## 今月の野菜

# にらの需給動向

主要産地

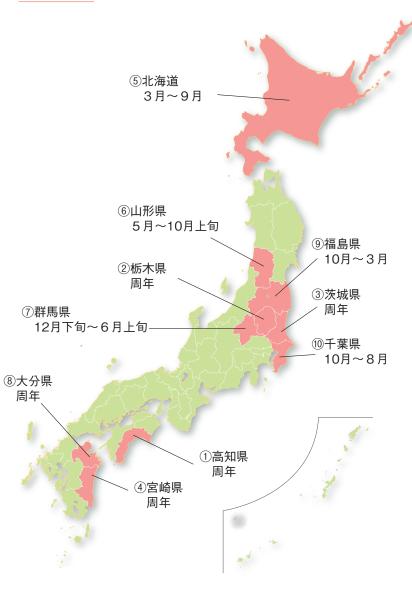
#### 調査情報部



にら(栃木産)



にら(茨城産)



資料:農林水産省「令和元年産野菜生産出荷統計」

注:図中の番号は収穫量の多い順番、期間は主な出荷期間を表している。

にらはユリ科ネギ属の多年草で原産地は中 国西部である。東アジア各地に自生しており、 欧米では栽培されていない東洋を代表する野 菜である。にらは緑色の葉を利用する葉にら、 とう立ちした若い花茎を利用する花にら、遮 光して栽培する黄にらと大きく3種類に分類

できる。刈り取った後、次々と新芽が伸びる ため、多い場合は一つの株から5回程度収穫 できる。現在はハウスでの栽培が主流で、西 日本と東日本では加温のタイミングや品種選 定で違いはあるものの、周年栽培され流通し ている。

## 作付面積・出荷量・単収の推移

令和元年の作付面積は、2000ヘクタール (前年比99.0%) と、前年よりわずかに減少 している。

上位5県では、

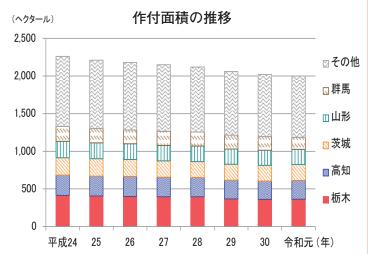
上位5道県では、

- 栃木県 364ヘクタール (同 101.1%)
- 高知県 248ヘクタール(同 101.2%)
- 茨城県 212ヘクタール (同 101.9%)
- 山形県 202ヘクタール (同 100.0%)
- 群馬県 161ヘクタール(同 89.0%) となっている。

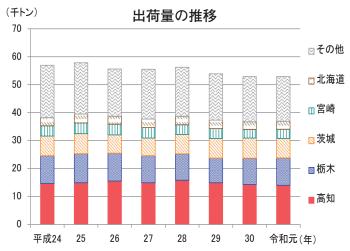
令和元年の出荷量は、5万2900トン(前 年比100.0%) と、前年並みとなった。

- 高知県 1万4000トン(同 97.9%)
- 9770トン (同 103.9%) • 栃木県
- 茨城県 6990トン(同 97.4%)
- 宮崎県 3280トン (同 106.1%)
- 2820トン (同 102.2%) • 北海道 となっている。

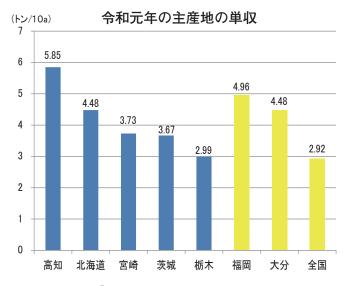
出荷量上位5道県について、10アール当 たりの収量を見ると、高知県の5.85トンが 最も多く、次いで北海道の4.48トン、宮崎 県の3.73トンと続いている。その他の県で 多いのは、福岡県4.96トン、大分県4.48ト ンであり、全国平均は2.92トンとなってい る。



資料:農林水産省「令和元年産野菜生産出荷統計|



資料:農林水産省「令和元年産野菜生産出荷統計」



資料:農林水産省「令和元年産野菜生産出荷計」

注: 黄色は、出荷量上位5道県以外で単収が多い2県および全国平均。

#### 作付けされている主な品種等

多年草のにらは低温と短日により休眠し、 一定以上の低温に遭遇することで休眠が打破 されるが、休眠により萌芽の遅れや生育遅延 が起きる。2~3年かけて同じ株から収穫を 繰り返すため、冬場の休眠を考慮した休眠の

浅い品種を導入するなど、品種選びが収量を 左右する。にらは収穫および調製作業の効率 も重要なことから、分げつ数は少ないが葉鞘 がしっかりした「ミラクルグリーンベルト」 や「タフボーイ」が広く導入されている。

#### 都道府県名

主な品種

ワンダーグリーベルト、タフボーイ、グリーンロード、ミラクルグリーンベルト 栃木県

タフボーイ、ミラクルグリーンベルト 高知県

グリーンロード、タフボーイ 茨 城 県

山 形 県 パワフルグリーンベルト、エナジーグリーンベルト

スーパーグリーンベルト、ワンダーグリーンベルト、ミラクルグリーンベルト、 群馬県 ハイパーグリーンベルト、タフボーイ、海南

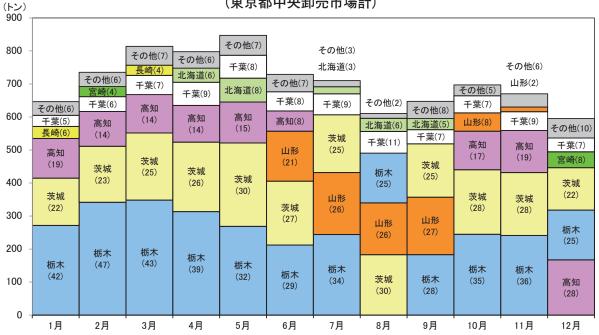
資料:関係者聞き取りにより農畜産業振興機構作成

#### 東京都・大阪中央卸売市場における月別県別入荷実績

東京都中央卸売市場の月別入荷実績(令和 元年)を見ると、栃木産、茨城産が大きな割 合を占める。千葉産も通年で入荷されるが、 気温が高くなる6月~9月は山形産や北海道

産も見られる。10月以降、翌6月までは高 知産や宮崎産、長崎産といった西日本産地か らも入荷している。

令和元年 にらの月別入荷実績 (東京都中央卸売市場計)

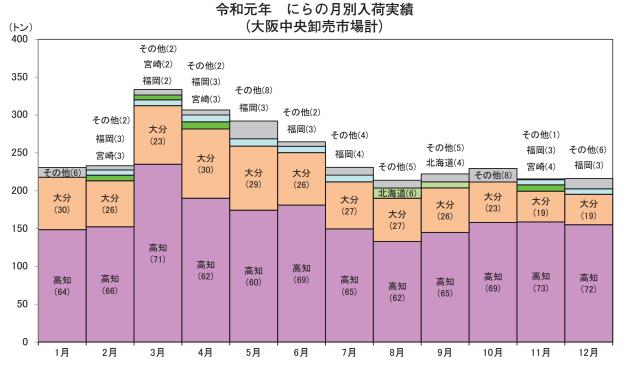


資料:農畜産業振興機構「ベジ探」(原資料:令和元年東京都中央卸売市場年報)

注:()内の数値は、月別入荷量全体に占める割合(%)である。

大阪中央卸売市場の月別入荷実績(令和元年)を見ると、通年、高知産と大分産で大部分を占めており、その他に福岡産や宮崎産な

どが見られる。入荷量のピークは3月で夏場 に向けて数量が減少する。数量が減る夏場に は北海道産が入荷する。

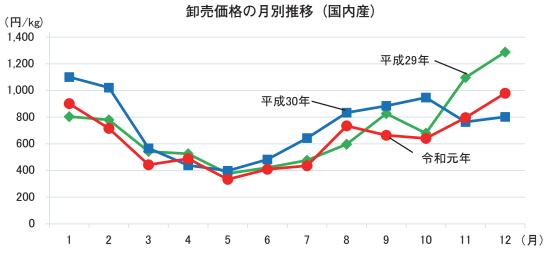


資料:農畜産業振興機構「ベジ探」(原資料:令和元年大阪市・大阪府中央卸売市場年報)

注:()内の数値は、月別入荷量全体に占める割合(%)である。

## 東京都中央卸売市場における価格の推移

東京都中央卸売市場の価格(令和元年)は、 1キログラム当たり334~979円(年平均 611円)の幅で推移している。2月から6 月ごろにかけて下げ基調で推移し、入荷量が 比較的少ない冬に高値となる傾向にある。

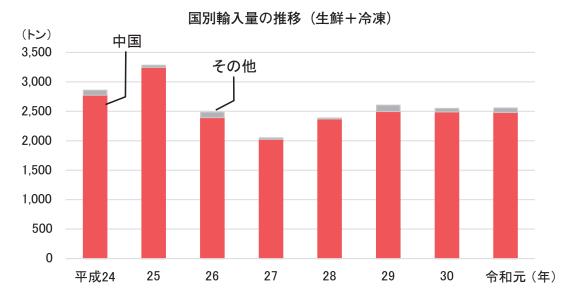


資料:農畜産業振興機構「ベジ探」(原資料:東京都中央卸売市場「市場月報」)

#### 輸入量の動向

にらの輸入量(生鮮および冷凍)は、 2500トン程度で安定して推移しており輸入 先は中国が主となっている。輸入量のうち生 鮮は30トン程度で大部分が冷凍である。冷

凍にらはカットされた状態で輸入され、主に 業務用として食品加工会社などで総菜などに 使われている。



資料:農林水産省「植物防疫統計| 注:検査数量の数値である。

## 消費の動向

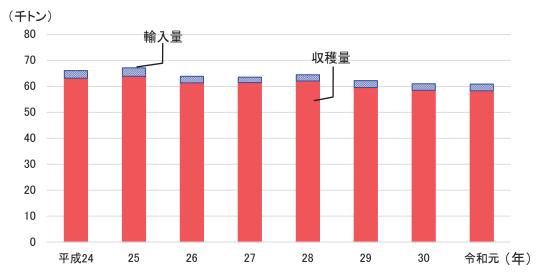
にらの供給量(収穫量+輸入量)を見ると、 近年は6万~7万トンの間で安定して推移し ている。現在では、栄養価の高い緑黄色野菜 として通年、店頭に並び安定した需要を保っ ているが、らっきょう、にんにくといった他 のネギ属の野菜同様、古くは薬効を期待して 利用されており消費が増えたのは戦後であ る。

栄養成分の中でも特にビタミンA(カロテ ン)を豊富に含み、そのほか、強い抗酸化力 を持ち老化を防ぐビタミンEが豊富で両者と

も脂溶性なので肉類と一緒に食べれば無駄な く摂取できる。さらに、血液を凝固させたり 丈夫な骨作りに重要な役割を果たすビタミン K、ビタミンB群の一種であり、胎児の正常 な発育に重要で認知症予防効果のある葉酸な どを含んでいる。

にらの強いにおいのもとであるアリシンは 根元に多く、葉先にはカロテンやビタミンE が豊富に含まれるので調理の際は根元から先 に加熱したい。

#### にらの供給量(収穫量+輸入量)の推移



資料:農林水産省「令和元年産野菜生産出荷統計」、農林水産省「植物防疫統計」

注:輸入量は検査数量の数値である。

参考表 にら (可食部100グラム) の栄養成分

|     |        |      |       |         |          |     |          | 無機質      |          |     |           |    |         | ビタミン            |                |                     |         |         |          |          |          |         |             |
|-----|--------|------|-------|---------|----------|-----|----------|----------|----------|-----|-----------|----|---------|-----------------|----------------|---------------------|---------|---------|----------|----------|----------|---------|-------------|
|     | -      |      | エネルギー | <br> 水分 | たん<br>ぱく | 脂質  | 炭水<br>化物 | ナトリ      | リカリ      | カルシ | マグネ       |    |         | ビタミンA           |                |                     |         |         |          |          |          |         | 食物繊維        |
|     |        |      | kcal  | g       | 質<br>g   | g   | g<br>g   | ウム<br>mg | ウム<br>mg |     | シウム<br>mg |    | 鉄<br>mg | レチ<br>ノール<br>μg | カロ<br>テン<br>μg | レチノール<br>活性当量<br>μg | E<br>mg | K<br>μg | B1<br>mg | B2<br>mg | 葉酸<br>µg | C<br>mg | reyste<br>g |
| にら  |        |      |       |         |          |     |          |          |          |     |           |    |         |                 |                |                     |         |         |          |          |          |         |             |
|     | にら     | 葉生   | 18    | 93      | 1.7      | 0.3 | 4.0      | 1        | 510      | 48  | 18        | 31 | 0.7     | 0               | 3500           | 290                 | 2.5     | 180     | 0.06     | 0.13     | 100      | 19      | 2.7         |
| 花にも | ら(花茎・花 | らい)生 | 27    | 91      | 1.9      | 0.2 | 5.9      | 1        | 250      | 22  | 15        | 41 | 0.5     | 0               | 1100           | 91                  | 1.00    | 100     | 0.07     | 0.08     | 120      | 23      | 2.8         |
|     | 黄にら    | 葉生   | 18    | 94      | 2.1      | 0.1 | 3.3      | Tr       | 180      | 15  | 11        | 35 | 0.7     | 0               | 59             | 5                   | 0.3     | 29      | 0.05     | 0.08     | 76       | 15      | 3.0         |

資料: 文部科学省「日本食品標準成分表 2020 年版 (八訂)」

