

# よこはま こども植物園だより

No.166 (秋号)

〒232-0066 横浜市南区六ツ川 3-122  
TEL 045-741-1015 FAX 045-742-7604  
開園 9:00-16:30 (第3月曜日は休園、祝日の場合は翌日)  
http://www.hama-midorinokyokai.or.jp/kodomo/

令和 3 年 10 月発行  
発行部数 23,000 部  
編集・発行  
(公財)横浜市緑の協会  
横浜市こども植物園

人の暮らし  
と植物

有用植物  
02

## 実りの秋『五穀豊穰』

～穀物を知ろう～

### ヒエ(稗)

野生の「イヌヒエ」が栽培化されたものといわれている。縄文時代から栽培されてきた。

イネ科 1 年草  
学名: *Echinochloa esculenta*  
【原産地】中国

### イネ(稲)

日本への渡来は、①縄文時代、②弥生時代のふたつの説がある。近年、稲作の始まった地域が今まで考えられていた長江流域よりさらに南であることが分かった。

イネ科 多年草  
学名: *Oryza sativa*  
【原産地】中国

### アワ(粟)

道ばたでよく見かけるエノコログサが原種といわれている。縄文時代には栽培されていた。ことわざの「濡れ手であわ」はこのアワ。

イネ科 多年草 学名: *Setaria italica* 【原産地】中国

### キビ(黍)

ご存じ「きびだんご」の原料。イネよりも後に日本へ伝わったと考えられている。

イネ科 1 年草  
学名: *Panicum miliaceum*  
【原産地】ヒマラヤ、インド、ミャンマーなど

### ムギ(麦) (オオムギ/コムギ)

■オオムギ  
世界で最も古くから栽培されている作物。日本には縄文時代に伝わったと考えられている。

イネ科 1 年草 学名: *Hordeum vulgare*  
【原産地】パレスチナ

■コムギ (パンコムギ)  
オオムギと同じく縄文時代には伝わっていたと考えられている。

イネ科 1 年草 学名: *Triticum aestivum*  
【原産地】西アジア

### 穀物とは?

でんぷん質を主体とする種子を、人間が主食とする作物。

### ポイント

この五つの植物は共通の仲間だよ。

アワ、ヒエ、キビは現代の日本では、主食ではありませんが、栄養価の高さから、雑穀米として見直されています。

※時代や場所によって種類がちがう場合があります。

「五穀豊穰」とは、私たちが主食にする穀物が豊作であること、またはその事を神に祈願する言葉です。作物が豊作であることは、今も昔も私たちが生きていく上で重要であることに変わりありません。

現代の私たちの主食は米や小麦ですが、米が日本へ伝わる前から、日本人はアワやヒエなどの穀物を食べ、命をつないできました。日本最古の歴史書「古事記」や「日本書紀」には大地の女神が産んだ「五穀誕生の物語」が書かれており、これらの穀物がいかに大切であったかがうかがい知れます。

今回は私たちの生活に深くかかわっている穀物の原料となる植物について紹介します。

ほかにもある!

### 五穀の一つとされる穀物

### ダイズ(大豆)

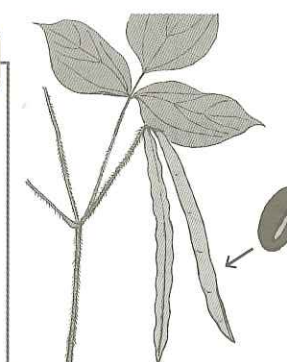
日本にも生える「ツルマメ」を栽培化したものと考えられている。縄文、弥生時代に中国から渡来。

マメ科 1 年草  
学名: *Glycine max*  
【原産地】東アジア

### アズキ(小豆)

野生の「ヤブツルアズキ」を栽培化したものと考えられている。

マメ科 1 年草  
学名: *Vigna angularis*  
【原産地】中国、日本など



アズキ豆はサヤの中に入っている

穀物のうちイネ科の穀物を「禾穀類」、マメ科の穀物を「菽穀類」といいます。

ツルマメやヤブツルアズキは横浜市内にも生えています。調べてさがしてみよう。



# 日本人なら知っておくべし！ イネあれこれ

## 私たちが食べているこめはどのイネから？

こめの原料イネは大陸から渡ってきた植物です。イネは大きく次の2つの系統に分かれます。

### ■ ジャポニカ (日本型)

果実の特徴：短粒～中粒が多い。寒さに強く温帯での栽培に向いています。さらに次の2つに分かれます。

1. 温帯型 …よく管理された水田で栽培されます。私たち日本人が食べるこめは、このタイプです。

### 2. 熱帯型 (ジャワニカ)

…熱帯の焼畑地帯や島しょ部（大小さまざまな島がある地域）の段々畑などで見られます。温帯型より大型で高さも2mになることがあります。

※日本でも水田ではなく山の傾斜地の畑で栽培され、そのようなイネを「陸稲（おかぼ、または、りくとう）」といいます。



●ジャポニカ●

### ■ インディカ (インド型)

果実の特徴：長粒が多い。熱帯の低地のさまざまな環境下に広く分布。湿度と気温が高いところ、雨季と乾季がある気候での栽培にむいています。ジャポニカより粘りが少なく、炊くとパラパラしています。じつは、世界で生産されるイネの80%はこのインディカです。



●インディカ●

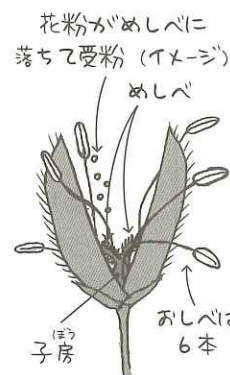
## 意外！イネは多年草

日本では、イネは冬の低温で枯れてしましますが、本来は多年性です。稲刈りの後には「ひつち」とよばれる芽が出て再生します。これは多年性であるためです。



## イネは虫に頼らない

イネの花は「風媒花」といって、風によって花粉が運ばれ受粉します。イネの花には、虫たちを呼ぶ蜜や香りはありません。でも、栽培されるほとんどのイネは、花粉がこぼれてすぐに自家受粉（自分の花粉で受粉すること）します。また、イネの花には花弁はありません。

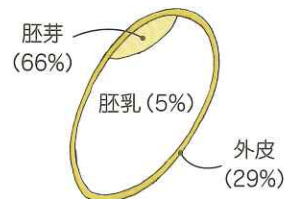


●イネの花●

## 玄米のパワー・こめの栄養

ビタミン、ミネラル、食物繊維は、①外皮（ぬか）、②胚芽に90%以上も含まれます。米を真っ白に精米すると、外皮と胚芽が無くなってしまいうため、栄養も減ってしまうことになります。玄米が体に良いといわれるのはそのためです。

玄米の栄養（白米は胚乳だけ）



## モロコシ (タカキビ)

イネ科  
トウモロコシやキビとはまったくちがう植物。見た目はヒエにそっくり。  
アフリカでは重要な主食。  
原産地：熱帯アフリカ



## エンバク (オートムギ)

イネ科  
カラスムギを栽培化したもの。北欧やヨーロッパでの消費が多い。  
原産地：イラン、イラク



## フォニオ

イネ科  
西アフリカで食べられてきた。  
過酷な土地でも育つため近年注目されている。  
原産地：西アフリカ



## ライムギ

イネ科  
ヨーロッパ、ロシアで利用されてきた。  
原産地：トルコ



## 世界の穀物

イネ科以外で穀物として扱われる作物を疑似穀物といいます。

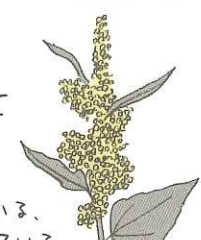
## ソバ (疑似穀物)

タデ科  
中国、チベット原産  
日本以外でも東欧やロシアなどでも利用される。



## キヌア (疑似穀物)

アサザ科  
ハウレンソウと同じ仲間。  
栄養価が高くスーパーフードとして注目されている。  
原産地：南アメリカ（太平洋側）



## こんなイネも!!

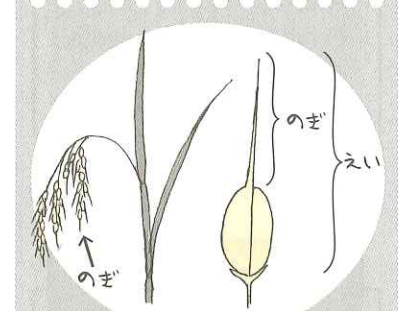


## 最長のイネ「浮きイネ」

東南アジア、特に雨季に水深4~5mにもなる地域で栽培されるイネ。ふつうイネは全部が水に沈んでしまうと腐ってしまいますが、浮きイネは短い時間で茎を伸ばして、水面に葉を茂らすことができます！すごい能力ですね。

## カラフルなイネ

近頃、田んぼをキャンパスに見立てて絵を描く田んぼアート。使われているのは、異なる葉の色をしたイネの品種。穂が赤や紫に色づく品種もあってドライフラワーに利用されます。これらのイネは赤米や黒米といった古代米から改良されました。



ムギ類のように長い「のぎ」があるイネもあります。のぎ…イネ科植物の「えい」の先端にある針状の突起。

## 横浜市こども植物園

## 秋のイベント

新型コロナウイルスの影響等でスケジュールは変わることがあります。ホームページ等でご確認をお願いいたします。

## こめ展

期間：12月4日(土)~1月16日(日)  
内容：こめとは何か？こめにまつわるパネルやイネの標本を展示  
会場：展示研修館 1F 展示室

## 木の実のクリスマス飾り

日時：12月5日(日) 10:00~12:00  
費用：1組 1,000円  
対象：小学生とその保護者  
締切：11月21日(日) 定員7組

横浜みどりアップ計画

## 申込方法

【講座名】【開催日】【保護者氏名】【お子様氏名・学年】【ご住所】【電話番号】を明記の上、ハガキ、Fax、ホームページ、窓口のいずれかでお申し込みください。締切日必着。  
応募多数の場合は抽選します。結果は当選者と補欠の方に開催日の10日前を目安にお知らせします。  
〒232-0066 横浜市中区六ツ川3-122 横浜市こども植物園  
<http://www.hama-midorinokyokai.or.jp/kodomo/>  
お問い合わせ TEL 045-741-1015 FAX 045-742-7604