

# สารบัญ

## รู้นิสัยผัก สร้างไอเดียเพาะปลูก โดย โทะชิโอะ คิจิมะ

### กั้นกำเนิดของพืชผักกับกำหนดเวลาการเพาะปลูก..... 8

มะเขือเทศ คบคนยาก กับ มะเขือม่วง ชอบเข้าสังคม 10

 ปลูกกับโครงที่ตัดโค้ง 14

ปลูกแนวตั้งเป็นรูปตัว V บนแปลงยกสูง 18

มะเขือม่วง ดูแลต้นกล้าแบบเอาอกเอาใจ กับ พริกหวาน ดูแลต้นกล้าแบบเคร่งครัด 20

 ปลูกแนวตั้ง 3 ต้นโดยตัดและคลี่รากออก 24

ปลูกแนวตั้งเป็นรูปตัว V โดยไม่ต้องทลายดินหุ้มราก 28

แตงกวา ชอบป็นปายต้นไม้อื่น กับ ฟักทอง ชอบเลื้อยไปตามพื้นดิน 30

 ปลูก 2 แนวทั้งแนวตั้งและแนวราบ 34

ปลูกร่วมกับข้าวโอ๊ตช่วงนอกฤดูการ 38

มะระ เจริญอาหาร กับ แตงโม กินน้อยมากจนน่าตกใจ 40

 ปลูกร่วมกับพืชวงศ์ผักกาดและกลยุทธ์การรับมือพายุไต้ฝุ่น 44

ปล่อยให้เหลือเถาวัลย์ลูกเถาเดียวให้เลื้อยเที่ยวเล่นไปตามใจชอบ 48

ข้าวโพด รากต้นและกินของไม่ตี กับ กระเจี๊ยบเขียว รากลึกและชอบกินของดี 50

 ปลูกร่วมกับถั่วแขก 54

หวานเมล็ดจำนวนมากและปล่อยให้ค่อย ๆ เจริญเติบโต 58

เผือก ต้องการน้ำมาก กับ มันเทศ ต้องการน้ำน้อย 60

 ปลูกในหลุมจะช่วยให้งอกเร็วขึ้น 64

ปลูกพืชชนิดอื่นร่วมด้วย โดยควบคุมน้ำและธาตุอาหาร 68

ถั่วแขก กินทั้งฝัก กับ ถั่วกระถินปุ่น กินเฉพาะเมล็ด 70

 ปลูกหรือก่อกองหรือเทอร์นิบไปพร้อมกัน 74


ปลูกพร้อมกับข้าวโพดที่จะเก็บเกี่ยวในฤดูฝน 78

ถั่วลันเตา ดอกบานตลอดทั้งปี กับ ถั่วปากอ้า ดอกบานปีละครั้ง 80

 ปลูกให้ชิดกันโดยใช้เสาทำจากไม้ไผ่ 84


ปลูกถั่วปากอ้าคั่นระหว่างต้นบร็อกโคลีข้ามฤดูหนาว 88

มันฝรั่ง ชอบไหลหน้าเหนือดิน กับ มันภูเขายูญี่ปุ่น ชอบมุดลงดิน 90

 นำดินกลบที่กลางต้น 94


ปลูกกับเสาไม้เตี้ยและคอยตัดปลายยอด 98

ซีโสะ ปล่อยให้ไว้ก็โตได้เอง กับ ผักชี ต้องการการดูแลอย่างใกล้ชิด 100







 ซีโสะแดงช่วยป้องกันอาการงาแต่เถาของมันเทศ 104

เพาะปลูกแบบหวานเมล็ดเหลื่อมเวลากัน จะได้ชื่นชมผักชีตลอดทั้งปี 108

ผักกาดขาวปลี ต้องปลูกเดี่ยว กับ บร็อกโคลี ต้องปลูกกับพืชอื่น 110

 ปลูกแบบไร้แบบแผนบริเวณพื้นที่ว่างในสวน 114

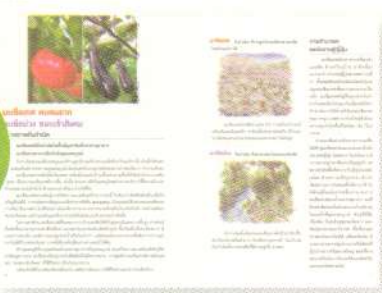
ปลูกแบบ 2 ขั้นตอนด้วยการ "ปลูกชิดแน่น" ➔ "ถอนแยก" 118

กะหล่ำปลี ไม่เก็บแบคทีเรียที่ร่าก กับ ผักกาดหอม เป็นมิตรกับแบคทีเรียที่ร่าก	120
 ปลุกต้นกล้าพร้อมกัน 2 ต้นเพื่อสร้างพื้นที่ของดินรอบรากให้มีขนาดเพียงพอ	124
ปลุกกะหล่ำปลีร่วมด้วยแบบไร้แบบแผน ช่วยป้องกันศัตรูพืช	128
ปวยเล้ง ชอบอยู่โดดเดี่ยว กับ ตั้งโอ๋ ชอบอยู่เป็นกลุ่มก้อน	130
 ปลุกต้นหอมพร้อมปวยเล้งที่หวานเมล็ดในฤดูร้อน	134
ปลุกตั้งโอ๋ที่หวานเมล็ดในฤดูร้อนร่วมกับเทอร์นิป	138
มิซึนะ ชอบน้ำมาก กับ โคะมะสึนะ ชอบธาตุอาหารเยอะ	140
 ปลุกในฤดูหนาวโดยไม่ต้องไถพรวนดินในพื้นที่ที่เคยใช้ปลุกหัวใช้เท้า	144
ปลุกในฤดูหนาวโดยไม่ต้องไถพรวนดินในพื้นที่ที่เคยใช้ปลุกปวยเล้ง	148
หัวใช้เท้า งอกอย่างรวดเร็ว กับ แครอต งอกอย่างเชื่องช้า	150
 ปลุกหัวใช้เท้าที่โคนต้นเผือก	154
ปลุกหัวใช้เท้ากับแครอตคั้นสลัดแถวอย่างต่อเนื่อง	158
กระเทียม ปลุกที่ละกลีบ กับ รักเกี่ยว ปลุกพร้อมกัน 3 กลีบ	160
 เก็บเกี่ยวกระเทียมกินใบกับกระเทียมกินหัวเป็น 2 ขั้นตอน	164
เก็บเกี่ยวเป็นหอมแดงได้ต่อเนื่องยาวนาน	168
หอมหัวใหญ่ รากแทงลงล่าง กับ ต้นหอม รากแทงขึ้นบน	170
 ปลุกครีมสันโคลเวอร์ร่วมด้วยและตามด้วยปลุกฟักทอง	174
ปลุกแดงโมโนแปลงเพาะต้นอ่อนของต้นหอม	178

## โครงสร้างหนังสือ

หนังสือเล่มนี้จะจับคู่ผักที่มีคุณลักษณะคล้ายคลึงกัน เพื่ออธิบายโดยเปรียบเทียบเรื่องถิ่นกำเนิด ลักษณะทางกายภาพ ระบบนิเวศ และวิธีการเพาะปลูก ตลอดจนแนะนำไอเดียการเพาะปลูกต่างๆ

### 1 รู้จักถิ่นกำเนิด



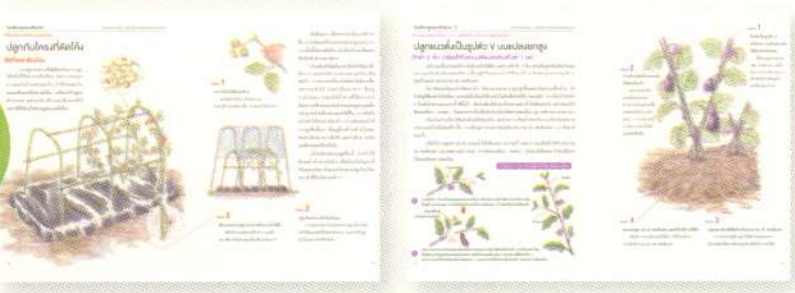
หน้านี้จะแนะนำถิ่นกำเนิดและสภาพแวดล้อมของผักชนิดนั้น ตลอดจนกำเนิดสายพันธุ์ดั้งเดิม  
อย่างไรก็ตาม ผักมีทฤษฎีเรื่องถิ่นกำเนิดที่หลากหลาย บางชนิดไม่มีถิ่นกำเนิดที่ชัดเจน ถิ่นกำเนิดที่น่าเสนอไว้ในที่นี้ ผมได้ดำเนินการสำรวจในพื้นที่จริงโดยอาศัยทฤษฎีที่มีน้ำหนักที่สุดเป็นพื้นฐาน

### 2 ข้อควรคำนึงเกี่ยวกับวิธีเพาะปลูก



สำหรับหน้านี้ผมจะแนะนำการเตรียมดินและวิธีเพาะปลูก

### 3 ไอเดียการปลูก



ช่วงท้ายผมจะนำเสนอวิธีการเพาะปลูกผักสวนครัวให้มีรสชาติอร่อยและเก็บเกี่ยวได้จำนวนมาก โดยคำนึงถึงลักษณะการเจริญเติบโตในถิ่นกำเนิดและนิสัยของผักนั้นๆ