

少しずつ春めいてきて、日差しが明るくなってくると、暮らしにもいろいろが欲しくなりますね。タネをまいたり、苗木を植えたり、庭を整えてこれからの季節を花とともに楽しみましょう。広い庭がなくてもベランダでも、十分にガーデニング気分が味わえる方法をご紹介します。

【おすすめの花とタネまき】

春まき(3月末から5月下旬あたりまで)で、タネから育てられる代表的な花は、ヒマワリ、ダリア、ベコニア、ペチュニア、マリーゴールドなどがあります。特にベコニアやペチュニアは育てやすく、色も鮮やかで花の数も豊富。

初心者でも簡単に育てられるのがおすすめです。まき床として平鉢やプランターなど適したものを用意しましょう。ヒマワリなど移植を嫌う植物にはそのまま植え替えができるビニールポットが適しています。底にゴロ土を入れて、赤玉土と腐葉土(またはビートモス)を混ぜたものを入れてまき床を作り、たっぷり水を吸わせておきます。タネのまき方は、線上にまく「筋まき」や点状にまく「粒まき」でよいのですが、



あまり密に(厚まき)にならないように注意してください。指先にとったタネをひねりながらまいたり、厚紙の上にタネをのせて手首をたたきながらまくと、薄くきれいにまくことができます。タネをまいたあとにタネの大きさと同じくらいの厚さに土をかぶせます。ただしベコニアはタネ自体が光を好むので土をかぶせずそのままにおきましょう。発芽するまでは土や種を乾燥させないように注意します。まき床に水をやるときは、水の勢いでタネが流れないように、細かめのじょうろでそっとあげるようにしましょう。

発芽して双葉が出たら太陽に当てるようにしましょう。さらに葉が成長して混雑してきたら、元気な苗を残して3~4回間引きを繰り返します。

【植え替えのしかたと水やり】

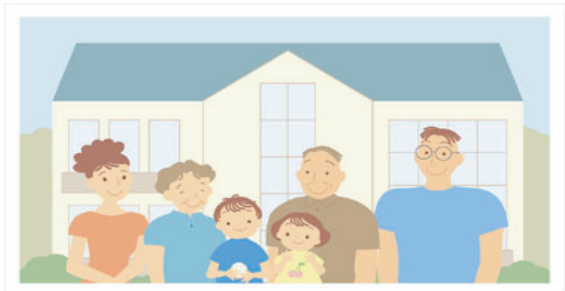
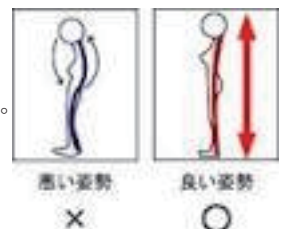
水やりは土が乾燥してからたっぷりが基本です。水をこまめにやりすぎると、根腐れを起こして枯れやすくなってしまいます。小さな苗をいきなりたっぷりの土に植えると、水が常にある状態になってしまい、根の成長が妨げられ植物の生育にも影響します。成長にしたがって鉢を大きくして2~3度植え替えを行い、庭に直接植えたいものは十分に成長してから植え替えるようにします。夏場など暑さが厳しくなってきたら、上から葉にも水分をかけましょう。ただし花には水がかからないように注意します。

【揃えておきたい園芸グッズ】

ガーデニングの初心者の場合、種や土、肥料以外に最低限、次のものを揃えておきましょう。シャベル、移植ゴテ、クラフトばさみ、じょうろ、育苗パッド、花の種類をえ書くらベル。これがあれば、基本のガーデニング作業ができるはずです。更にグッズ以外にも、エプロン、帽子、軍手、虫除け対策、紫外線対策もお忘れなく。

プチ雑学1 姿勢が良くなると気持ちも前向きになる

毎日の生活の中で小さなストレスは誰しも抱えているものです。でもそれが積み積もり積もりと大きなストレスに変化してしまうことも。このストレス、姿勢を良くすることも解消法のひとつだといえます。背筋を伸ばして姿勢を良くすると、血流の流れや神経の伝わりがよくなり、前向きな考えをしやすくなるのだそうです。逆に、血の巡りが悪く、体温が低いとストレスの耐性も弱くなりがちに。普段の生活でついつい猫背になりがちな人は、意識して背筋をまっすぐ伸ばしてみてくださいはいかがでしょうか？



TOYAスマイル倶楽部事務局
今治市玉川町中村甲677-7
有限会社十弥工務店内
TEL (0898)36-8182
FAX (0898)36-8183
E-mail : toya-info@toya.co.jp