

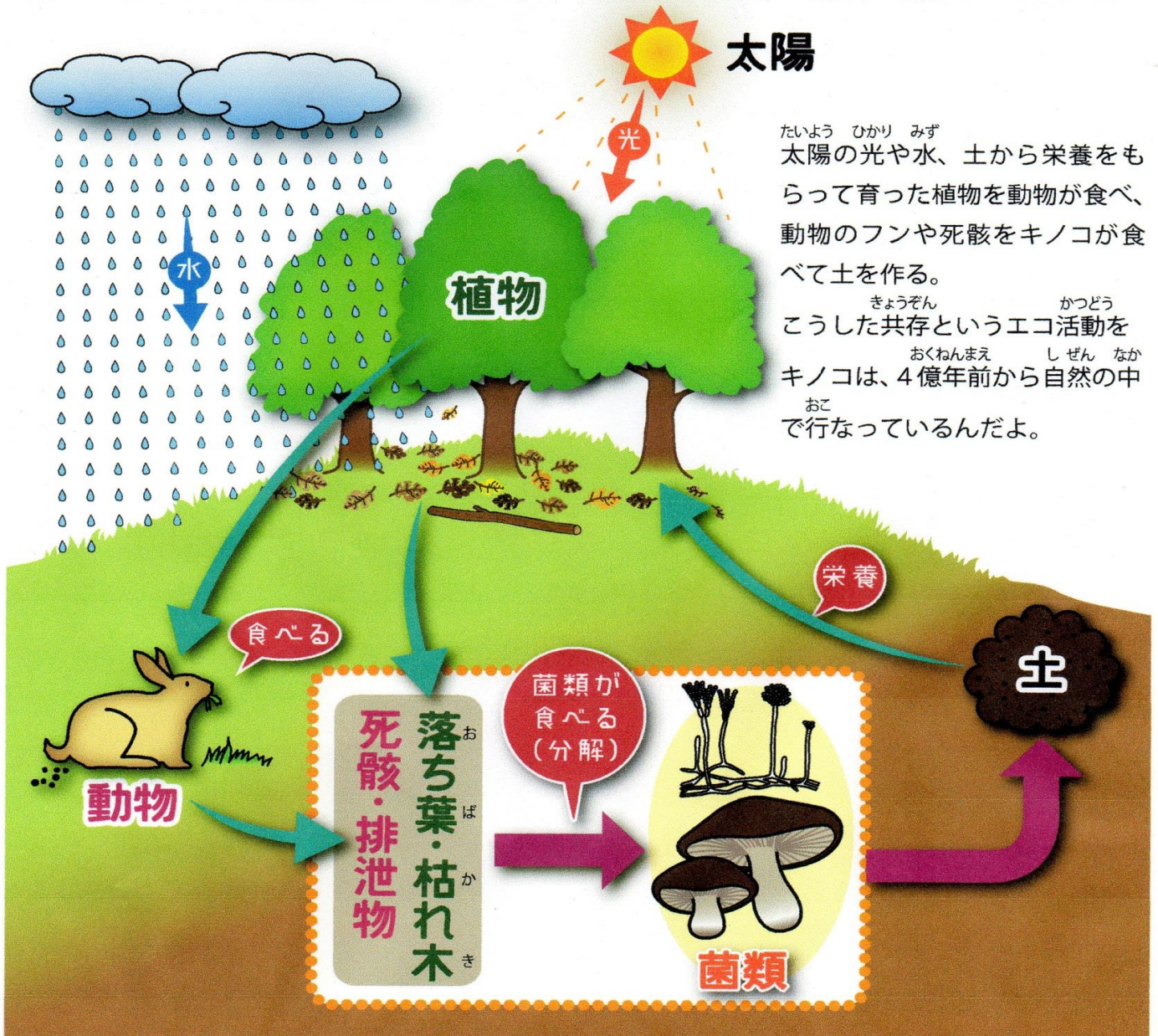
## ★シイタケはキノコだよ！

キノコとは、植物でも動物もなく、古くなったモチやパンに生えるカビと同じ菌類の仲間なんだよ。

キノコ（菌類）は、植物や動物の死骸や排泄物の栄養を食べて分解し、植物が育つための土作りをしているんだ。



## ★キノコは木を育て、森をつくっているんだよ！



みどりのまちづくりグループ 担当/高橋 勇夫

☎/FAX:0568-88-4167 Eメール:takaisao@re.commufa.jp

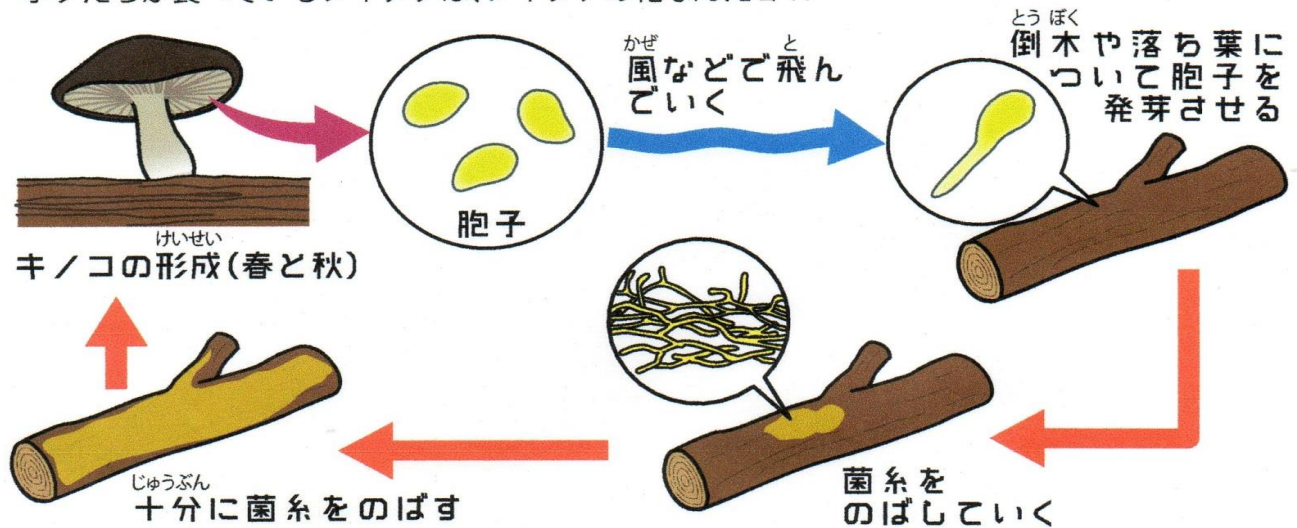
詳しくはHPへ▶<http://midorinomachi.jimdo.com>



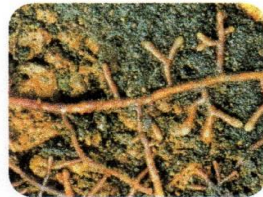
## ★シイタケの生活

シイタケは、枯れた木についたシイタケのタネ(孢子)が芽を出し(発芽)、菌糸を伸ばして根(菌根)をつくり、枯れた木を腐食させながら栄養をもらって生活しているよ。

そして、春や秋になり、温度、湿度などの環境条件がそろると、キノコという花を咲かせ、孢子という名のたねをつくって、子孫を増やしていくんだ。ボクたちが食べているシイタケは、シイタケの花なんだヨ!!



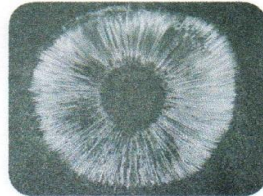
←ナメコのひだを顕微鏡で見ると1000分の5~6ミリほどの孢子がついているよ。



←菌糸が菌根をつくり、木から養分をもらいます。



←シイタケのかさしたただよ傘の下に漂う孢子の煙



←孢子紋  
キノコの傘を紙の上ひとばんに一晩ふせておくと孢子が紙に落ちて孢子紋ができるよ!

## ★シイタケの栄養と効用

シイタケがとれる(花が咲く)のは春と秋の2回。それぞれ春子(どんこ)、秋子(こうしん)とよばれ、香りが良い春子、香りは少ないが虫がつきにくいのが秋子。干しシイタケは、ほとんど秋子だよ。ノンカロリー食品だからいくら食べても太らない! 胃にやさしく、便秘も防ぐすぐれもの。肥満や糖尿病にきき、血圧を下げるともいわれているよ。孢子には抗ウイルス性の物質をつくるはたらきがあって、風邪やがんの治療食としても注目されているんだ。