

# スイートコーン

科名：イネ科  
 原産地：中南米  
 生育適温：25～30℃ 発芽適温：25～30℃  
 別名：とうもろこし（玉蜀黍）

## ◎ 栽培カレンダー

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
春まき栽培 (育苗栽培)			種まき (○)	植付け ×-----□□								

## ◎ 栽培に必要なもの(10㎡あたり)

スイートコーン苗……………50本  
 肥料:堆肥 30kg  
 苦土石灰 1.0kg  
 元肥用化成肥料(10-8-9) 1.2kg  
 追肥用化成肥料(10-2-9) 0.8kg  
 ポリマルチ(95cm幅) 10m



### 畑づくり

- ・ スイートコーンは根が深く入るので、耕土が深く、有機質の多い畑が適しています。140cmのうねをたて、黒ポリマルチをうね全体にかけておきます。
- ・ 近所に飼料用とうもろこしがあると、その花粉で味が落ちることがあります。300m以上、離して栽培します。

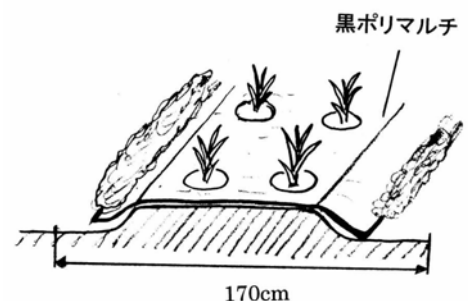
### 苗の選び方

- ・ 一般には、5月にじかまき栽培することが多いのですが、収穫期が夏休み中となるため、4月始めに買った苗を購入して、5月に植え付け夏休み前に収穫します。
- ・ 苗は、葉の色の悪く、ひよろ長いものを避けて、がっちりしたものを選びます。

### 植付け

うね幅 140cm 株間 30cm 2条植え

- ・ 雄花の穂の方が雌花より3～4日以上早く開花し、花粉は風によって運ばれるので、3列以上まとめて植えるようにします。1列植えでは実が受粉しにくく、歯抜けとなります。



### 広島市内産の「スイートコーン」

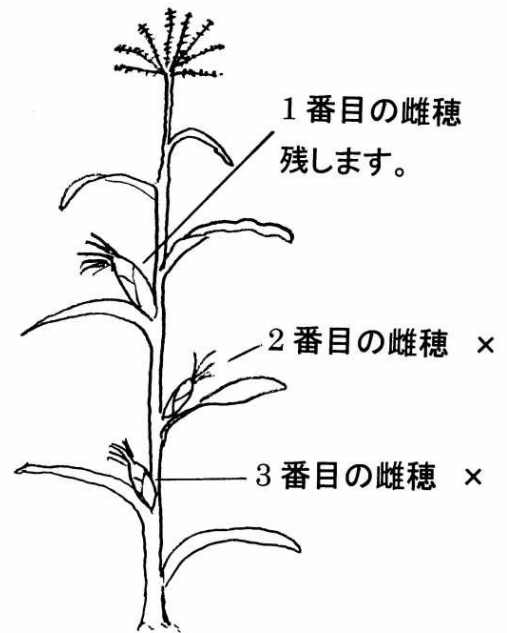
市内では、まとまった産地はありませんが、東区など各地で栽培されています。スイートコーンは収穫してから、時間が経過するほど甘さが消えてしまいます。朝市などで新鮮なスイートコーンが販売され、好評を博しています。

## かん水と追肥

- ・ 雄穂の出る前から雌穂が大きくなるころにかけて乾燥させないように十分にかん水します。
- ・ 追肥は本葉 5 枚の時と、雄花の穂が出る前の 2 回、400g/10 m<sup>2</sup>ずつ与えます。

## 管理

- ・ 2~3 本雌穂がつきますが、最上位のものがいちばん大きくなり、実入りもよくなります。下位の雌穂は絹糸が出始めたころに、かきとってヤングコーンとしてサラダなどに利用します。
- ・ 株元から出るわき芽は取り除かない方がコーンの太りがよいので、放任します。
- ・ 収穫前には鳥などの被害が出やすいので、網をかけて防ぎます。



## 収穫

- ・ たねまきをしてから 90 日位で収穫できます。雌穂の毛が出て 22~24 日後、毛が茶褐色になったころが収穫適期です。
- ・ 早すぎると粒の色がうすく、甘味が少なく、逆に遅れると粒の皮がかたくなって、甘味もなくなります。皮をむいて状態を確かめながら収穫します。
- ・ 収穫は朝涼しいうちに行います。また、夏の室温下では収穫後 5~6 時間で糖分が減り始め、24 時間後には半減してしまいます。収穫後は、早めに調理し、もぎたての味を賞味しましょう。



スイートコーンは甘いとうもろこしという意味で、実の中に含まれる糖分が多い品種のグループをいいます。とうもろこしには、この他にポップコーンにする爆粒種や家畜の飼料用の品種、穀物用の品種があります。

スイートコーンは糖やでん粉が主成分ですが、この他ビタミン B<sub>1</sub>、B<sub>2</sub>、E、リノール酸が含まれています。リノール酸はコレステロールを減らし、細胞の老化を防ぐ働きがあります。また、食物繊維も多く含み、栄養的に優れた夏野菜です。