

シイタケの菌床栽培

シイタケの栽培方法には「原木栽培」と「菌床栽培」の2種類があります。

「菌床栽培」はおがくず（広葉樹の木くず）に米ぬかなど栄養剤を加えて固めたものにシイタケ菌を植菌して栽培する方法です。シイタケに限らず市場に流通しているキノコのほとんどが菌床栽培により生産されています。



▲「シイタケの菌床栽培」



▲「ハタケシメジの菌床栽培」
「ハタケシメジ」のように菌床栽培でしか栽培できないキノコがあります。

写真提供：西井孝文氏

「廃ほだ」の再利用

収穫を終えたほだ木（廃ほだ）は冬場、シイタケの発生室を加温するための燃料や、カブト虫などの昆虫の産卵木として再利用します。そして、残った灰はまた山へ還し、元気に木が育つ土壌の環境づくりに役立てています。

シイタケは木材につく腐生性のキノコ（次ページ参照）であるため、ほだ木は年10回の収穫の後、廃ほだとなります。山林を育てて、伐採し、栽培、収穫した後のほだ木の再利用と、土



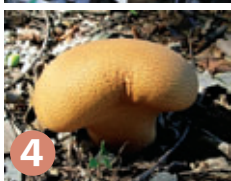
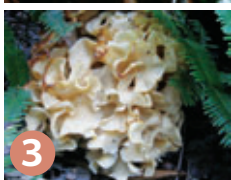
▲細い廃ほだは「くち木（カブトムシの産卵木）」として商品化しています。

への還元。藤原さんの原木栽培の取り組みには、できる範囲で資源を自給し、無駄にせず、有効に使いきるといふ生産の流れを見ることができます。そして、そこには小さな循環が成り立っていることがわかります。

森林で見かけたキノコたち

日本には約5千種類以上のキノコがあるといわれており、そのなかで名前がついているキノコは約2千種類です。私たちが普段知っているキノコは、そのなかのごく一部にすぎません。自然界には、様々な色や形をした野生のキノコたちが存在しています。

- 1 ベニイグチ／菌根性
- 2 シロオニタケ／菌根性
- 3 ハナビラタケ／腐生性
- 4 ノウタケ／腐生性
- 5 スッポンタケ／腐生性



キノコの俗説

たくさんの俗説がありますが、これらは全て正しくありません。

- × 縦に裂けるキノコは食べられる
- × 匂いが良ければ食べられる
- × 虫が食べているキノコは食べられる
- × 毒キノコは鮮やかで、食べられるキノコは地味である



森林などに自生するキノコを自己判断で採取し、食べることは、食中毒の可能性が高く、場合によっては、死亡することがあります。