

# 家庭でできる!!

## 原木ナメコの栽培



ナメコはびんを使った菌床栽培が主流ですが、原木を使用すれば、家庭でも比較的簡単に栽培することができます。原木から発生するナメコは、肉質が充実して歯ごたえがあり、また傘のぬめりが多いなどの特徴があります。

### お料理

独特のぬめりと菌切れ、口当たりのよさが好まれ、みそ汁、おろし和え、三杯酢などに広く用いられます。

また、かき揚げ天ぷらにしたり、炊き込みご飯にしても美味しくいただけます。原木ナメコは野性味があり、家庭用ばかりでなく、観光地での直売品としても絶大な人気があります。





# ナメコの原木栽培方法

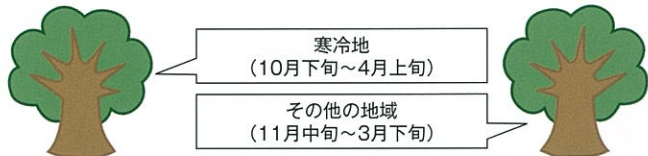
## STEP 1 原木

ブナ、トチノキ、イタヤカエデ、ハンノキ、ホオノキ、サクラ、クルミ、シデ、ヤナギ、ナラ類などの広葉樹が利用できます。原木の直径は10～30cmくらいのもが適します。

## STEP 2 伐採、玉切り

秋の紅葉期～春の新芽が出る頃までに伐採します。長木栽培は、伐採後、1～2ヶ月間葉枯らし(枝干し)を行ってから、適当な長さ(90cm～1m)に玉切ります。短木栽培は、15～20cmほどの長さに玉切ります。

### ●伐期



### ●原木の大きさ(玉切った場合)



## STEP 3 接種

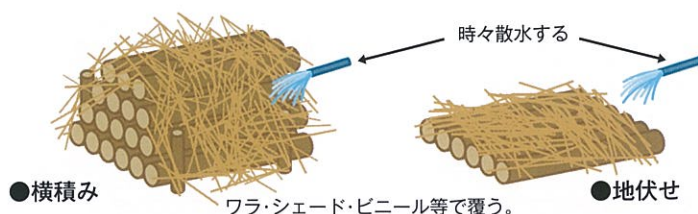
秋に伐採した原木は、秋のうちに、春に伐採した原木は桜の咲く頃までに接種します。長さ1mの場合、縦方向20cm、横方向4cm間隔の千鳥植えにすると、接種量は直径の約3倍(直径10cmの場合は30個)になります。短木の場合は、木口面と樹皮面に下図の要領で接種します。種駒は9.2mmのキリを使用し、穴は25～30mmの深さに開けます。なお、玉切り後はできるだけ早く接種してください。

### ●接種方法(千鳥植え)



## STEP 4 仮伏せ

秋～初春に接種したホダ木(キノコ菌を接種した原木)は温暖な場所に「横積み」か「地伏せ」にして、周囲をワラやシェード、ビニールなどで覆ってやります。接種後は散水し、種駒や木口面にナメコ菌が発菌するまで時々軽く散水します。なお、春になってから接種した場合は、仮伏せをしないで直接本伏せを行う場合もあります。



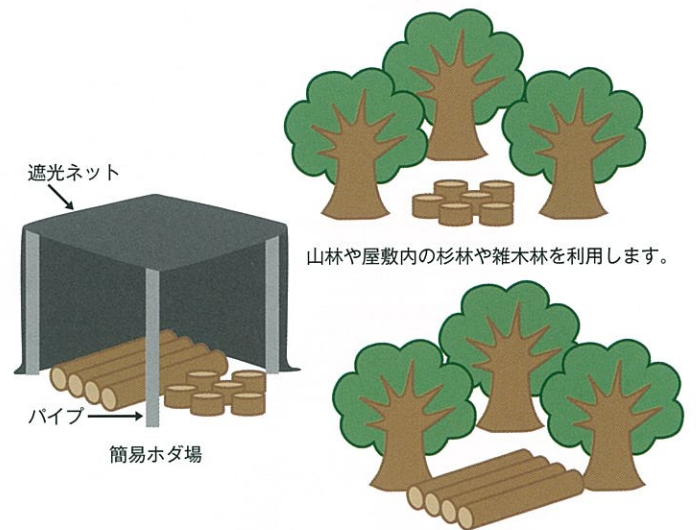
### ●横積み

ワラ・シェード・ビニール等で覆う。

### ●地伏せ

## STEP 5 本伏せ

本伏せは梅雨に入る前に行います。日光がチラチラはいる場所で、風通しや水はけが良い場所が最適です。通常は直接地面に並べますが、湿気の多い場所では片方を枕木の上に乗せるようにします。なお、菌糸を均一にまん延させるために、秋までの間に1～2回は、天地返し(ホダ木の上下、裏表を入れ替える作業)や、下草刈りを行います。



## STEP 6 発生

栽培する地域によっても異なりますが、通常は接種二夏経過の秋、気温が15℃くらいに低下すると本格的な発生が見られます。発生には適度な湿気が必要で、気温が20℃を下まわるようになったら、最低でも2～3日に1回くらいの散水が必要です。接種した年の秋にも少量発生し、二夏か三夏を過ぎた秋が最盛期となります。なお、発生中のホダ木を動かすと発生が止まることがあるので注意が必要です。

## STEP 7 採取

ナメコは生長が早いので、発生が始まったら毎日見回りをし、採取するように心がけてください。採取は、株状のまま行います。

