

新ごぼう

— 県内一の産地 —



水田の裏作として作られている新ごぼう



1月中旬から3月下旬までが収穫時期です。



新ごぼうの土の中の様子

ごぼうの原産地はヨーロッパから中国にかけてのユーラシア大陸と言われ、日本には中国から薬草として伝来しましたが、平安時代には、すでに食用として用いられたようです。

ごぼうは、普通、長く伸びた根の部分を食しますが、これは日本と韓国、台湾だけと言われています。植え付ける時期や栽培方法により、ごぼうは1年を通して収穫できる野菜で、鹿屋市では120haの畑に作付けされ、その面積・収穫量は県内一です。

中でも、1月中旬から3月まで出荷されるごぼうは、新ごぼう（水田ごぼう）と呼ばれ、市内では花岡地区を中心に水田の裏作として作付けされています。

通常のごぼうと違い、食用としている根の部分の長さ、約30cm程度と短いのが特徴です。

ごぼうは、香りと豊富に含まれた食物繊維が特徴ですが、新ごぼうはアクが少ない上、肉質が柔らかいため、サラダなどにも適しています。食物繊維は整腸作用を

促進するため、便秘症改善や動脈硬化防止のほか、体内の有害物質やコレステロールなどを吸着して一緒に排泄してくれます。

そのため、最近では低カロリー・ヘルシー食品として注目を浴び、消費も伸びています。

春の訪れを感じさせる新ごぼうを、ぜひ、味わってみてはいかがでしょうか。

【問い合わせ】

市農政課

☎0994-31-1117

インタビュー

頑張った分だけ
喜びも大きい

宮 迫 治 時 さん (75歳)
ヨシ子 さん (73歳)

(花岡町)



7年前から夫婦でごぼうも作り始め、現在、35aの水田で無農薬のごぼうを作っています。

質の良いごぼうを作るには、与える水の量や間引きなどをしっかり行うとともに、ごぼうがどんな状態にあるか毎日見て回ることです。

「やっぱり、作るからには良いごぼうを作りたい」。この言葉を実現させるのは大変ですが、頑張れば頑張った分だけ、喜びも大きくなります。それに、良いごぼうを収穫する時は、自然に笑みがこぼれます。

これからも勉強を続けながら、夫婦で力を合わせ、みんなに喜ばれるごぼうを作っていきたいです。

データ

作付面積 (ha)		収穫量 (t)	
①鹿屋市	120	①鹿屋市	1,980
②曾於市	39	②曾於市	671
③薩摩川内市	22	③大崎町	360
③さつま町		④薩摩川内市	275

※出典：第53次（平成17年～18年）鹿兒島農林水産統計年報より