

# 苳<sup>え</sup>胡<sup>ご</sup>



# 麻<sup>ま</sup>



## 『安全・安心な健康食品、 日野町にエゴマ畑を広げよう！』

『エゴマ』から取れるエゴマ油は、人間に必要な必須脂肪酸α-リノレン酸を多く含み、血液をさらさらにして動脈硬化や脳梗塞を防止したり、がんやアレルギー疾患を抑制するなど、生活習慣病に有効だといわれています。

安心・安全な健康食品として、テレビなどで紹介されるなど、その有効性が高く評価されるエゴマ。町内でも日野高校の生徒がエゴマを使った商品を開発するなど、地域活性化の切り札として期待が寄せられています。

しかし、一度に収穫できる量が少ないため、生産者を増やし、収穫量を増やすことがこれからの課題です。

エゴマの栽培方法を知り、『日野町のエゴマ』を全国へ広めませんか。





エゴマ栽培  
始めませんか？

## ☑ エゴマの栽培方法と栽培のポイント

《エゴマ栽培カレンダー》	
1～5月	畑作り (堆肥散布・耕運)
5月中旬	種まき ※発芽温度は 24℃
6月下旬	植え付け (定植)
6～8月	除草
7～8月	摘芯
10月	刈り取り (収穫)
10～12月	脱穀・乾燥

### ▼栽培のポイント

- ・種まきの時期は、5月中旬から下旬にかけて行います。時期が早すぎたり、遅すぎたりすると、収穫量が少なくなるので注意が必要です。
- ・一定の大きさに成長すると、枝の先端を摘み取る摘芯を行います。摘芯を行うことで、側枝の発生が促され、収穫量の増加につながります。
- ・収穫は、花が落ちてから27日前後、茎葉の3分の2が黄色くなったら適期です。一番早く成熟した穂にちょっと触れると簡単に実がこぼれ落ちる程度が目安です。
- ・収穫後は、5～10本ずつ束ねて、1週間ほど乾燥させます。穂の先が茶色くなってくると、実がこぼれやすくなるので、棒でたたいたり、足で踏むなどして脱穀します。
- ・保存方法は、しっかり乾燥させてから、ビンや缶、ペットボトルなどに入れ、密閉して保存します。

### ▼エゴマの利用方法

エゴマには、 $\alpha$ -リノレン酸が多く含まれ、「血圧を下げる」「血液をさらさらにする」「がんやアレルギー疾患を抑制する」といった効果があるほか、アレルギー27品目にも含まれていない健康食品です。その利用方法は、「かける」「混ぜる」「和える」と幅広く、アレンジしながら家庭料理を楽しむことができます。

## ☑ エゴマ栽培を新たに始めたい方へ

### ▼産地交付金のご紹介

町では、「日野町農業再生協議会水田フル活用ビジョン」に基づき、地域振興作物生産の取り組みなどを支援しています。その中で、白ネギやブロッコリー、ピーマンなどに加え、エゴマも町の特産物の基幹作物と位置付け、新たな就農者、生産組織の育成を図り、生産面積の維持や拡大を目指しています。

産地交付金は、国から配分される資金枠の範囲内で、地域農業再生協議会が助成内容（交付対象作物・取組単価など）を設定し、生産者へ交付されます。新たにエゴマ栽培を始める人や始めたい人へ、産地交付金による生産支援を行いますので、ぜひご活用ください。

【問合せ】役場産業振興課（電話 72-2101）

対象作物	交付単価 (円/10㍏)	交付要件
エゴマ(有機)	21,600～27,000	・販売していること(販売伝票) ・JAS認定機関の証明書(有機の場合)
エゴマ(一般)	19,200～24,000	

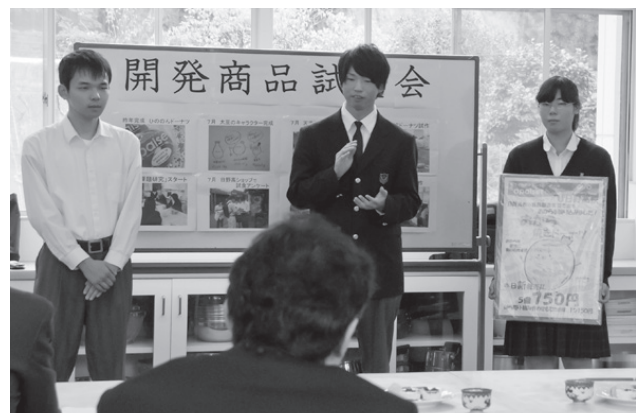
※産地交付金では、エゴマのほか、そば・なたね、白ネギ、ブロッコリー、ピーマンなどの作物も対象としています。

## ☑ エゴマから始まる地域の新たな魅力

### ▼日野高校の生徒がエゴマを使った商品を開発

日野高校では、「課題研究」の授業の中で、3年生5人が地域食材を使った食品の商品化を目指し研究を進めてきました。その中で、近年健康食品として注目されている日野町産「エゴマ」の魅力により多くの人に知ってもらい、日野町を「エゴマの郷」として有名にするために、「えごまドーナツ」「えごま味噌」などの商品を開発。現在、販売に向けた取り組みを進めています。

こうした取り組みは、特産品の生産と販路拡大を図るだけでなく、地域連携や地域活性化の可能性も広げています。



▲10月12日には試食会を実施。景山町長らを前に、生徒が商品の説明などを行いました。