

ヒエの栽培

1. 品種特性

「ヤリコ」

岩手県・青森県の山間畑作地帯で昔から栽培されてきた在来種。早生で、播種後 80～90 日に出穂、9 月上旬に成熟する。草丈は約 150～160 cm、穂は 10～12 cm と小さく、先が鋭くて細い円錐形。茎は細く、分けつは多い。東北の山間高冷地に適す。痩せ地向きの品種で、窒素を多く施すと桿が伸びすぎ倒伏しやすい。

2. 土づくり

ヒエを交えた輪作の例としては、ヒエ→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： 冷涼地 5 月上旬～下旬

播種量： 小袋（40ml：4000 粒）で 3～6 坪（畦幅 60 cm の条播き 1 m 間に 120～240 粒）。

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

覆土： 1.5～2 cm（覆土が 3 cm 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 日頃に密生する部分を間引く。その後 7 日ごとに行い、最終的に 30 cm 間に 10 株の苗立本数を目標にする。

除草： 間引き後に畝間を除草する。

土寄せ： 草丈 20～30 cm 頃に倒伏防止のため土寄せを行う。

鳥害防除： ヒエは鳥害が多く収穫皆無になる場合があるので、スズメの多い地帯は出穂後、防鳥網等で鳥害対策を行う。

5. 収穫・調整

収穫時期： 5月下旬播種で9月中旬収穫。出穂後 30 日頃、手で握ると脱粒するようになり、茎葉が黄変し始めたころが収穫適期。収穫適期がきわめて短く、刈り取り時期が遅れると脱粒による減収がひどくなる。

収穫： 穂首から 40 cm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

ヒエ飯（米にヒエを 10～20%入れて炊くと、穀物の香りとコクがでる）、ヒエ粥。

(公財) 自然農法国際研究開発センター
研究部 育種課