

アワの栽培

1. 品種特性

「松本在来」

もち種。中生の早、痩せ地に適し、草丈はやや低く倒伏に強い。穂は先端がやや太いこん棒形で、株元の茎が赤紫色になる。

「中国系」

うるち種。中国華北地方で栽培されている。中生の晩、草丈は中位で倒伏に強い。穂は先端が細る円錐形で、アワ粥にすると美味しい。

2. 土づくり

深さ 12～15 cm の畦溝を切り堆肥施用、野菜の後作では無肥料で栽培する。

アワを交えた輪作の例としては、アワ→ムギ（アカクローバ草生）→ダイズ→ジャガイモ→秋野菜（3年5毛作）。

3. 播種

播種時期：長野県5月中・下旬～6月中旬、東日本平坦部6月中旬～7月上旬

播種量：条播き：小袋（40ml：11000粒）で播ける面積は8～13坪（畦幅60cmの条播き、1m間に150～250粒）。

点播き：20～30坪（畦幅60cm、株間10～15cm、1穴10粒播き）

播種様式：①条播き：畦幅60～70cm、鍬幅10～15cmの播き溝を切り、厚播きにならないように条播きする。

②点播き：株間15～20cm、一カ所に10粒内外に播く。

覆土：1～2cm（覆土が3cm以上になると発芽が遅れるので、覆土は厚くならないように丁寧に行い、軽く鎮圧する）。

4. 管理作業

間引き：間引きは除草を兼ねて2～3回行う。発芽後10日目に密生する部分を間引く。その後10日ごとに行い、最終的に30cm間に10株の苗立本数を目標にする。点播きでは1～2本立ちに間引く。薄播きの場合は間引きの必要がない。密植にすると茎が細くなり、穂も小さくなって減収する。

除草：間引き後に畝間を除草する。

土寄せ：草丈30～40cm頃に倒伏防止のため土寄せを行う。

5. 収穫・調整

収穫時期： 5月下旬播種で10月上旬収穫。穂の緑が完全に消え黄化し、茎葉が黄変した時期。

収穫： 穂首から40cmの長さに穂刈りし、束ねて軒下に吊して十分乾燥させる。

脱穀調整： 穂をシートの上に広げ、棒でたたき脱穀する。フルイで殻やゴミを除き、箕で風選して調整する。

精白： 少量の場合は、ミルサーで粉にならない程度に軽く挽き、殻を除いて精白する。

6. 利用のしかた

アワ飯（米にアワを5～10%入れて炊くと粘りがでる）、アワ粥、アワ餅

(公財) 自然農法国際研究開発センター
研究部 育種課