



## Aコープ鹿追

# ソバの新芽栽培普及へ

もぎたて市「**食べている会**」発足  
生産者部会

【鹿追】Aコープ鹿追店の「もぎたて市」生産者部会(伊東正男会長)は11日、ソバのsprout(新芽)の栽培法について勉強会を開き、「sprout食べている会」を発足させた。sproutの栽培に取り組んでいくほか、家庭で簡単に作れる栽培キットも販売していく。栽培法を研究している飯沼新吾さん(61)は「冬の間は野菜不足になりがち。要請があれば無料で講習会を開き、広めていきたい」と話している。(成田融)

sproutはカイワレ大根のような植物の新芽のこと。最近ではソバsproutにルチンやミネラルが豊富に含まれていることが分り、肥満や高血圧、糖尿病などに対する効果が期待されている。飯沼さんは、今年1月からソバsproutの栽培研究を重ね、6月からAコープ鹿追店で販売している。栽培方法はプラスチック製のトレーにおがくずと鹿沼土を入れ、その上にソバの種をまく。水分量を調整しながら日に当て育てると、8、9日後に食べごろになる。栽培する上で最も難しいのはカビの防除。上からシャワーで菌を洗い流して育てる方法が一般的だが、飯沼さんの栽培方法では水分量を調整するだけでカビの発生は防げるといふ。

「食べている会」は今後、sproutを栽培、販売する一方で、自分たちもsproutを食べ、健康への効果を立証していく。また、10回分のトレーとおがくず、鹿沼土、ソバの種子、マニユールが付いた栽培キットを1000円で販売する。講習会の依頼(無料、材料費のみ)、問い合わせは飯沼さん(0156・66・3573)へ。