。	控えめ 植え付け直後は1回だけたっぷり水を与え、その後は水やりをやや控えめにし、根の発達を促します。
	50日			
	60日			
9月	70日	追肥 土寄せ	下葉かきと芽球整理で生育を促す 下部の芽球や古い葉は早めに取り除き、上部の芽球に栄養を送ります。	適湿 新しい葉が次々と展開するころは、日中の気温も高く蒸散も激しいので、水切れに注意します。
	80日			
	90日			
10月	100日	追肥 土寄せ	葉かきをして日当たりと風通しよく結球が進むにつれて葉を取り除く「葉かき」をします。芽球に光を当て、風通しをよくすることで大きく育ちます。	
	110日			
	120日			
11月	130日	追肥 土寄せ		
	140日			
	150日			
12月	160日	追肥		
	170日			
	180日			
1月	...	収穫 葉かき		
2月	...			
3月	270日			

メキャベツデータ



日当たり

強い光を好む。



温度

発芽適温（地温）：15～30℃
生育適温：15～20℃



プランターのサイズ

直径30cm、深さ30cm程度の深型コンテナ（9～10号）



キャベツ

ルビーボールSP

色鮮やかな葉色はサラダにぴったり
濃紅色と白のコントラストが美しい、赤キャベツの定番品種。サラダやピクルスなど色を生かした料理に最適です。



キャベツ

初秋

おいしさ抜群！栽培容易な極早生種
適期栽培では植え付け後55日ほどで収穫できる極早生種。球がコンパクトにまとまり、プランターでも育てやすい品種です。



キャベツ

このみ姫

手頃なサイズの甘いキャベツ
球の重さ 600～800g、適期栽培では植え付け後40日ほどで収穫できるミニキャベツ。葉はやわらかく、甘みもたっぷりです。



メキャベツ

阜生子持

栽培期間が短くて作りやすい早生種
菜園ビギナーでも作りやすく、早どり可能な早生種。暑さに強く、生育旺盛でプランター栽培にも向いています。

深町さんの
おすすめ品種は
コレ！