

トマト育苗の記録と情報誌

第13号
編集
トマト生産部
2026.5.15



秩父別町のトマトジュースは、朝もぎの完熟トマトで作られています。一口飲むとトマトを丸かじりしたような、自然な甘みが口いっぱいに広がります。完熟トマトの美味しさをぜひご賞味ください。

はじめに

今年は、昨年と違い7cm前後の苗から育てています。

昨年と違うため、温度・水の管理にとっても苦戦しました。

また、小動物により苗が荒らされる被害もありました。

今回は、これらのことを掲載しています。



トマトマメ知識

トマトの栄養が肌へ与える効果

肌に効く主な栄養素 **リコピンの抗酸化パワー**

トマトの赤い色素リコピンは強い抗酸化作用を持ち、紫外線などで発生する活性酸素を減らす働きがあります。これにより、シミ・シワなど「光老化」の進行を緩やかにする働きがあると言われています。

βカロテン・ビタミンC、E

肌を守るビタミンもバランス良く含まれています。

βカロテン：体内でビタミンAとなり、肌や粘膜を健康に保つ

ビタミンC：コラーゲン生成を助け、肌のハリ維持に役立つ

ビタミンE：脂質の酸化を防ぎ、老化を抑える働きがある

これらの成分を一緒に摂ることで、肌荒れ予防や美肌づくりに役立つと言われています。

潤いを支える成分

うまみ成分の一つでもあるグルタミン酸は、肌の潤い保持の成分材料になり、乾燥対策の「土台づくり」として期待されています。

1日1個程度続けると、肌にいいとされています。

4月19日

出勤後、いつものように二重ハウス内の温度確認、ビニールを開ける作業をしていました。

作業中は気づきませんでしたが、苗の一部が無いことがわかりました。盗難であれば、鉢ごと無くなると思いましたが、今回は苗のみ無くなっていました。

周辺を探すと、荒らされた苗が山になって散らかっていました。犯人はネズミでした。

100本以上の被害がありました。ネズミはその後駆除しました。



5月7日

連休明け、トマトの様子をみると花が咲いていました。

あと数日で、1回目の移植作業が行えそうです。苗の成長に合わせて、数回に分けて移植をしていきます。

5月10日

7日と比べると花がたくさん咲いており、順調にいくと18日頃には1回目の移植ができそうです。移植の様子は、次回報告します。



最後まで読んでいただきありがとうございました。

今回は、6月発行を予定しています。

水と温度管理

農作業をしている方からすると、水と温度管理の管理はとて重要だと認識されていますが、慣れない私にとって苦戦しています。

○苗が徒長気味

水やり間隔を少しあける

昼温度をやや下げ、光をしっかり与える

○葉が丸い、縮れる

日中高温になりすぎないように気を付ける

かん水過多や急激な乾湿の繰り返しが無いように気を付ける