

いちごの話

1. イチゴの分類

イチゴはバラ科の多年草です。このバラ科の仲間には皆さんおなじみのサクランボ・ナシ・リンゴなどがあります。イチゴは、その形と色から深紅のダイヤモンドと称され、多くの人々から親しまれています。和名はオランダイチゴ、学名は *Fragaria × ananassa* Duchesns、英名は Strawberry (ストロベリー)、中国名は草莓 (ツァオメイ)、フランス名は Fraise (フリーズ)、ドイツ名は Erdbeere (エルトベール) です。



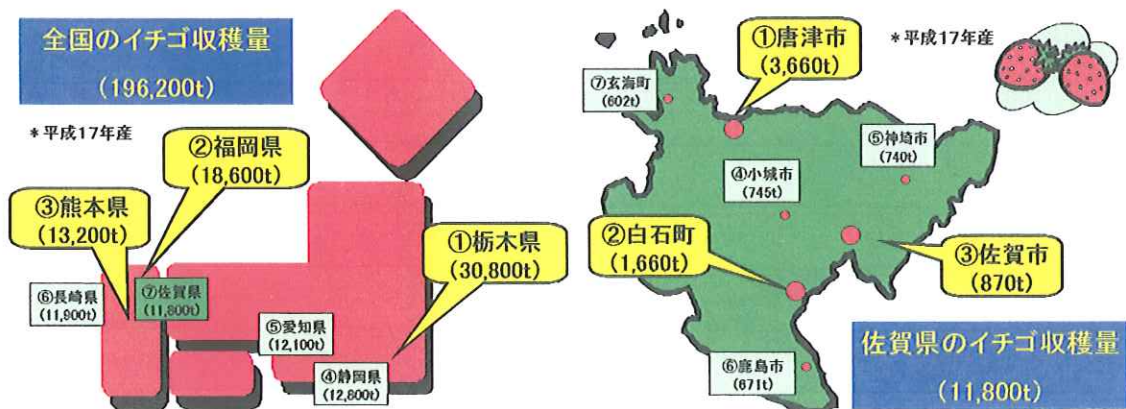
2. イチゴの歴史

現在栽培されているイチゴは、北米の野生種バージニアナと南米チリに自生するチロエンススが、1714年にフランスの農場で自然交配して誕生しました。この新種は大果で外観や食味がよいため、それまで栽培されていた小果の栽培種を駆逐して世界各国に広がり、現在ではアメリカ、スペイン、日本、韓国、ポーランド、イタリア等が主要な生産国となっています。

日本へは江戸時代末期に伝来しましたが、当初は果実の赤い色が血を思わせるということで好まれませんでした。しかし、文明開化後、日本の食文化も大きく変化し、明治後期になって国内に広がりました。当初は露地栽培で春に収穫するだけでしたが、品種改良や技術開発がすすんで、現在ではビニルハウスによる栽培で年末から初夏まで長期間収穫されるようになりました。

3. イチゴの産地

イチゴは全国各地で栽培されていますが、特に収穫量が多いのは栃木県で、次に福岡県、熊本県、静岡県の順で、佐賀県は第7位となっています。佐賀県内での生産量は唐津市が多く、次いで白石町、佐賀市の順です。

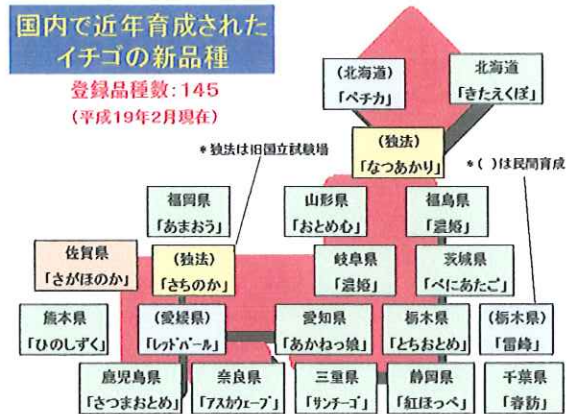


4. イチゴの品種変遷

イチゴの品種は昭和 50 年代から西は「とよのか」、東は「女峰」の 2 大品種の時期が続きました。しかし、近年、消費者嗜好の多様化に伴って様々な特徴を持ったイチゴが求められるようになったことから、各県の試験場などでイチゴの品種改良が活発に行われ、主産県を中心に様々な品種ができました。

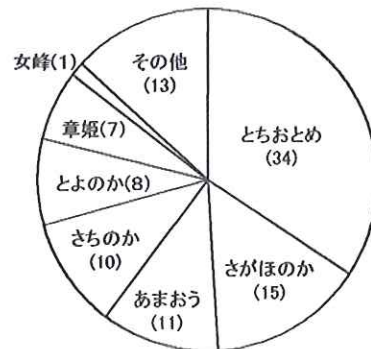
東日本では「女峰」に変わって「とちおとめ」が急速に増えましたし、西日本では「とよのか」に変わって「さがほのか」、「あまおう」、「さちのか」などへの品種更新が進みました。この他にも「章姫」、「ひのしずく」、「紅ほっぺ」など様々な新品種が誕生しており、現在、145 品種が品種登録されています。

この中を勝ち抜き、次の王座につくのはいったいどんなイチゴなのか、今まさにイチゴの戦国時代となっています。



5. 主要なイチゴ品種の特徴

2007 年現在、国内におけるイチゴの J A 系統共販作付け面積は 3,416ha ですが、そのうち 34% が「とちおとめ」、15% が「さがほのか」となっており、この 2 品種で全体の約半分を占めています。以下「あまおう」、「さちのか」、「とよのか」、「章姫」、「女峰」の順となっており、残りの 13% の中でその他の品種がしのぎを削っているという状況です。



2007年イチゴ作付け面積の品種別占有率
* 系統分、JA全農取りまとめ

主な品種の特徴は、以下のとおりです。

● 「さがほのか」

佐賀県で育成された品種で、佐賀県、熊本県、鹿児島県、大分県、宮崎県等、九州を中心に広く栽培されており、佐賀県ではほぼ 100% 「さがほのか」が栽培されています。「とよのか」を交配して開発した品種で、イチゴらしい円錐形で見栄えがよい、果実が適度に硬いため日持ちがよい、酸味が少なく甘みが強いのでさっぱりとした甘味でおいしい等の特徴があり、女性や子供を中心に人気の品種です。

● 「とちおとめ」

栃木県で育成された品種で、関東地方を中心に栽培されています。「女峰」より粒が大きく甘さも強い、日持ちが良い品種です。

● 「あまおう」

福岡県で育成された品種で、福岡県だけで栽培されています。果実は大きく丸っこい、果実の赤味が濃い、甘み・酸味共に強い等の特徴があります。福岡では栽培品種が「とよ

のか」から急速に「あまおう」に置き換わっています。

●「さちのか」

福岡県久留米市にある国立試験場（現在は独立行政法人）で育成された品種で、「とよのか」と「アイベリー」の交配種です。糖度やビタミン C の含量が高く、果実は硬めで日持ちがよい品種です。

●「とよのか」

「さちのか」と同じ国立試験場で育成された品種で、以前は国内のイチゴ生産を「女峰」と二分した有力品種です。現在では生産が少なくなってきましたが、今でも消費者に根強い人気があります。大粒で、甘みが強く、果肉が柔らかで、香りが高いのが特徴です。

●「章姫（あきひめ）」

静岡県の民間育種家によって育成された品種です。それまでの中心品種だった「女峰」の酸味、病害抵抗性などの問題点を解決するため育成されました。円すい形の大果種で、酸味は少なく、甘みが強いのが特徴です。休眠が浅く、暖地での施設栽培に向きます。

●「女峰（によほう）」

栃木県で育成された品種で、主に東日本で栽培されています。1990 年には国内生産量の半分を占めていましたが、次第に生産は少なくなっています。甘酸っぱい大人の味が特徴です。

6. イチゴの栽培

イチゴは、ランナーと呼ばれる蔓の先に生じる子苗を採って苗を増殖します。そこで、増殖の元となる親株を秋口に植え付けて、翌年の春から発生するランナーの子苗を 6～7 月にポットに植えて、夏の間育苗します。



親株から生じたランナー

その後、9月中下旬に苗を圃場に植え付けて、暖かいビニルハウスの中で 12 月から翌年の 6 月まで、半年間くらい収穫します。収穫が終わったら株を取り除いて土作りを行い、次の栽培に備えます。こうして私達は、毎年冬から春にかけておいしいイチゴが食べられるというワケです。

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1年目										親株の植		
2年目						苗採り	育苗	植付				収穫
3年目	収穫											

ところで、イチゴの栽培は、これまでビニルハウスの中に畦を作って植え付ける土耕栽培が主に行われてきましたが、これだと腰を曲げたままの姿勢で収穫などの作業を行わな

ければならないため、農家の人たちにとって非常にきつい仕事となっていました。しかし、近年ではベンチの上に栽培床を作って植え付ける高設栽培が普及してきており、立って腰を伸ばしたままの姿勢で作業を行うことができるようになってきました。



イチゴの土耕栽培

イチゴの高設栽培

7. イチゴの栄養

イチゴはビタミンCが豊富なことで有名ですが、その他にも以下に示すように様々な栄養素を含んでいます。

●ビタミンC

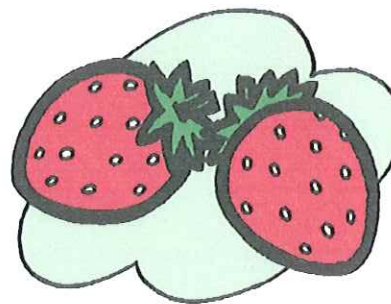
人間の体内では合成されないビタミンCは、毎日補給しなければならない栄養素のひとつです。イチゴ5粒で1日に必要なビタミンCを補給できるとされていますが、たばこを吸うと体内のビタミンCが破壊されますので、愛煙家は毎日たっぷりとイチゴを食べることをおすすめします。ビタミンCの主な働きは、美肌効果、疲労回復、免疫機能の向上等様々です。

●アントシアニン

果実の赤い色素がアントシアニンで、抗酸化物質として知られるポリフェノールの一種です。紫外線や化学物質による目の細胞のDNA（デオキシリボ核酸）の損傷を防ぐ働きや、活性酸素による目の組織の酸化ダメージを改善する働きがあります。また視力や視点調節機能を改善したり、生理不順を改善する作用も報告されています。

●食物繊維

イチゴは食物繊維も豊富で、水溶性の食物繊維（ペクチン）のほか、不溶性の食物繊維も含まれていて、100g中には総量 14.0g 含まれています。食物繊維には便秘や下痢を防ぐ整腸作用があり、老廃物の排出を高めコレステロール値を下げるはたらきがあります。そのほかにも、心疾患や大腸がんのリスクを抑制するとも言われています。ヨーグルトと一緒に摂れば、さらに効果的です。



●カリウム

イチゴ 100 g には 170mg のカリウムが含まれています。カリウムは、体内に蓄積され

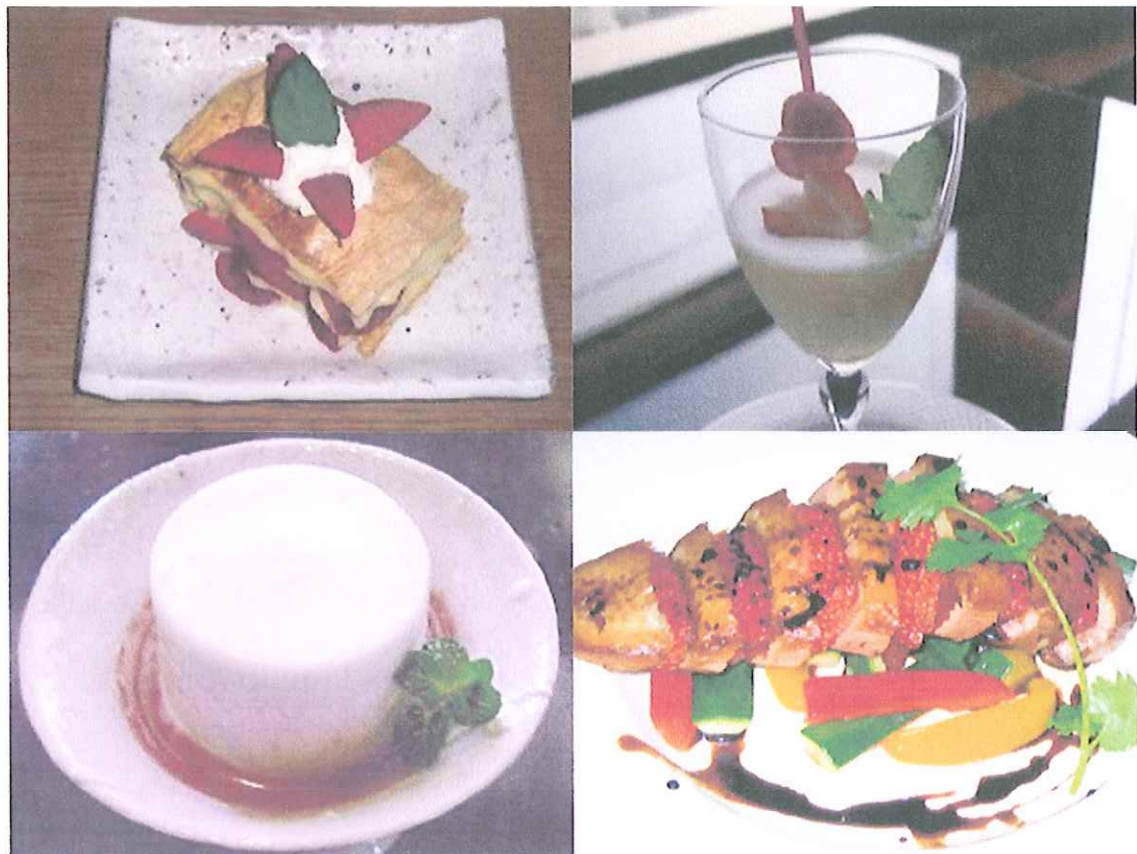
たナトリウム（塩分）の排泄を促し、高血圧を予防することから、高血圧治療において重視されているミネラルのひとつです。イチゴ以外では、バナナ、オレンジ、ジャガイモなどに含まれています。

●クエン酸

イチゴの酸味にはクエン酸やリンゴ酸が含まれています。これらは体内の疲労物質の分解を促進し、疲れを早く取る効果があります。もちろん、ビタミンCとの相乗効果も期待できます。

7. イチゴの料理

ケーキには欠かせないイチゴですが、その他にもムースやゼリー、クッキー等、様々なスイーツに利用されます。また、ミルクやヨーグルトとの相性も良く、飲み物やカクテルにも利用されます。さらに、フランス料理やイタリア料理では、イチゴを加えたソースもあります。



（左上：ケーキ、右上：ドリンク、左下：ムース、右下：鴨肉の料理）

8. イチゴの雑学

●イチゴの野生種

イチゴの野生種の歴史は古く、すでに石器時代には採取され食べられていたようです。これを裏付ける証拠として、ヨーロッパの遺跡からイチゴの種子が出土しています。また果実以外にも茎葉や根が薬用として利用されていたという古い記録も残されています。

●名前の由来

その昔、野生の木いちごを「魚（いお）の血のある子のごとし」と言っていたのだとか。そのため、魚の [い]、血の [ち]、子のごとしの [こ]、をとって「いちご」と呼ぶようになったといわれています。別の呼び名で「いちび」というものもあります。また、「莓」という文字は「乳首のような実がなる」という意味から生まれたようです。

なお、イチゴの属名の「Fragaria」（フラガリア）は、ラテン語で「香る」という意味。これはイチゴ独特の甘く良い香りが由来といわれており、この言葉が英語の Fragrance（フレグランス：香気、芳香）や Flavors（フレーバー：香味）につながっているとされています。

●英名の由来

イチゴは英語名で Strawberry（ストロベリー）といいます。この語源には、苗の周りに Straw（麦わら）を敷いて栽培していたことに由来するという説や、わらのように水を吸うところから名付けられたという説、「散らかす、一面を覆う」を意味する strew（straw の古語）に由来するという説などがあります。

●イチゴの仲間

イチゴと同じように名前に「ベリー」が付く果物がたくさんあります。このうち、ラズベリー（ヨーロッパ木莓）、ブラックベリー、デューベリーはイチゴと同じくバラ科の植物です。しかし、ブルーベリーやクランベリーは、同じ「ベリー」でももツツジ科のコケモモ属の植物で、コケモモ（苔桃）の仲間になります。

●イチゴの果実

植物学上、イチゴの本当の果実は、表面に分布しているタネと呼ばれている部分で、私たちが食べている部分は花托が発達したものです。受精すると花托の肥大が始まりますが、一部受精していない雌しべがあるとその部位の肥大が弱く、奇形の果実になってしまいます。そこで、形の整った果実をつくるため全ての雌しべが受粉するよう、ビニールハウス内にミツバチを放して受粉の作業を行わせています。



たわわに実った「さがほのか」

●アメリカのイチゴ生産

世界でイチゴ生産量のトップを誇るのはアメリカです。アメリカでは露地栽培が主流ですが、日本向けの輸出用のものはハウス栽培されているようです。日本は、イチゴの少ない 6 月から 11 月を中心に海外からイチゴを輸入しています。その量は国内生産量からするとごくわずかで、アメリカから年間約 4 千トンほどを輸入しています。

資料作成：佐賀県農業試験研究センターバイオテクノロジー部野菜育種研究担当（中島）
参考文献：植物遺伝資源集成、松尾孝嶺監修、講談社。