# みつばの需給動向

#### 調査情報部



みつば(三重産)



資料:農林水産省「令和2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。

みつばは、にんじんやパセリなどと同じセ リ科の植物で、数少ない日本原産の野菜であ る。1本の茎に3枚ずつ葉がつくことから、 この名前がある。古来から、全国各地の湿地 などに自生していたものを摘み取り、野草と して利用されてきた。野菜として栽培され始 めたのは江戸時代といわれている。

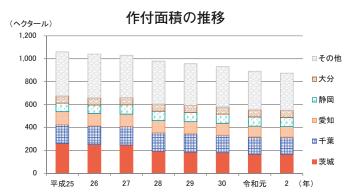
現在市場に出回るものは、葉柄が全体に青 い「糸みつば(青みつば)」、軟化栽培して根 を切り取った「切りみつば(白みつば)」、根 に土寄せして根付きのまま出荷する「根みつ ば の3種類に大別される。

現在出回っているみつばの主流は、水耕栽 培の糸みつば(青みつば)で、年7~8回収 穫できるため周年出回っている。切りみつば (白みつば) は、遮光した軟化床で育て、葉 が開く頃に光を入れて緑色にし、株元で切り 取る。根みつばは、春頃に種をまき、冬に葉 が枯れると根元に土寄せし、翌春葉が地上に 出たころ根つきのまま収穫、出荷する。

## 作付面積・出荷量・単収の推移

令和2年の作付面積は、874ヘクタール(前 年比98.1%)と、前年よりわずかに減少した。 上位5県では、

- 茨城県 166ヘクタール(同100.0%)
- 千葉県 150ヘクタール(同 98.7%)
- 92ヘクタール(同 97.9%) • 愛知県
- 79ヘクタール(同 98.8%) • 静岡県
- 大分県 63ヘクタール(同100.0%) となっている。



資料:農林水産省「令和2年産野菜生産出荷統計」

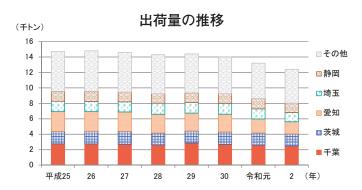
令和2年の出荷量は、1万2400トン(前 年比93.9%)と、前年よりかなりの程度減 少した。

上位5県では、

2,500トン (同 96.2%) 千葉県 1.560トン (同 98.7%) • 茨城県 1.550トン (同 86.1%) • 愛知県

• 埼玉県 1,210トン(同 92.4%) 1.210トン (同 91.7%) • 静岡県

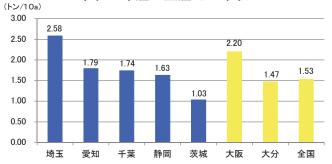
となっている。



資料:農林水産省「令和2年産野菜生産出荷統計」

出荷量上位5県について、10アール当た りの収量を見ると、埼玉県の2.58トンが最 も多く、次いで愛知県の1.79トン、千葉県 の1.74トンと続いている。その他の府県で 多いのは、大阪府の2.20トン、大分県の 1.47トンであり、全国平均は1.53トンと なっている。

#### 令和2年産の主産地の単収



資料:農林水産省「令和2年産野菜生産出荷統計|

注: 黄色は、出荷量上位5県以外で単収が多い2府県および 全国平均。

## 作付けされている主な品種等

出荷量の多い産地の中で、千葉県、静岡県、 茨城県などは水耕栽培の糸みつばもあるが、 千葉県と茨城県は切りみつばと根みつばの産 地でもある。

都道府県名	主な品種
茨 城 県	先覚、柳川2号みつば
千 葉 県	早生みつば(関西系)
愛 知 県	関西みつば
静岡県	先覚、関西系:白茎三ツ葉
大 分 県	先覚、関西みつば

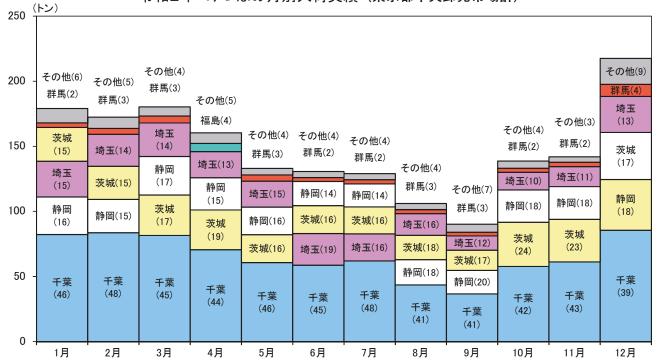
資料:関係者聞き取りにより農畜産業振興機構作成。

## 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 2年)を見ると、12月が最も多く、次に1 月から4月が比較的多い。5月から9月の夏 場は少なく、10月以降に増加傾向となる。

各月とも千葉産が全体の約40%以上を占め ており、茨城産や埼玉産、静岡産など関東近 在産地からの入荷が多い。

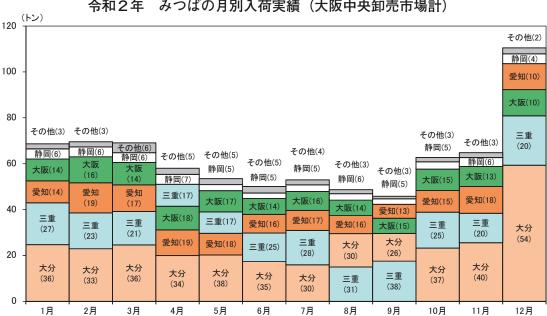
令和2年 みつばの月別入荷実績(東京都中央卸売市場計)



資料:農畜産業振興機構「ベジ探」(原資料:令和2年東京都中央卸売市場年報)

注1:()内の数値は、月別入荷量全体に占める割合(%)である。 注2:入荷実績は、糸みつば、切りみつば、根みつばの合計。

大阪中央卸売市場の月別入荷実績(令和2 年)を見ると、東京と同様に12月の入荷が 最も多く、次に1月から4月が比較的多い。 5月から9月の夏場は少なく、10月以降に増 加傾向となる。各月とも大分産、三重産、愛 知産および大阪産の入荷が多く、この4府県 の占める割合が90%以上となっている。



令和2年 みつばの月別入荷実績(大阪中央卸売市場計)

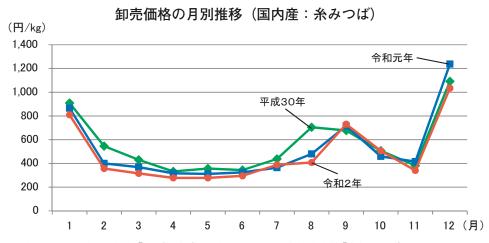
資料: 農畜産業振興機構「ベジ探」(原資料: 令和2年大阪市・大阪府中央卸売市場年報)

注1:()内の数値は、月別入荷量全体に占める割合(%)である。 注2:入荷実績は、糸みつば、切りみつば、根みつばの合計。

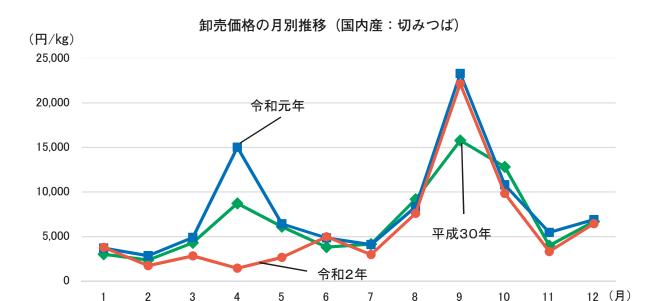
# 東京都中央卸売市場における価格の推移

東京都中央卸売市場における糸みつばの価 格(令和2年)は、1キログラム当たり 278~1034円 (年平均478円) の幅 で推移している。年による違いはあるものの、

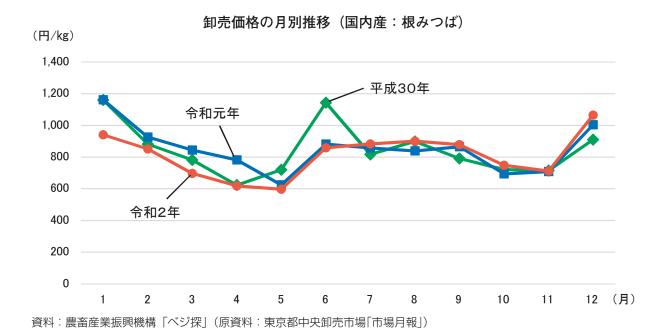
1月から6月ごろまでは下げ基調で推移し、 7月から9月ごろにかけて上げ基調に転ず る。その後、需要期である12月に最高値と なる傾向にある。



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」)



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」)



# 消費の動向

みつばの爽やかな香りには、クリプトテー ネンやミツバエンという成分が含まれてお り、食欲増進と消化を促す効果がある。さら に神経を安定させ、イライラを解消する効果 もあり、日本のハーブと言える。みつばはカ リウムを豊富に含んでおり、カリウムはナト リウム(塩分)を排泄する役割があり、高血 圧に効果がある。

茶わん蒸しや吸い物、また丼のものトッピ ングなど、香りを生かした薬味として使われ る。天然物や根みつばは歯ごたえもあり、香 りも強いため、揚げ物や肉など香りが強い物 と合わせると良い。糸みつばと根みつばでは 風味の強さや硬さなどが異なるため、用途に よって使い分けたい。

参考表 みつば類(可食部100グラム)の栄養成分

							無機質							ビタミン								
			エネルギー kcal	水分g	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g	ナトリウム電	カリウム電	カルシウム電	マグネシウム電	リンmg	鉄 mg	ビタ βカロテンルS	ンレチノール活性当量パ	E	Κ μg	B <sub>1</sub> mg	B <sub>2</sub> mg	阿姆莽	C mg	食物繊維g
	(みこ	び類)																				
+	切り	みつば																				
	葉	生	16	93.8	1.0	0.1	4.0	8	640	25	17	50	0.3	730	61	0.7	63	0.03	0.09	44	8	2.5
	葉	ゆで	12	95.2	0.9	0.1	3.3	4	290	24	13	31	0.2	780	65	0.9	77	0.02	0.04	14	1	2.7
7	根み	つば																				
	葉	生	19	92.7	1.9	0.1	4.1	5	500	52	21	64	1.8	1700	140	1.1	120	0.05	0.13	66	22	2.9
	葉	ゆで	19	92.9	2.3	0.1	3.9	4	270	64	18	54	1.2	2100	170	1.4	150	0.03	0.05	43	12	3.3
1	糸みつば																					
	葉	生	12	94.6	0.9	0.1	2.9	3	500	47	21	47	0.9	3200	270	0.9	220	0.04	0.14	64	13	2.3
	葉	ゆで	14	93.7	1.1	0	4.0	3	360	56	18	39	0.6	4100	340	1.3	250	0.02	80.0	23	4	3.0

資料: 文部科学省「日本食品標準成分表2020年版(八訂)」







糸みつば 切りみつば 根みつば