

2 トピック ー ごぼうの需給動向について ー

今回は秋から冬にかけて収穫が多いごぼうを紹介する。

原産地と日本への渡来

ごぼうの原産地はユーラシア大陸北部、ヨーロッパ、中国といわれ、平安時代に中国から朝鮮半島経由で薬草として日本に渡ったといわれている。日本でも当初は主として薬用に使われていたようだが、平安中期には、宮廷の献立にごぼうの記述があるので、この頃から野菜として食べられていたようである。なお、ごぼうを食べる文化を持っているのは日本ぐらいである。

主な種類と特徴

ごぼうは根が細くて長い種類と短い種類に分けられるが、一般の家庭で利用されるのは根が細くて長い“滝野川ごぼう”である。このほか、もっぱら葉を食べるための葉ごぼうに用いられる“白茎ごぼう”と呼ばれるものがある。長い間野菜として栽培し、日常的に食用にしているのは、世界でも日本ぐらいであったが、日本向けのごぼうを生産している中国や台湾でも、健康に良いということで食用にされることになった。現在もっとも一般的な品種である滝野川ごぼうは、長さ1mにもなる一方、太さは3cm程度である。江戸初期から滝野川（現 東京都北区）付近で栽培されたのが名前の由来である。京料理で使われる“堀川ごぼう”はこのごぼうを越冬させ太くしたものである。

生産状況等

「野菜生産出荷統計」によると平成21年に9300ヘクタールであったものの、平成27～28年は8000ヘクタールと減少傾向にある。出荷量は平成21年に14万6000トンとなったが平成28年は11万8000トンと減少した（図1）。平成28年の産地別出荷量では、最も多いのが青森県の4万5900トンで、全国の39%を占めている。2番目が茨城県の1万3300トン（同11%）、3番目が北海道の1万1400トン（同10%）と続く（図2）。東京都中央卸売市場における平成28年の入荷量は秋から冬にかけて多くなり、12月が1115トンと最も多くなっている（図3）。「日本貿易統計」によると、直近10年間で生鮮及び冷凍等合わせて、5万トン前後で推移しており、生鮮が全体の80%以上を占めている（図4）。

栄養価と効用

中国では薬草として用いられてきたごぼうは、水分が少なく炭水化物が多い野菜で、その成分には多くの効能がある。野菜の中でも食物繊維の含有量はトップクラスで、便秘の解消、整腸、動脈硬化やガンの予防等の効果が期待できる。また、ごぼうに含まれる多糖類のイヌリンは腸内の糖分吸収を遅くし、血糖値の上昇を防ぐ働きがあり、糖尿病予防も期待できる。

図1 ごぼうの作付面積と出荷量

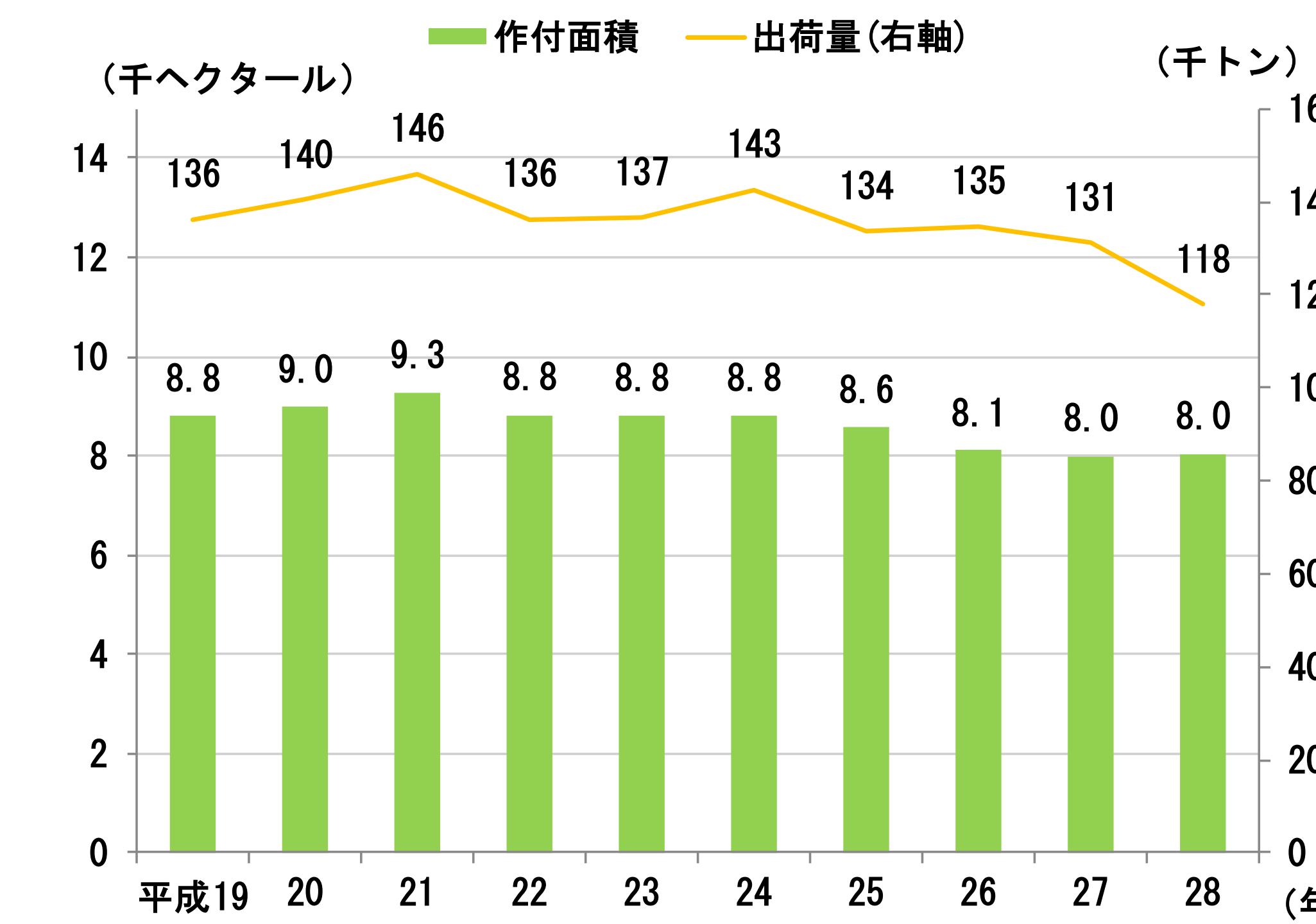


図2 ごぼうの産地別出荷量(平成28年)

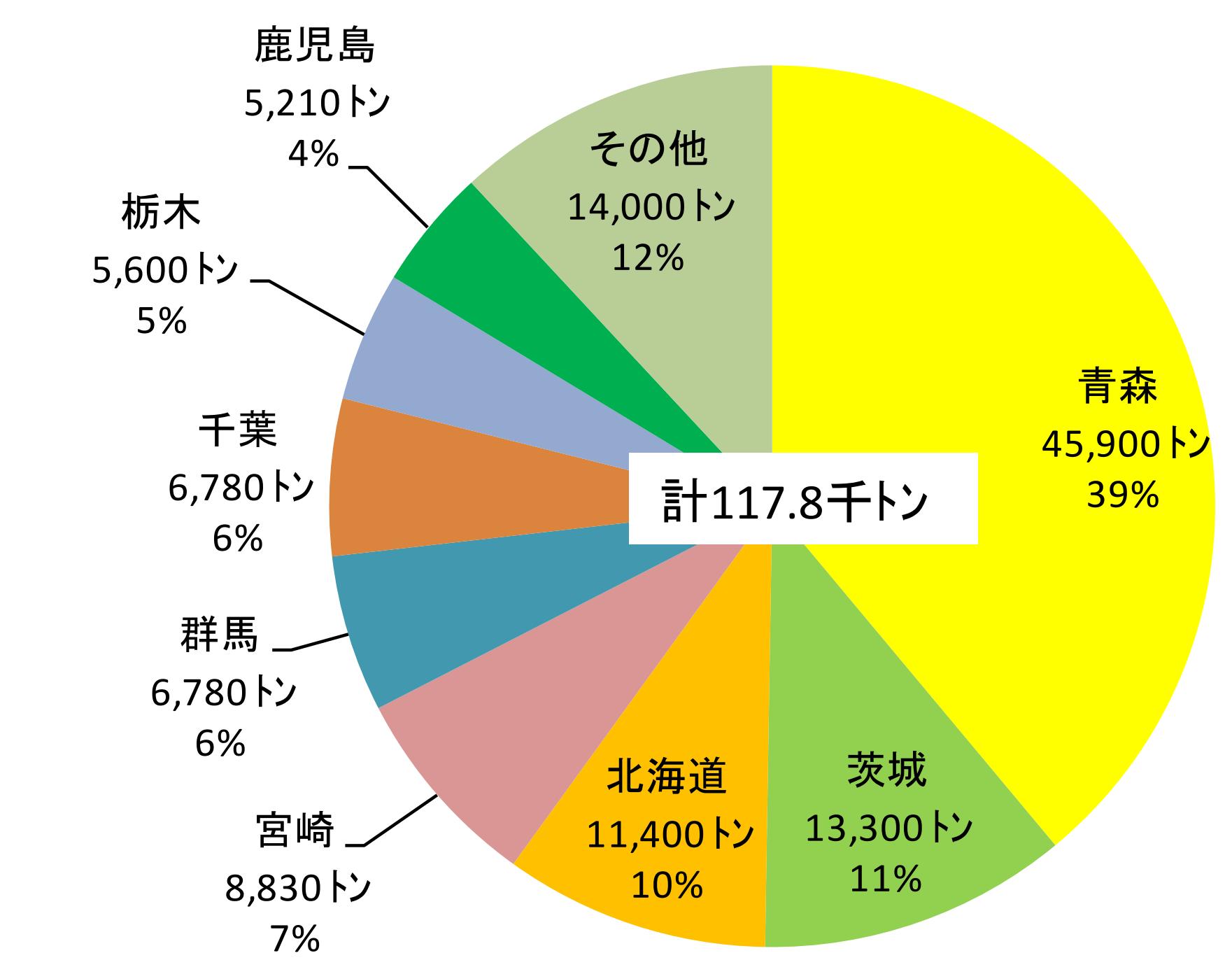


図4 ごぼうの輸入量

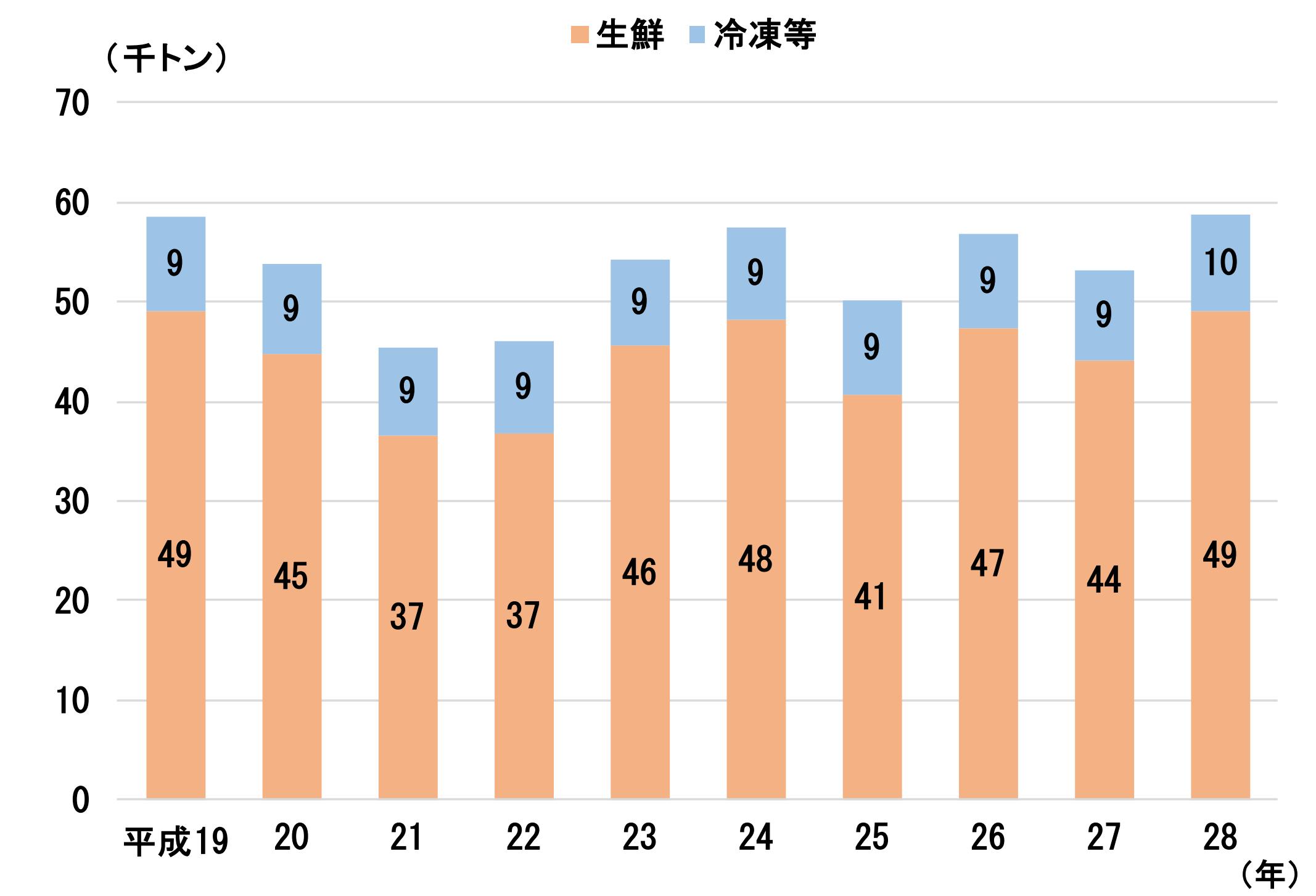
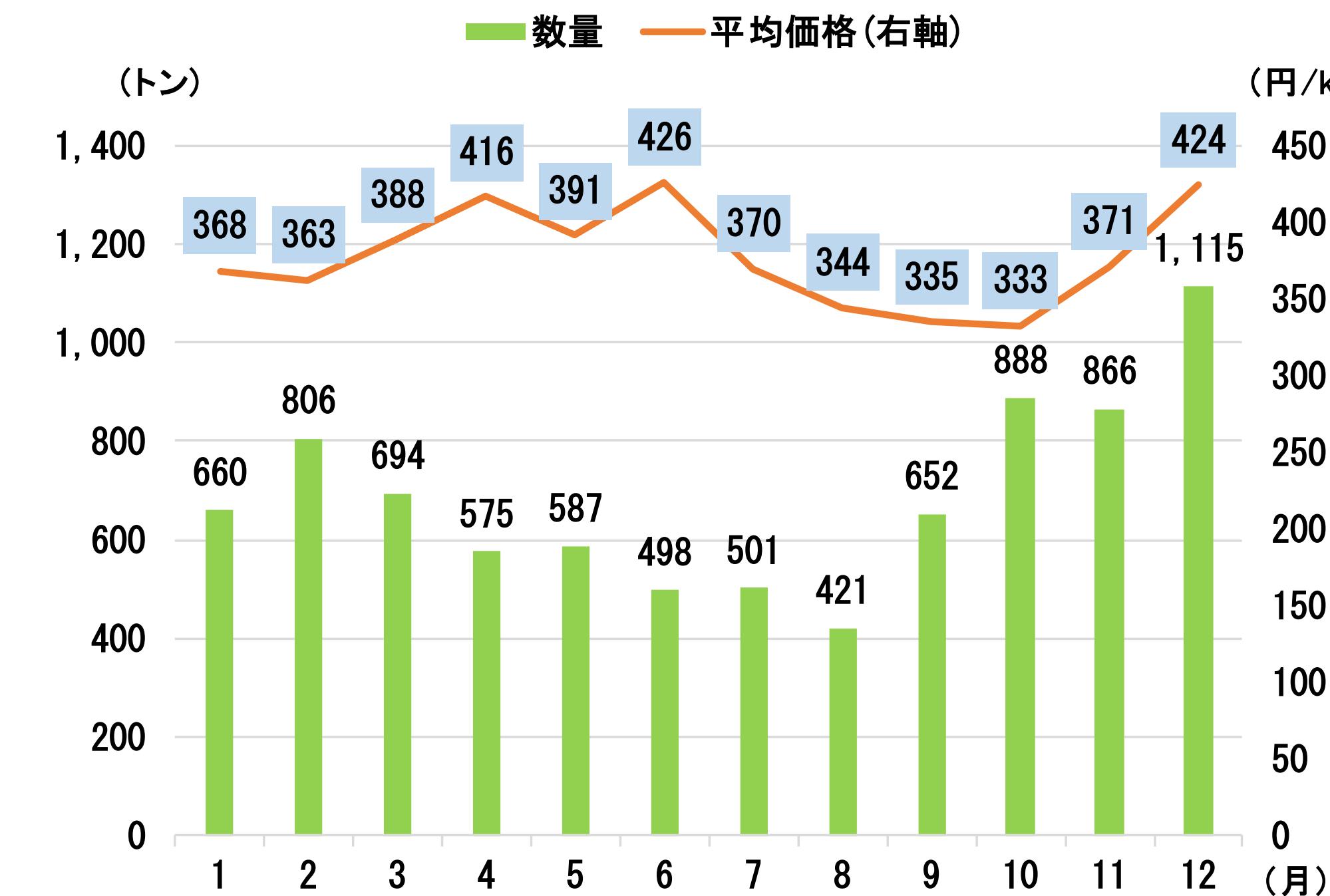


図3 ごぼうの東京都中央卸売市場月別入荷量(平成28年)



資料:農畜産業振興機構「ベジ探」（原資料:図1、図2 農林水産省「野菜生産出荷統計」 図3 東京都中央卸売市場「市場統計情報月報」 図4 財務省「日本貿易統計」）

●問い合わせ先 独立行政法人農畜産業振興機構 野菜需給部 需給業務課 安藤、松岡、植村 TEL03-3583-9448、FAX03-3583-9484 ご意見、ご要望をお寄せください。

◆「野菜の需給・価格動向レポート」は月2回公表しています。公表時にメルマガでお知らせしますので、ご希望の方は当機構のホームページのトップ画面、メールマガジンから登録してください。

★この「野菜の需給・価格動向レポート」は、http://vegetan.alic.go.jp/vegetable_report.html に掲載しています。

※無断転載禁ず・レポートに記載された情報をご利用になったことにより生じたいかなる損害に関して、当機構は一切の責任を負いません。