

# 椎茸の原木栽培

しいたけはキシメジ科のシイタケ属のきのこで、日本をはじめ朝鮮半島、中国、台湾や東南アジアからニューギニアランドに至る環太平洋の温帯・暖帯・亜熱帯に分布しています。そんなしいたけは、日本で最初に人工栽培が行われるようになった食用きのこで、最も普及した栽培きのこである。

野生に自生するしいたけを日本人が食べるようになったのは、飛鳥時代以降と言われ、「長寿の妙薬」として、上流階級の人々を中心に愛食されるようになり、ついでに、食用文化が始まった頃からしいたけの薬効が知られてきたわけである。

しいたけの効用に本格的にメスが入ったのは、1960年のことである。アメリカのミシガン大学教授ケネス・コ克蘭博士が、しいたけの薬理作用の研究に着手し、しいたけには強力な抗ウィルス物質が含まれていることを発見したのです。

以後、日本でも数々の研究者によってしいたけの薬効が報告され、ガンウィルスの抑制などに有効な免疫機能を高める作用も備えていることが明らかになりました。

## 滋味深く、完全自然食品で安心・安全

### しいたけの原木栽培の手順

#### 原木

最適な樹種はクヌギ・コナラ・ミズナラですが、シイ・カシ・クリなども使用できます。原木の太さは5〜20センチメートルまでのものが使えますが、10センチ前後のものが扱いやすくておすすめです。

#### 接種

接種は、11月頃から5月上旬までの間に行います。接種の間隔は、縦方向に約20センチ、横方向に約4センチの千鳥植え（図1参照）とします。接種する数は、長さ1メートルの原木の場合には太さの約4倍（10センチの場合は40個）になります。種コマは9・2センチ前後のキリを使用し、穴は25〜30センチの深さに開けます。玉切後は早く接種して下さい。

#### 仮伏せ

接種後は、種コマからの発菌と初期のまん延を促すために仮伏せを行います。高さ30〜40センチの横積み、または数十本をまとめた縦積みとし、周囲をワラ・ムシロ・シエードなどで覆います。接種後は必ず散水し、その後5〜6日おきに数回接種した原木の表面が濡れる程度の散水を行います。なお、仮伏せ中は内部の温度が25℃を超えないように十分注意して下さい（収量減の原因）。

#### 本伏せ

4月〜5月になったら接種原木を林内や簡易人工ホダ場に移動します。密植林の場合は、間伐や枝打ちを行って通風を図り、光がチラチラと差し込むように改善します。乾燥する場所では、低いよりの伏せ、太径木や湿度の高い場所では井桁積みが適しています。少量の場合は、合掌伏せがよいでしょう（図2参照）。

#### ホダ起し

接種2年目の秋になり最低気温が14℃位まで低下する頃、ホダ木（原木内に菌がまん延してキノコが発生する状態になった木）を発生に適した場所に移動します。ホダ起しの時期は、良質なキノコを発生させるポイントで、早すぎると柄が長くなり、遅すぎると収量が少なくなります。キノコを発生させる場所は、南または東南面の明るく暖かい場所（林内）が適し、散水できる場所が良いでしょう。なお、ホダ木を移動せずに、本伏せ場所でもキノコを発生させることもできます。

#### 発生

ホダ起し後は、発生を確実にするために軽く散水します。降水量の少ない年には収穫が終わる頃に、1日2〜3時間の散水を数日行って下さい。なお、古いホダ木は夏の終わり頃頃から秋にかけて天地返しなどで刺激を与えておくと、秋と春の発生が一段と良くなります。今年はキノコ栽培にチャレンジしてみませんか。

**みのり君**  
No.008

椎茸栽培の季節だね！君は準備出来てるの？

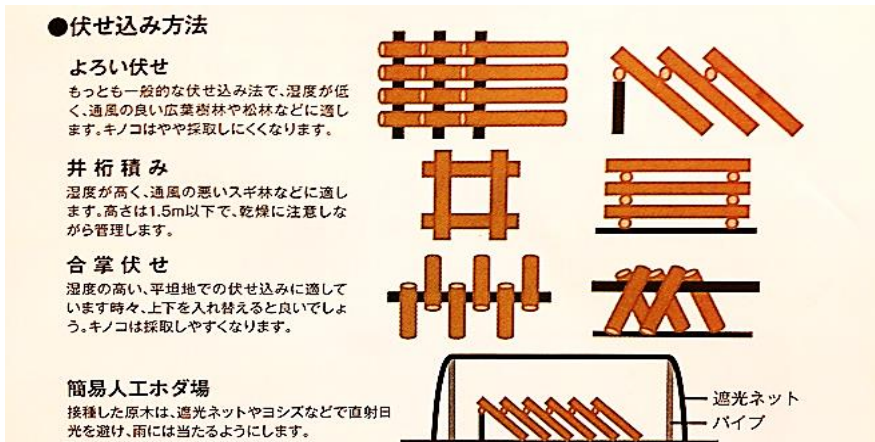
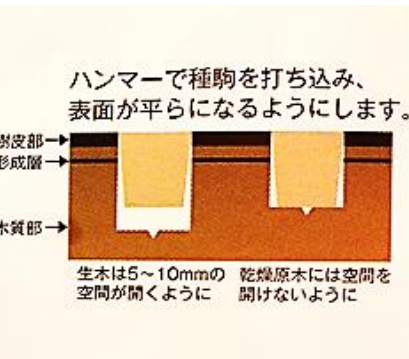
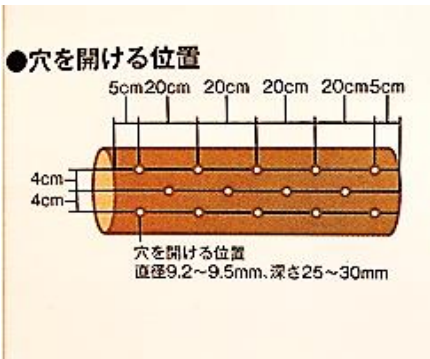
もちろん準備万端

ほら

？

こんなに種類が豊富なのは実のりだけ！

某大手携帯電話会社のキャラクタのバクリやないかい！



【図1】穴を開ける位置についての説明 = 写真上  
【図2】伏せ込み方法についての説明 = 写真右

#### タイムポイントカード入会者募集中!!

ポイントカードは特典がいっぱいです。初回100円の入会料のみで年会費不要。クレジット機能無しで安心。105円のお買い物で1ポイント貯まり、500ポイント毎にレジで500円単位でご利用できます。詳しくはサービスカウンターまでお問い合わせ下さいませ。

#### 機械修理専門スタッフ募集中!!

エンジン刈払機や耕運機など機械を直すのが大好きな方を大募集！年齢・経験は問いません。まずはお気軽に下記までご連絡下さい。  
【TEL】：086-955-3411

#### タイム・実のりメール会員募集中

[time@c-brain.com](mailto:time@c-brain.com)  
上記アドレスに空メールを送って下さい。返信メールのアドレスにアクセスして登録を行なって下さい。

