

「にんじんのルーツ」

「菊陽町の特産物は？」と聞かれたら、多くの人が「にんじん」と答えるでしょう。しかし、身近なものほど意外に知らないことも多いもの。まずは「にんじん」について紹介します。

原産地はアフガニスタン

にんじんはアフガニスタンで生まれ、そこから東西に分かれて世界に広まりました。西に向かってヨーロッパに伝わったものが西洋系、インドや中国を経て東方に伝わったものが東洋系と分けられています。

東洋系のにんじんは、江戸時代初期に中国から日本に伝えられました。東洋系は甘みが強く、煮ても形が崩れにくいため和風料理に重宝されています。しかし、栽培が難しいことから、現在では西洋系が主流となっています。

その西洋系のにんじんは、オランダやフランスで改良が進み、江戸時代後期に長崎に伝わったといわれています。西洋系のにんじんは、カロテンを多く含んでいるため主に

オレンジ色をしており、甘みも豊富です。五寸にんじん（15センチ〜20センチ）が一般的な品種で、東洋系に比べ太く根の先が丸くつまっているところが特徴です。

ずば抜けて多いカロテン

にんじんはカロテンを豊富に含んだ緑黄色野菜の王様です。カロテンの呼び方は「キャロット」に由来します。ここから分かるように、にんじんはカロテン量がずば抜けて多い野菜です。にんじんは特にβカロテンが豊富です。βカロテンは、抗酸化作用を発揮して活性酸素による害を防ぐだけでなく、体内で必要な量だけビタミンAに変わり、皮膚や粘膜を健康に保ちます。その他にも、ビタミンB・C、カリウムや鉄分も多く、栄養価値が高い野菜なの

です。

また、にんじんの葉にも栄養分が多く含まれています。葉には根の2倍以上のビタミンA、3倍以上のタンパク質、5倍以上のカルシウムなどが含まれています。店頭に出回っていることは少ないですが、手に入れたときは捨てずに食べた

「菊陽にんじん」の誕生

菊陽町の農家戸数は545戸（2010年世界農林業センサス）。にんじん生産農家も多く、その産出額は県内はもともと九州でもトップクラスです。

町でにんじんの生産が始まったのは昭和40年代後半から。当時は「減反政策」によ

り、米の作付面積を減らす必要がありました。町は大規模に行える露地野菜の栽培を勧めることになり、そこでにんじんが選ばれました。最初のにんじん栽培は上津久礼区辺りから始まったといわれています。

菊陽町は、にんじん栽培に適した火山灰土壌「黒ボク土」が一带に広がっています。「黒ボク土」は透水性・通気性に優れ、にんじんの色を鮮やかにする効果があります。恵まれた環境の中で、にんじんは菊陽を代表する作物になりました。

国の野菜指定産地

このような条件が重なり、にんじんを作る農家が増えて

きました。しかし、にんじんは天候に影響されやすい作物です。その年の天候によって豊作になったり不作になったりします。作付面積の増減や輸入の影響もあり、価格の変動も大きくなります。

しかし、野菜指定産地を受けると、主要な野菜の価格が低下したときに、国が下落分を保証してくれます。この制度を活用することによって、農家は安心して農業に打ち込むことができます。

菊陽産の「冬にんじん」は昭和53年に国の野菜指定産地を受け、平成10年には「春夏にんじん」が野菜指定産地を受けました。今日もにんじんは、菊陽町で多く栽培されています。

INTERVIEW



山川 登さん (道明)
加奈子さん

良いにんじんは 土づくりから

もともとは、たばこ農家でしたが、約20年ほど前からにんじんを作るようになりました。「にんじんは精密機械」といわれるほど、栽培が大変な野菜です。そのため、長さ、成長、収穫時期を考え、種を変えながら栽培しています。例えば、11月植えの秋にんじんは、寒さで根が短くなります。そこで、7寸（約21センチ）と長めのペーターという品種を植え、5寸（約15センチ）の長さのにんじんができるように調整したり、梅雨の時期には病気に強い向陽という品種に変えたりして栽培しています。

できる限り見た目もきれいで味の良いものを出荷したいので、土にはこだわりを持っています。化成肥料だけに頼らず、緑肥を植えて耕したり、ぼかし肥料を使って栽培したりして、土がふわふわになるように工夫しています。そうすることで、ますますきれいなにんじんになりやすいのです。

これからも、やれることはいろいろ挑戦してみたいと思っています。

特集

おいしい にんじん

菊陽町が全国に誇る特産物「にんじん」。

「にんじん」がなぜ菊陽町で生産されるようになったのかを知っていますか。

今回は、私たちになじみの深い「にんじん」を知ってみましょう。



にんじんを食べてくる

にんじんを作る人がいて、私たちはそれを食べることができています。親子代々でにんじん作りを営む高野さん(上津久礼)に、にんじんを作り続ける理由を教えてくださいました。

私が子どもの頃、たしか昭和30年頃にはにんじんを作っていたと思いますね。当時は米や麦を作る農家が多く、にんじんを植える人はいませんでした。植えてもなかなか成長しないからでしょう。そんな中、私の父はにんじんを作り始めました。町内でも最初の方だと聞いたことがあります。

その頃のにんじん栽培は今のよう便利な機械もなく、



高野 隆教さん (上津久礼)
清美さん

除草剤もなく、ほとんど手作業でも大変でした。でも、良いにんじんができたときは喜びがこみ上げてきます。

今は息子夫婦と4人で農業をしています。息子が農業を継いでから、面積も収穫量も増やしました。仕事の幅は広がりましたが楽になりましたね。

これからは、できる限り息子たちの手伝いをしていきたいと思っています。

これからは、できる限り
息子たちの手伝いをしていきたいです

にんじんを食べてくる

1本のにんじんでも、工夫次第でさまざまな料理が生まれます。栄養たっぷりの菊陽のにんじんで、ご家庭でもアイデア料理を作ってみませんか。

調理・保存のコツ

にんじんをさらにおいしく食べるためには、選び方にもコツがあります。▼色が濃く鮮やかなもの▼表面はツルンとしてハリがあり滑らかでひげ根が少ないもの▼形は太めで先端が丸く詰まっているもの一などです。

調理するときは、にんじんに豊富なカロテンを上手に摂取するようにしましょう。カロテンは油に溶ける脂溶性ビタミンで、油と一緒にすることでビタミンAとしても吸収率がより高くなります。また、皮に近いほうが栄養が豊富なので、皮は薄めにむき、残った皮はきんぴらやかき揚げなどに利用して、余すことなく食べられます。

保存するときは、夏場は水分を取り除いてからポリ袋に入れて冷蔵庫で保存し、冬場

はポリ袋で乾燥を防げば、常温で1〜2週間の保存が可能です。

アイデア満載のレシピ

今年も11月12日に開催される「すぎなみフェスタ」は、秋の一大イベントとして、毎年多くの皆さんに親しまれています。

昨年このイベントで、皆さんからいろんなアイデアのレシピが集まりました。どれも家庭で簡単に作ることができ、また、栄養価も高く、しかも家族での食事がよりいっそう楽しめるような料理ばかりです。料理の展示コーナーでは、多くの人が足を止め、レシピを持ち帰る姿も見られました。

今年も募集したにんじんレシピやにんじん料理を展示してあります。家族みんなでぜひご覧ください。

にんじんはこんな料理にして食べてもおいしいんです！

昨年のすぎなみフェスタで応募のあったレシピの一部を紹介します。ご家庭で試してみませんか？

Recipe

うまうま♥ニンジンのたらこ炒め



■材料(2人分)
にんじん…1本
たらこ(料理用)か明太子…2分の1腹
※中身を出しておく。
しょうゆ…少々
ごま油…少々

■作り方
①ごま油をフライパンで熱する
②千切りにしたにんじんをしんなりするまでいためる
③たらこ(明太子)を加えて、たらこの色が変わったら、最後にしょうゆをお好みで回し入れる

■所要時間 約10分

にんじんケーキ



■材料(4人分) 18号の型1個
薄力粉…170g/ベーキングパウダー…小さじ2/塩…小さじ2分の1/シナモン…小さじ1/砂糖…110g/にんじん…中1本(正味120g)/100%オレンジジュース…130cc/バター…40g/卵…1個/サラダ油…少々

■作り方
①オーブンを180℃にセットする。型の内側にサラダ油をぬる②ボウルに薄力粉とベーキングパウダーをふるい入れ、砂糖を3回に分けて加え混ぜる③②にすりおろしたにんじんを加え、ゴムベラで切るように混ぜる。溶かしバター、割りほぐした卵、オレンジジュースを加え、さっくり混ぜる④型に流し入れ、180℃のオーブンで30分焼く

■所要時間 約60分

子どもと一緒に、手を掛けてやれば立派に育つんですよ

18歳の時から農業の手伝いを始めました。長男なので跡取りをしないといけないという気持ちは昔から持っていました。子どもの頃は、畑に行って祖父と父の働く姿をずっと見ていた記憶があります。

わが家では、色が濃く甘みのあるベーター系を主に栽培しています。春ににんじんは関東地方でも販売されていて、「こんなにおいしいにんじんを食べたことがない」と電話がかかってきたこともありました。そんな時に、やりがいを感じます。

農業は天候に左右される大変な仕事ですが、自分で苦労して育てたにんじんが立派にできるととてもうれしいです。にんじんも子どもと一緒に

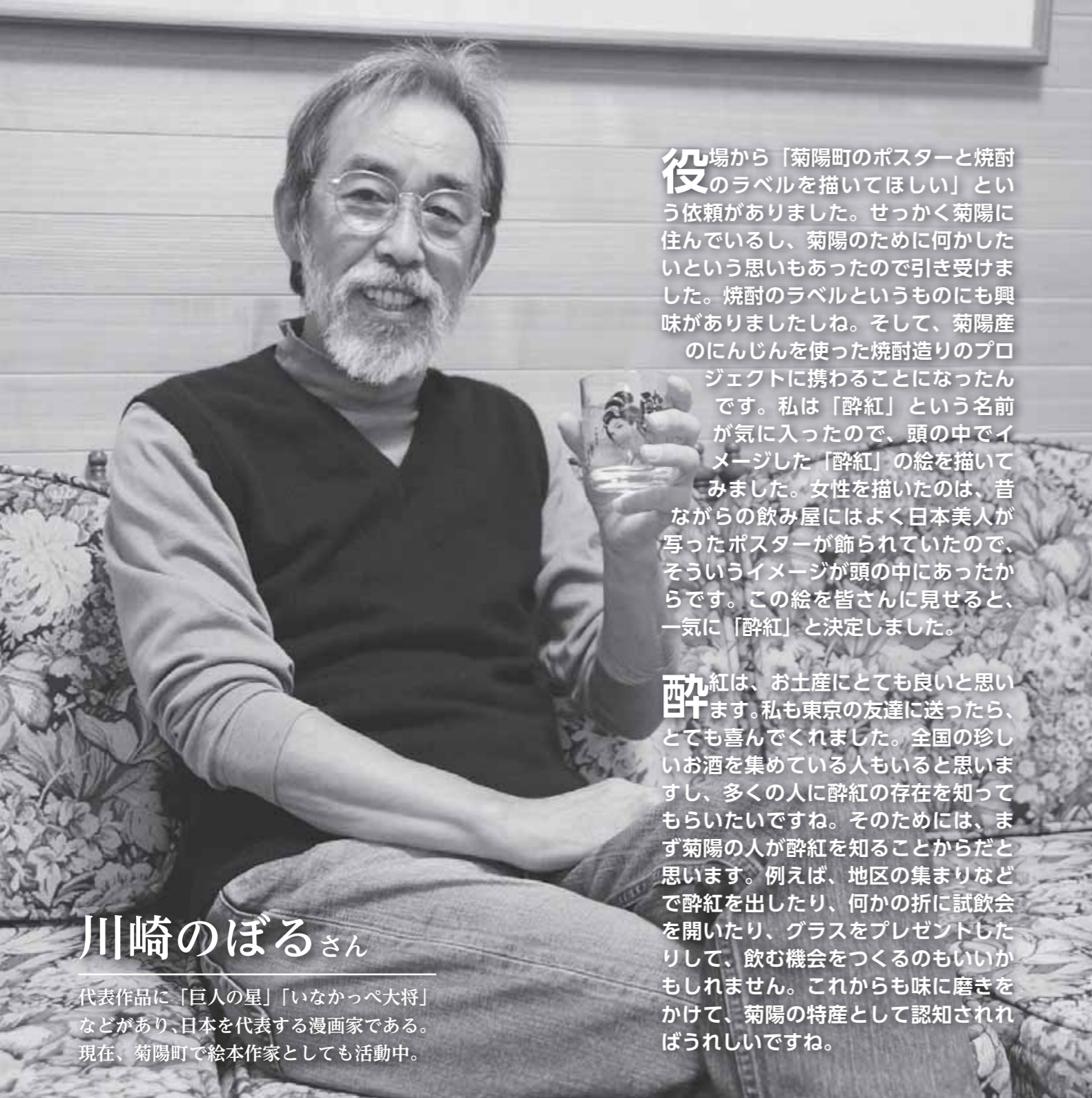
で、手を掛けて育ててやればちゃんと立派に育つんですよ。それが、面白いところでもあります。

そうやってできたにんじんを、わが家ではよく天ぷらにして食べます。子どもたちはこれが大好きで、ペロリとたいらげてしまいます。にんじんジュースにしても甘みがあつておいしいです。

これからは、今まで以上においしいにんじんをつくっていきたくと思っています。農家は家族を支える大事な仕事ですから、体が動ける間はずっと続けていきたいです。子どもには農業を継ぐことを強制はしませんが、もし将来、後を継いでくれることになったときは、基礎をバシバシ教えてやりますよ。



高野 裕樹さん (上津久礼)
文さん、由奈ちゃん



役場から「菊陽町のポスターと焼酎のラベルを描いてほしい」という依頼がありました。せっかく菊陽に住んでいるし、菊陽のために何かしたいという思いもあったので引き受けました。焼酎のラベルというものにも興味がありましたしね。そして、菊陽産のにんじんを使った焼酎造りのプロジェクトに携わることになったんです。私は「酔紅」という名前が気に入ったので、頭の中でイメージした「酔紅」の絵を描いてみました。女性を描いたのは、昔ながらの飲み屋にはよく日本美人が写ったポスターが飾られていたので、そういうイメージが頭の中にあっただけです。この絵を皆さんに見せると、一気に「酔紅」と決定しました。

酔紅は、お土産にととても良いと思います。私も東京の友達に送ったら、とても喜んでくれました。全国の珍しいお酒を集めている人もいますし、多くの人に酔紅の存在を知ってもらいたいですね。そのためには、まず菊陽の人が酔紅を知ることからだと思います。例えば、地区の集まりなどで酔紅を出したり、何かの折に試飲会を開いたり、グラスをプレゼントしたりして、飲む機会をつくるのもいいかもしれません。これからも味に磨きをかけて、菊陽の特産として認知されたいですね。

川崎のぼるさん

代表作品に「巨人の星」「いなかっぺ大将」などがあり、日本を代表する漫画家である。現在、菊陽町で絵本作家としても活動中。

にんじん焼酎開発



「菊陽特産のにんじんを使った酒造りができないだろうか」この一言がきっかけで、にんじん焼酎「酔紅」は生まれました。菊陽町のメッセンジャーとして――

県内初のにんじん焼酎に挑戦

菊陽町は農産物の育成に適した自然環境を有しており、特に、にんじんの一大産地です。その産出額は、県内で1位、九州でもトップクラスに入るほど、菊陽を代表する作物となっています。

しかし、特産のにんじんを使って「菊陽町」を押し出していけるようなブランド、お土産になるような商品は多くはありませんでした。そんな中、「菊陽特産のにんじんを使った酒造りができないだろうか」という話が出てきました。実際に他県では、トマト焼酎

やピーマン焼酎など、その地方の特産物で作られた焼酎が販売されています。そこで、菊陽町、商工会、農協など多くの人々が連携して、にんじん焼酎の開発に力を入れることになりました。開発の実行組織を「菊陽町商工会にんじん焼酎部会」とし、町内で酒屋を営む宇野功一さんを部会長として、焼酎造りがスタートしました。

原料全てが「菊陽産」

にんじん焼酎を造るにあたり、その名前を募集しました。約150通もの応募があり、その中から「酔紅」が選ばれました。そ

酔紅は「メッセンジャー」

菊陽町でしか手に入れることができないにんじん焼酎「酔紅」は、お土産にするにはもってこいの商品です。宇野部会長は、「酔紅」を飲めば、原料を作ってくれる農家の皆さん、町内で販売する酒屋、そして地域に笑顔が広がると思います。酔紅はいわばメッセンジャーのような存在。まず町の皆さんに愛飲してもらい、たくさんの人にお土産として送ってほしいですね。そして、菊陽といった「酔紅と言ってもらえればありがたいです」と酔紅の未来に期待を膨らませます。

して、ボトルのラベルには町在住の川崎のぼるさんに「酔紅」をイメージした絵を描いてもらいました。この絵によって、とても印象に残るボトルになりました。焼酎造りは、球磨焼酎の蔵元である深野酒造(人吉市)に依頼しています。これまでは、菊陽産の米、芋、にんじんをベースにしていますが、平成23年度はさらに飲みやすさを追求し、米とにんじんをベースにしたものを販売しています。ネーミング、ラベル、原料全てが菊陽産。この焼酎には、菊陽の誇りが全て詰まっています。

よいべに
「菊陽と言ったら『酔紅』
といわれるように
みんなに愛される焼酎になってほしい

菊陽町にんじん焼酎部会長
宇野 功一さん



にんじんの無限の力

にんじんは、何でもできる食材です。たった1本で、主役にも脇役にもなることができ、工夫次第でその可能性は無限に広がります。例えば、町のキャラクターの「キャラポップ」は、にんじんをもとに生み出されています。町のお店では、にんじんを原料としたケーキやジャムなどを作っています。にんじんは今や、町に欠かせない存在になっています。

そのにんじんを使った特産品「酔紅」が誕生しました。企画に携わった宇野功一部会長と川崎のぼるさんは「菊陽の人たちに『酔紅』を知ってもらいたい」と話します。2人の思いは同じでした。町の人に知ってもらうことが「酔紅」をさらに広めていくことを知っているのです。

「人参」は「人が参画する」と書きます。にんじんはまさに、まちづくりを象徴するような言葉です。根菜であるにんじんは、菊陽という大地に根付いて生きています。それは、私たちも同じです。菊陽の大地でつながっている私たちは、にんじんのような無限の力を持っています。その力で「酔紅」とともにこのまちで新しい風を起こしていきたいと思います。

特集 ねごと ねごと 終