

にんじん

中央アジア原産のセリ科ニンジン属の緑黄色野菜です。日本全国どこでも栽培できることから、市場には1年中出回っています。

品種と特徴

西洋種と東洋種の大きく2つに分けられます。西洋種の代表的なものは「五寸にんじん」、東洋種の代表的なものは「金時にんじん」です。西洋種は、東洋種と比べて、栽培期間が短く、短根で収穫しやすいことから、現在栽培されているにんじんは、ほぼ西洋種の「五寸にんじん」が主流となっています。

三重県では、五寸にんじん系統の、下記の3種が主に栽培されています。

品 種	向陽2号	アロマレッド	優 馬
特 徴	病気や暑さに強く、どの土でも育ちやすい。また、にんじん特有の臭みがなく、食べやすいことから、日本で最も多く作られている。	くろ は かれびょう 黒葉枯病や、 くされびょう しみ腐病といった病気に比較的強い。「苦味」や「青臭さ」が少なく、香りがよく、ほのかな甘さがあり食べやすい。	病気に強く、葉の耐寒性が極めて強い。また、肉質がかたく、 ちみつ 緻密なため、割れにくく、冬場の作業性がよい。
			
主な収穫時期	春～夏	夏～秋	秋～冬

栄 養

代表的な緑黄色野菜で、カロテンを豊富に含んでいます。カロテンの名は英語の「キャロット」に由来しています。体内でビタミンAに変換される、β-カロテンの量は緑黄色野菜の中でもずば抜けて多く含まれています。また、カリウムや食物繊維も豊富です。

起 源

原産地は、アフガニスタン周辺の山麓地帯であるとされています。13世紀にヨーロッパに伝わったのが西洋種、インドを経て中国に伝わったのが東洋種と言われています。古くは薬用としての評価が高く、呼吸器や胃腸系の病に効くと言われていたようです。

歴史

日本に伝わったのは、東洋種が江戸時代初期で西洋種が江戸時代後期です。

東洋種は赤・白・黄・紫など多彩で細長いのが特徴で、現在は、赤い色の金時にんじんが残っています。西洋種は、オランダなどで品種改良され、様々な品種が生み出され、特に芯までオレンジ色のものが開発されました。

日本では、「黒田五寸にんじん」や「向陽2号」などの五寸にんじんに西洋種の代表品種です。戦後食卓の洋風化にともない、需要が高まったことから西洋種の栽培が盛んになったと考えられています。

主な生産地・収穫量

栽培には冷涼な気候が適しています。耐暑性は弱く、高温になると根の肥大が悪くなります。

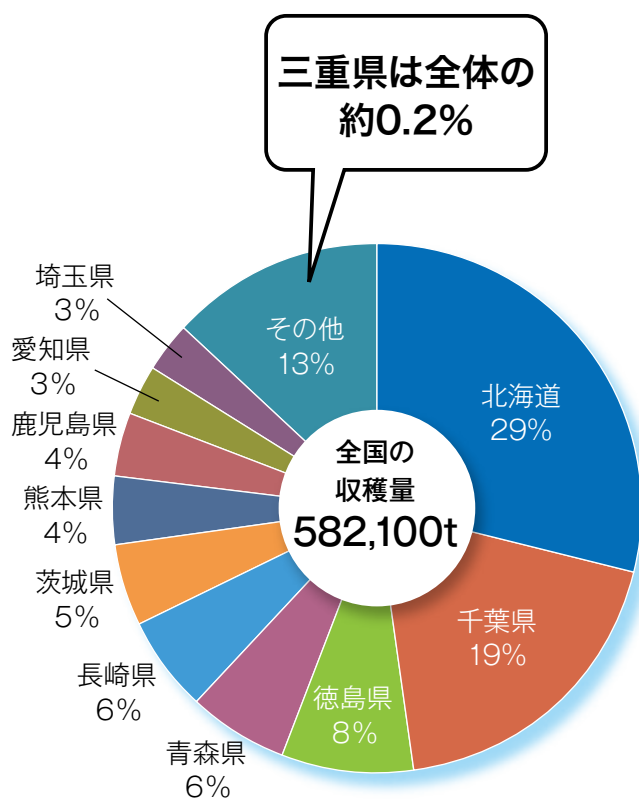
北海道で栽培されているのは、ほとんどが秋にんじんですが、千葉県では8割が冬にんじん、2割が春夏にんじん、徳島県ではほぼ全てが春夏にんじんとなっています。

三重県では、四日市市と鈴鹿市で主に秋にんじんが多く栽培されています。

令和4年にんじん収穫量

順位	都道府県	収穫量(t)
1	北海道	168,200
2	千葉県	110,500
3	徳島県	48,500
4	青森県	34,400
5	長崎県	32,900
6	茨城県	30,000
7	熊本県	22,700
8	鹿児島県	22,200
9	愛知県	19,400
10	埼玉県	16,100
⋮	⋮	⋮
31	三重県	1,050

令和4年農林水産省統計より



にんじんができるまで ～津市のにんじん農家さんの栽培方法～

収穫時期 月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
春	●	■	■	■	■							●
初夏			●	●		■	■					
秋～冬	■	■						●	●		■	■

●：播種 ■：トンネル栽培 ■：収穫

土づくり



連作障害(同じ畑に続けて栽培するとうまく生育しない)が起きるため、1年ごとに植える畑を変えます。

完熟堆肥を播種の2ヵ月程前に入れ十分に耕起しておきます。

根が分かれることなく真っ直ぐ伸びる直根性なので、葉物野菜より深めの高さ20cmほどの畝にします。

播 種



播種機

播種機を使い、7cm間隔で播種します。5mmの浅蒔にし、種の上に土は厚くかけません。にんじんの種が小さいため、コーティング種子を使い播種しやすくします。



コーティング種子



にんじんの種

管 理



トンネル栽培の様子

にんじんは発芽が難しい作物です。播種の時期に合わせた管理を行います。12～1月の播種後は、冷気を遮り、発芽や生育に必要な温度を保つため、トンネル栽培を行います。トンネル内で水分が循環するので散水の必要はありません。

2月末～3月にかけてトンネル内の換気と温度調節をするため、ビニールに穴を開け、段階的に穴を広げていきます。トンネル内の気温が20～25℃になったら、トンネルを外します。



畑に遮光ネットをかけた様子



芽が出ている様子

3～4月、8～9月の播種後は、土が乾かないように遮光ネットをかけて発芽を促します。狭い栽培面積であれば遮光ネットの代わりに、もみ殻をかけることもあります。発芽したら、遮光ネットを外します。



土寄せする様子

播種から60日頃に生育状況に合わせて追肥をします。

成長が進むと、にんじんの上部が地表に出て、緑化してしまいます。緑化を防ぐため、播種後1～2ヵ月で土寄せを行います。

収 穫



播種後90～120日をめどに太さを確認しながら、大きそうなものから手作業で収穫していきます。



畑でにんじんの葉と根の先端は切っておきます。

洗 浄 出 荷



土のついたまま洗浄機にかけます。流水と回転するブラシで洗います。



表面を乾燥させるため、半日ほど冷蔵庫に入れます。大きさや重さごとに袋詰めして、直売所等に出荷します。