

洛いも

LAKU-IMO



イモの断面
・きれいな白色で
すが落ち着くとポ
リフェノール成分
により茶色く褐変
します。

(鉛筆との比較)
洛約
い2
もキ
ロの



ハート型の
大きな葉で
緑のカーテン



洛いも ～L A K U - I M O～

京都府立大学が系統を選抜・保管する特別の種芋から育てられたダイショです。京都の特産品に育ち、皆に幸運をもたらす作物となるようお願いを込め、名前に都(みやこ)を意味する「洛」を、ローマ字表記にはLUCKYの「L」をつけています。

【大薯、Dioscorea alata】

ダイショは長芋や自然薯と同じヤマノイモ科でヤムイモの1種です。その原産は確認されていませんが、インドから東南アジアにかけての地域だろうと考えられています。多様な形、大きさがあり、京都府南部では特大サイズで1個が5kg程ですが、育て方次第では1個が50kg近くになるものもあるようです。

日本では台湾より導入され、主に沖縄、奄美地方や九州の南部などで栽培されており、ダイショという呼び名のほかにダイジョ、為芋(ためいも)などとも呼ばれています。「洛いも」はイモの中身が白色ですが、鮮やかな紫色をしている品種はベニヤマイモ(紅山芋)、ベニイモ(紅芋)とも呼ばれています。

1苗から出来るイモは基本的に1個で、ほかのヤマノイモのような「むかご」は出来ません。

京都府南部の場合9月末頃から一気にイモが肥大し、その後、霜が降りると地中で腐敗します。

花が咲く植物ですが日本の気候では花が咲く前に枯れてしまいます。

畑で栽培する場合、栽培に手間がかからず収穫(掘り起こし)も容易という利点があります。

落いも で ガーデニング(緑のカーテン)

晩秋まできれいな緑が楽しめます。
プランターで1個1kgほどのイモを収穫可能です。

蔓がお行儀よく上方向に伸びます(最大10mほど)。
子蔓が出ないのでゴーヤのように横方向へは繁茂しません、その分、栽培の難易度は低めです。



鉢・プランター	野菜用の深いプランターがオススメです。幅60cmX奥行30cmX高さ30cm程の大きさで容量が30ℓぐらいの土に2～3株を植えます。
肥料	一般的な野菜肥料で十分です。 1株あたり80g程度を3回に分けて与えます。 例えば、植え付け時、7月上旬、8月中旬の3回に分けて与えます。
ネット	角目(縦横にひもが伸びているグリーンカーテン用)ネットがいいでしょう。
定植	5月上旬から定植をします。苗の1番下の葉のギリギリ迄深く植えます。 遅霜の影響を避ける為に5月中は底を切り取った2ℓのペットボトルを苗にかぶせても良いでしょう。
つるの誘引	ネットにつるの先端を少し絡ませれば巻きついて上へ伸びていきます。 グリーンカーテンの必要な高さが1階部分だけでいいならば、葉が10枚程度ついている段階で芽を摘んでやると(摘心)脇芽が複数本伸びだすのでこれも左右の振り分けてネットに絡ませると効率的に栽培することができます。
水やり	定植から毎日しっかり水やりします(鉢・プランターの底から水が流れ出るくらい) 9月中旬以降は2～3日に1回程度、土が湿る程度でいいでしょう。
収穫	つるが枯れるのを待たずに、だいたい11月中旬頃、霜が降りる前につる切・収穫します。鉢・プランターをひっくり返して土ごと抜き取り、土山を崩すように掘り出すのが手軽なイモを痛めない収穫法です。
保存	水分がイモについたままだと腐るので、表皮が固くなるまで1週間ほど陰干しします。 約15℃をたもってください。(エビイモやサツマイモの保存とだいたい同じです。) * 寒い時期は新聞紙に包んでダンボール箱に入れ家の中の暖かい場所に置きます。 発泡スチロール箱に入れるときは空気穴を開け湿気がこもらないようにします。

洛いもの効能

滋養強壮、疲労回復、糖尿病の予防
便秘解消、高血圧予防



山 粘
か る
け と
井 ろ
ろ
で



洛いもの食べ方

特 徴	長芋より水分が少なく、粘りがとても強い。ほのかに甘味がある。 皮をむいたりすりおろすと茶色く変わりますが、ポリフェノール成分によるもので問題ありません。
食べる時期	収穫直後から食べられる。(収穫後約10日間は水分を出すので外側はブヨブヨします。)
調 理 例	①すりおろし … とろろ(山かけ丼など)。みそ汁や鍋の具(すいとんのように固まる)。 お好み焼き・唐揚げ・グラタンのつなぎ(少量混ぜるとふんわり仕上る)。 落とし焼き(フライパンで焼く)。精進料理の「蒲焼きもどき」。 ②短冊切り … 麺つゆ等をかけて生食(サクサクとした歯ごたえ)。焼きもの。グラタン。 ③角切り … おでんの具等の煮物(イモが煮崩れせず、ホクホクした歯ごたえ) ④輪切り … 素焼きにして塩のみ(ほのかな甘みが口に広がる。)
使い残し	①すりおろしや短冊切りしたものは冷凍保存できる。使うときは自然解凍でよい。 (すりおろしは薄くのばして冷凍すると必要な分だけ折って使えるので便利。) ②1/2カットなど大きな固まりはラップして冷蔵庫にいれ、早めに食べる。



洛いものスープとグラタン

家庭で作る洛いものスープ

材料(10人前分)

・洛いも(正味 500g) ・タマネギ200g ・水1,500cc、
・ビーフコンソメ10g ・塩、砂糖 適量 ・牛乳350cc

製法

- ①洛いもを適当な大きさにスライスして蒸しあげる。
- ②タマネギを炒めて、①と水、ビーフコンソメを加えて少々煮込む。
- ③②をミキサーにかけ、鍋に移し火にかけて牛乳を加え味を調える。

【レシピ作成: けいはんなプラザレストラン】

その他の利用法

芋焼酎	広島県福山市の市民グループ「福山ダイジョウブ」が福山ブランド「ダイジョ福芋」と名付けイモを販売されているほか、酒類製造販売会社に依頼して焼酎 鞆ノ津「黒姫」を開発し、福山市の特産品として販売を行っている。 (さわやかな香りと、さっぱりした口当たりが特徴。アルコール度数は25%)
菓 子	鹿児島県の伝統菓子「かるかん饅頭」の皮に利用されている。
家畜の餌	葉を家畜が好んで食べる。茎は固いので切り刻んで与える。(葉は茶色に変色していくので注意)
バイオエタノール	イモ類であるのでバイオエタノールの材料として利用できる可能性がある。



洛いも
LAKU-IMO
Q&A

Q1 京都府立大学が栽培を開始したきっかけは？

A1 京都府立大学の矢澤進助教授（当時。現在、京都学園大学教授）が25年ほど前に沖縄の農家からイモを譲り受けたものです。
京都の気候にあった栽培法が研究された後、2001年の冬から京都府立大学附属農場でイモの販売を開始しました。

Q2 表紙に掲載のオレンジ色のプランターはなに？

A2 京都府立大学附属農場が洛いもの緑のカーテンに使用している50リットルの収穫箱です。土がこぼれないよう中に不織布を敷いています。
長さ48cm×幅34cm×深さ30cmのサイズで約40リットルの土を入れ、2苗植えています。
この大きさのプランターで最大で1個2kg超のイモができます。

Q3 苗はいつどこで購入できる？

A3 だいたい5月下旬頃から、JA京都やましろ精華町花き部会が栽培した苗が精華町の直売所（グリーンマーケット精華、愛菜館）などに並ぶ予定です。

※ 京都府立大学での一般販売予定はありません。

Q4 畑で栽培する場合のポイントは？

A4 前作の肥料が残っている場合は無肥料でよい。
定植前2週間以上あるなら生石灰を間隔が短いならセルカや苦土石灰を使用。（セルカ、複合化成肥料（18-10-14）20kgづつ／約6a程度）
畝間100～120cm。株間40～50cm。深植え10～20cm。
放任地這い又は支柱仕立て（150cm）、支柱仕立ての方がイモの大きさが揃いやすい。放任地這いの場合、風で芽がこすれて切れる場合があるので初期は茎を固定したほうがよい。
全面黒マルチならほとんど灌水不要。
芽かき、摘芯、土寄せ、追肥不要。
枯れるのを待たず、遅くとも霜がおきる前に収穫し、表皮が固くなるまで1週間ほど乾燥させる（陰干し）。以降は15℃で保温する。
連作すると連作障害（センチュウ発生）の危険がある。

Q5 病害虫は？

A5 排水がよければ病害はほとんど発生しません。
水田の水がたまる土で栽培した場合収穫時にイモが既に腐っていたという事例があるので排水に注意して下さい。
まれに芋虫がつくので、黒くて丸い糞が落ちていたら芋虫を探して捕殺する。

京都府立大学精華キャンパス
（生命環境学部附属農場）
〒619-0244
京都府相楽郡精華町北稲八間大路74
TEL 0774-93-3251
FAX 0774-93-3260
<http://cocktail.kpu.ac.jp/agricul/ufarm/>
E-mail kpufarm@kpu.ac.jp