

スイカ

- 果菜類：ウリ科のつる性一年草
- 原産地：アフリカ南部の砂漠
- 日本の産地：熊本、千葉、山形

この野菜の基本的特性（環境適応性）

[温度] 生育適温 28～30℃。高温を好み暑さには強いが、低温には弱い。
[光] 野菜のうちではもっとも強い光（日当たり）を好む。

[水] 乾燥に強い。地下水に弱く湿害が出やすい。
[土] 根はきわめて好気性。連作障害（おもにつる割病）が出やすい。

見つける

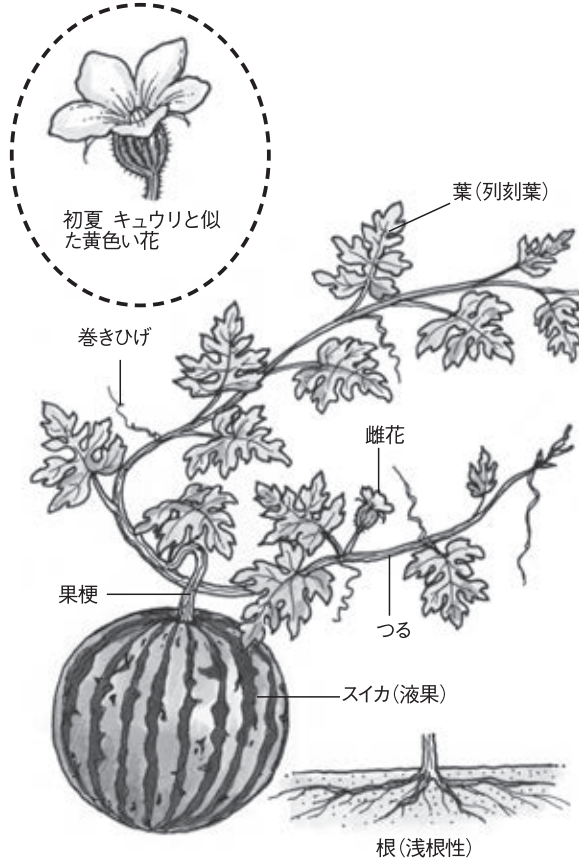
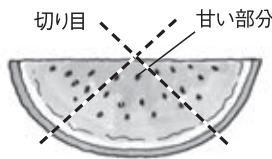
塩をかけると甘みが増す訳は？

ナトリウムイオン（食塩）が舌の味蕾と甘み物質をうまく結びつける。



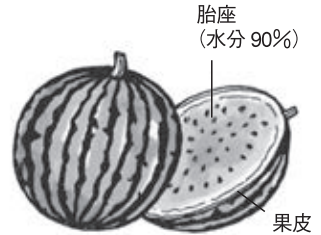
種が現れない切り方がある？

縞と縞の間を切ると切断面にあまり種が出ない。甘さが均等になる切り方は下図。



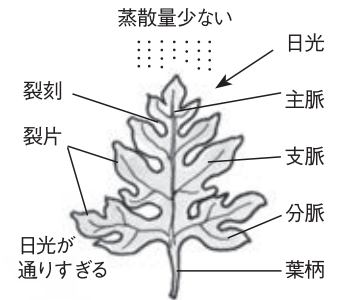
果実は水槽の役目？

サボテンと同じく、果実は原産地の乾燥に耐えるための貯水組織。食べているのは胎座部分。



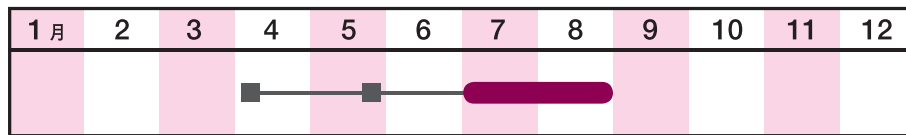
葉の切れ込みが深いのはなぜ？

水の通り道である葉脈の部分だけ葉をつけ、葉からの蒸散量を少なくしている。



育てる

甘くシャリッとした歯ざわりの薄皮スイカの栽培



植えつけ

①カンピョウ台木苗を購入する

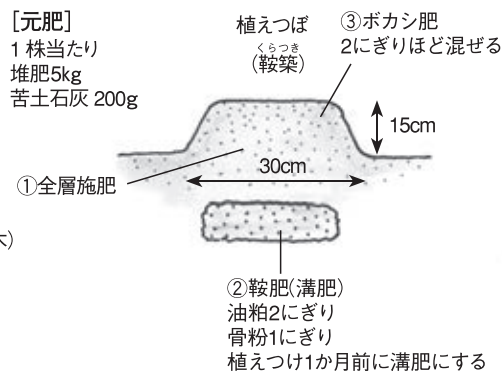
スイカの接ぎ木苗にはカボチャ台木もあるが、カンピョウ台木のほうが甘くなる。また薄皮系品種のほうが良質。



『縞王』や『瑞祥』など大玉種で味がよい

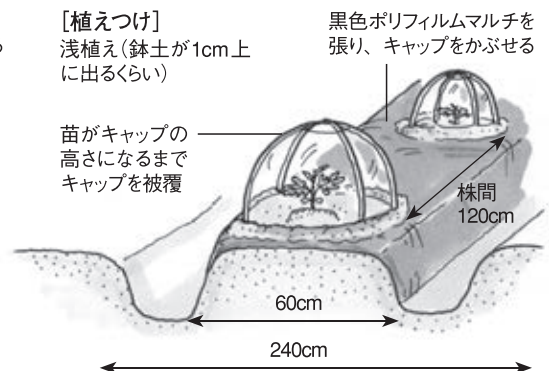
②植えつぽへボカシ肥を施す

充実した新根とつる葉が出るようにボカシ肥と有機肥料主体にして育てる。



③マルチとホットキャップを併用

植えつけ初期は温度の確保に努める。この時期の生育につまずくと、後に栄養生長にかたよってしまう。



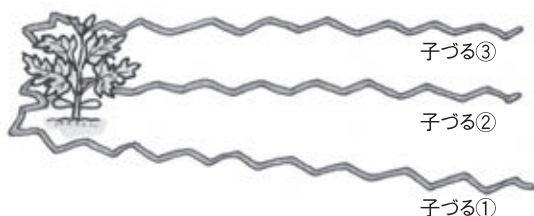
管理

④ 3本仕立ての3果どりにする

つる数を3本に制限して、花芽の発達と充実をはかる。

【摘芯】
親つるの葉数
5~6枚のころ

【整枝】
勢いのある子づるを
3本残す

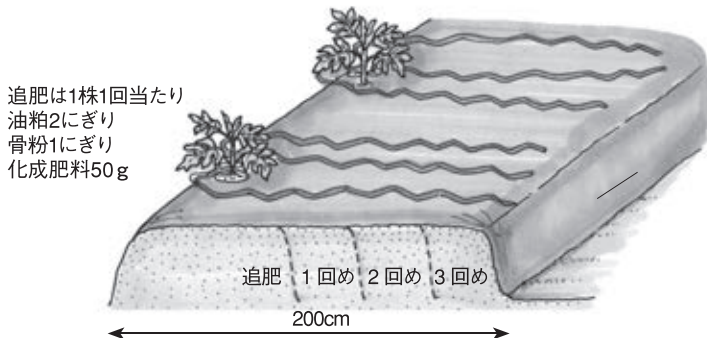


⑤ 照り葉をつくり、つるぼけを防ぐ

細い根が多く乾燥に強いが、いちど枯れると再生しにくい。生育に合わせ、追肥、土寄せなどを行う。

【追肥・土寄せ・敷きわら】

ポリマルチをめくって追肥・土寄せをし、マルチを戻してその上に敷きわらをする



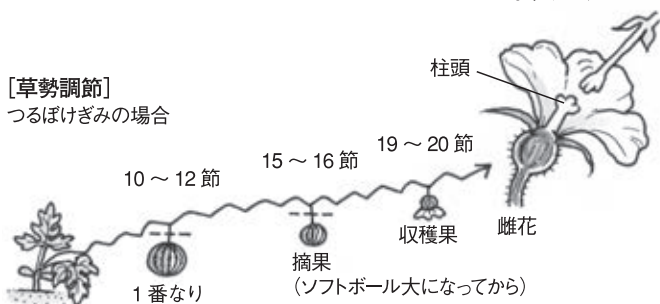
ポリマルチの上に水がたまらないようにところどころに棒で穴をあける

⑥ 1番なり果実で草勢を調節する

草勢が強い場合は、1番なりの摘果時期を調節して本玉（収穫果）の着果を安定させる。

【交配】
午前8~9時に
雄しべを軽く
なすりつける

【草勢調節】
つるぼけぎみの場合



食べる

【機能性と効果】

カリウム
リコピン、β-カロテン

利尿作用
高血圧予防

〈カリウムは利尿を促進し、腎臓の機能を助ける〉

【持ち味の引き出し方】

●カロリーが低くヘルシー

水分の割合が約90%、糖分が約8%で、ビタミンB群やC、無機質を多く含むヘルシーな果実。

●料理や漬け物にも重宝

スイカのゼリーは絶品。スイカとナガイモのざく切りサラダもおいしい。摘果した幼果は漬け物に利用される。



ゼリー

【賞味期限】

丸ごとのスイカは風通しのよいところなら、2週間ほどもつ。ただし、スイカは追熟しないので、時間とともに糖度、シャリ感が減少する。カットしたものは冷蔵庫に入れ、2~3日で食べきる。



ざく切りサラダ

収穫

⑦ 熟度を判定する

① 果実が鶏卵大になってから、30~35日で収穫。

② 音で熟度を見分ける。花落ちに近い部分を指でたたく。

- カンカン（高い音）：未熟
- ポコポコ：適熟
- ボンボン（鈍い音）：過熟

③ 触って見分ける（右図）。

【ラベル付け】



【熟度判定】

- 肩が張った感じになる
- 表面がざらざらする
- 花落ちがややへこむ



伝える

●砂漠では水代わりの飲み物

原産地のアフリカのみならず、中近東などの砂漠では古くから水の供給源として珍重された。東京オリンピックのマラソンで優勝したエチオピアのアベベ選手は、レースでの水分補給にスイカジュースを用意した。

●日本の夏の風物詩

夏といえばスイカ！ といわれ、夏の冷果として大衆に親しまれてきた。井戸水で冷やし、縁側で家族そろって食べる風景や、海水浴場でのスイカ割りなど、日本の夏には欠かせない風物詩の1つだった。

●赤色・大玉・縞模様

現在、一般的になった縞模様皮で果肉が赤色品種は明治初期に登場。それまでは黒皮か無地皮が主流だった。小玉や黄色種もあるが、やはり赤色・大玉・縞模様の三要素がそろったスイカがいまも好まれている。

●風呂敷文化の「スイカ包み」

風呂敷の使い方の基本形として、丸いものを包む「スイカ包み」が伝えられている。

取っ手を作る

左右の端を巻きつけて結ぶ

