

房
総

大地のめぐみ



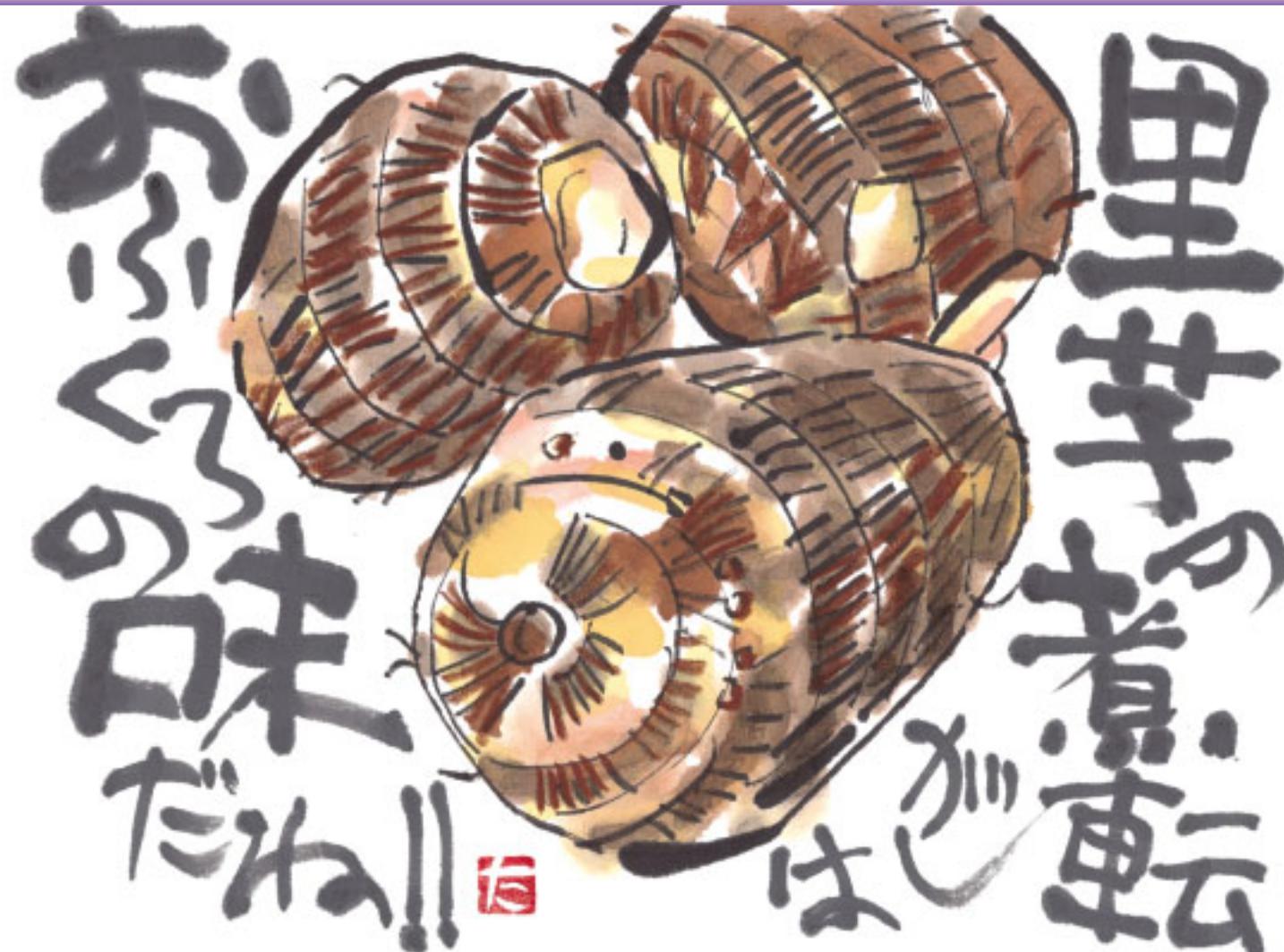
BOSO

VEGETABLES & FRUITS

FAMILY

HEALTHY LIFE

No.35 里芋



絵手紙アートのワンポイントレッスン

里芋の特徴は環状形の皮の部分。ここをよく見て描いてみましょう。

【絵と文・田口 孝夫 (日本絵手紙協会 専任講師)】



里芋のふしき

米より古い食べ物・里芋

わが国の里芋の種類は約140種。里芋は種から栽培するのではなく、芋から増やしていく作物なので、容易に品種改良をすることができません。

日本の主な品種は、お盆のころから出荷される小ぶりな「石川早生」、

千葉県や関東でも多く栽培されている小ぶりで粘りの強い「土垂」、インドネシアのセレベス島から伝わってきた赤芽の「セレベス」、お正月料理や煮物に欠かせない「八つ頭」のほか、千葉県の新品種「ちば丸」などがあります。日本では米より古い縄文時代から食べられています。また芋茎は里芋の葉の一部で関東では煮込んで食べます。



色白で子だくさんの里芋

山で採れる芋を山芋というのに対し、里芋は里にできるところからつけられた名前です。地上で日に当たることがないので色白なうえ、親芋に子芋が付き、子芋から孫芋が育ち、さらに孫芋から…と、土の中で次々と家族を増やします。「土垂」は1個の親芋から25個前後も収穫できます。



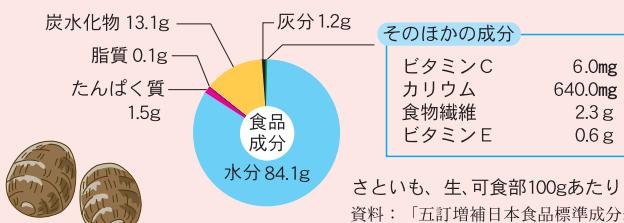
土が決め手の里芋づくり

里芋の味は土で決まるといわれています。しかも乾燥しそぎないように、一定の保湿力のある土が里芋栽培には必要です。全国1位の産出額を誇る県内の主要産地、印旛・千葉・山武・東葛飾地域では土に地力があるうえ、地下水位が低く、下まで柔らかいので、畑地かんがいを利用して水を注ぐことが大切です。



でんぶんが主な成分

里芋は、糖分をエネルギーにかえるビタミンB1のほか、植物纖維を多く含んでるので肥満防止に最適な食べ物です。カリウムも多く、体内からナトリウムを排出して高血圧の予防に効果があります。特有のぬめり成分は、強い胃酸から胃壁を守る働きがあります。里芋の皮をむくとき手



がかゆくなるのは、ショウ酸カルシウムの刺激によるものです。酢で指先をぬらしておくと、かゆみが予防できます。

栄養バランスのとれた里芋ドーナツ

里芋200gは皮をむき軽く下ゆでし、ぬめりを洗います。再度湯を替え、柔らかくゆであがったら粗くつぶし、牛乳・バター・砂糖10g、卵1個、すりおろしたリンゴ1/8個分、薄力粉200gを加えて混ぜます。丸く形を作り150℃の油で揚げ、仕上げに粉砂糖やシナモンをまぶします。育ち盛りの子供たちにとって栄養バランスの取れた一品です。



選び方と保存方法

しま模様がはっきりしているものは、生育が順調で養分を均等に蓄えています。土つきで湿りけのあるものを選びましょう。

★表面の皮に
えぐられた
ような傷
や黒ずみ
がない
もの。



★いもの上下が丸
まっているのが、
良い芋です。

保存方法

- 寒さと乾燥に弱い作物ですので、冷蔵庫での保存は避け、新聞紙で包み冷暗所で保存しましょう。
- 皮をむいたものは、固めにゆで冷水で冷ましてから水気をふき取り、ラップに包んで冷凍保存しましょう。

もな 芋つなぐ茂名の里芋祭り歳時記

毎年2月19日から21日に館山市茂名地区で開かれる祭礼で、各戸から集められた180個余りのふかした里芋が神前に山積みに供えられます。本祭りのメインは20日午前中、お供えの里芋を籠に入れて十二所神社へ奉納。この里芋を食べると、風邪をひかず、子宝にも恵まれるといわれています。祭りで使われる里芋は赤芽種といい、茂名の人々が代々栽培を受け継いできたものです。十二所神社への奉納行列のみ見学可能。重要無形民俗文化財。JR内房線館山駅から白浜行きバス「谷藤原」下車。館山市教育委員会 TEL.0470-22-3698



無病息災を祈願する里芋祭り

産地情報 苦節10年「ちば丸」誕生

多くの作物は受精・受粉(交配)によってさまざまな品種を作り出すことができます。しかし、里芋は開花し結実しにくいことから、交配によって品種改良をすることが難しい作物です。千葉県農林総合研究センター育種研究所畑作物育種研究室(長生郡長生村)では、「丸くて、大玉で、料理しやすく、おいしい」究極の里芋作りを目指し、千葉県で多い品種「土垂」を用いて「変わり種をつくる」(突然変異育種)という難作業に挑戦。10年目、突然変異種の中から有望種を選び出すことに成功しました。その後、幾つかの適性検査を経て完成したのが「ちば丸」で、平成19年に品種登録されました。販売は本年度から本格化し、12月ごろJA山武郡市、丸朝園芸出荷組合、JAちば未来などを通して市場に出荷されます。



豊かな土壤の里芋畑



むきやすさも特徴の一つ

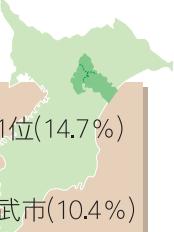
里芋ミニデータ 平成18年データ

千葉県産出額／48億円 全国順位1位(14.7%)

県内の主な产地(作付面積順)

●八街市(21.6%) ●富里市(11.9%) ●山武市(10.4%)

()内は占有率



みどりの マーケット JAいんば四街道農産物直売所 マイファーム

■四街道市内黒田356-3
TEL. 043-421-4846
<http://www.ja-inba.or.jp>



営業時間／9:30～16:30
休業日／日曜日・祝日
交 通／車で県道千葉・臼井・印西線「栗山交差点」を左折

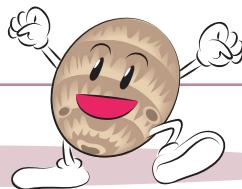




土に親しむ 第35回

プランターで育てる

里芋



文・写真／園芸研究家・多田 隆



発芽適温は昼間25°C前後、夜間15~20°Cで、ガッチャリした丈夫な芽を育てると、その後生育が順調になります。

①植え付けの準備

容器の形状や大きさは特にこだわりません。目安は1株当たり15~20ℓあると立派な株に育ち、収穫がたくさん望めます。写真的容器は肥料袋を利用したもので、底面に1cm程の穴を5~6個開けて水はけをよくします。

◎手作り用土の作り方

市販の畳土と完熟堆肥を7対3の割合に混ぜ、この用土1ℓ当たり苦土石灰1g、有機配合肥料4gを植え付けの10日以上前に混ぜ合わせ土になじませます。

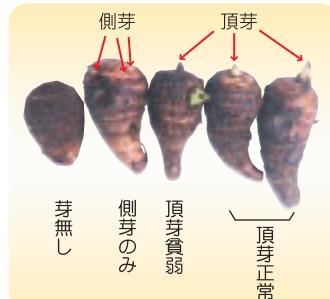
★プランターの置き場所は、日照時間が長く風通しのよい場所が最適。また、地面の上に直接置くと底穴から根が出て、水やりが少なくて済み、根も多くなって生育が旺盛となり収穫量が多くなります。

★水やりは、表土面が白く乾いていたらジョウロでたっぷりかけます。

②種芋の選び方

頂芽のしっかりした芋を選ぶのが、良い芋をたくさん収穫するポイントです。頂芽の貧弱な株は新芋数が少なく肥大も悪く収穫量が少ないです。

※芋の中心にある芽



③植え付けと保温

植え付けは容器の中央に植え穴を掘って、**頂芽の基部が5~6cmの深さに立て植えます。**

植え付け後ホットキャップ(苗帽子)などで保温すると発芽が早まります。



発芽は15日程でタケノコ状の芽が出ます。ホットキャップは25°C以上の日が続けば除去します。

栽培カレンダー

作付時期	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月
作付例(作業の目安)		植え付け ①②③		④		④		⑤

④追肥と増し土

1回目は、側枝が2~3本出てその長さが15~20cm程になった頃、有機配合肥料15~20gを株周辺に施し、10cm程増し土します。

2回目は、暑さが峠を越した8月下旬に、有機配合肥料15gを施して5~10cmの増し土をします。



上：1回目の追肥・増し土後の育成状況
左：2回目の追肥・増し土後の育成状況



⑤収穫と貯蔵

紅葉の季節になると茎葉は枯れ収穫期となります。

貯蔵する場合は掘り上げずに、雨の当たらない軒下へ。

地温が6~7°C以下にならないよう、断熱資材を巻くと正月明けまで貯蔵できます。



収穫期の株



★病害虫対策

害虫は、葉裏にゴマ粒程の緑色や黒色した幼虫が群生していればアブラムシ、体長2cm前後で緑色した幼虫が群生し、4cm程に成長すると灰白色に変わり、背中に3本の筋ができるハスマンヨウツウ、体長5cm前後で黒色地に黄色の横縞模様の大型幼虫はセスジズズメ。いずれも登録農薬または手で捕ります。



取材協力／千葉県農林総合研究センター 千葉県農林総合研究センター育種研究所畑作物育種研究室 印旛農林振興センター振興普及部
写真提供／千葉県農林総合研究センター育種研究所畑作物育種研究室 富里市さといもブランド産地育成協議会 富里市農業協同組合 かとり農業協同組合
参考文献／『なつかしのお袋の味サトイモ』(千葉県農林総合研究センター育種研究所) 『おいしい野菜と果物等の選び方』(千葉県)
『佐賀大学農学部会報』(第72号) 『ちばの教育』(千葉県教育委員会) ほか

2009.8 (次回発行／2009年9月24日)



京葉銀行