

# キノコ 生態系を支える菌類

食欲の秋。秋を代表する食材といえば…「キノコ」です。特にシイタケに含まれるグアニル酸は、昆布・かつお節と並び、日本の三大うまみ成分のひとつといわれています。キノコは食材であり、自然の中で暮らす生物でもあります。今回はシイタケの原木栽培による小さな循環と、自然の中でのキノコの役割をみていきます。



**キノコランド**  
 度会郡大紀町崎1424-2  
 TEL 0598-74-1817  
 シイタケの直売のほか、通年シイタケ狩りが可能です。

「ほだ木」として使って土へ還し、その土の栄養分から、新たな「ほだ木」が生まれる。この小さな循環を守りたいんだ。

藤原 善一さん

平成19年「森の名手・名人」に認定



## シイタケの原木栽培

シイタケの原木栽培とは、クヌギやコナラなどにシイタケ菌を植えつけて栽培する方法です。

- **原木伐採・玉切り**  
 シイタケ栽培にはクヌギ、コナラなどが最適。樹木の水分が少なく、もとも栄養分を蓄えている晩秋に伐採し、約1mの長さに玉切り栽培に適した長さには伐ります。
- **植菌**  
 玉切りした原木に電動ドリルを使って、等間隔で穴をあけ、しいたけ菌を植え込みます。植菌した原木を「ほだ木」といいます。
- **仮伏せ**  
 植菌後、しいたけ菌の活着（発菌）と伸長を促します。乾燥を防ぎ、保温・保湿するため、ほだ木を寄せて仮伏せを行います。
- **本伏せ**  
 本格的に菌糸を均一にまん延させます。直射日光を避け、風通しのよい落葉樹の雑木林などの場所（ほだ場）へ移動させて伏せ込みます。
- **発生**  
 ほだ木に打刺激を与え、浸水します。シイタケ菌は刺激を与えることによって活発になり、シイタケが発生し始めます。
- **休養**  
 収穫が終わったら、次の発生に備えて林の下で約1ヶ月ほど休養させます。

