

たくさんのデータを集め、どのような栽培方法が良いのか調べてみました。

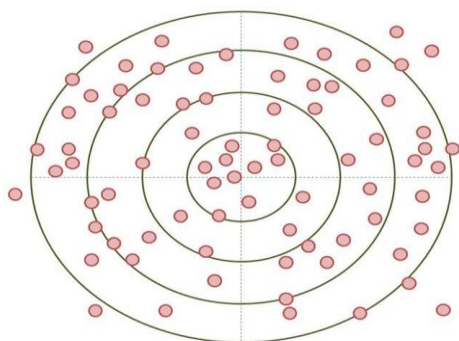
オーガニック・フェスタ  
栄養価コンテスト



誰の野菜が一番 栄養価が高いのか？

堆肥を使うと、堆肥は酸なので、土壌のミネラルをよく溶かし、作物はミネラル吸収がよくなり、栄養価が高まると考えられています。しかし、堆肥を使う有機栽培においても、栄養価が高い農産物と、栄養価がそれほど高くない農産物があることが知られてもいます。この差は何によって生じるのか？ 野菜の力=野菜の栄養を取り戻すにはどうしたらよいのでしょうか？

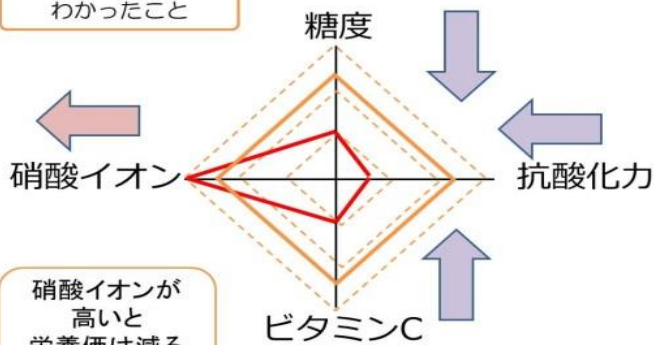
その答えを探求する方法として、日本有機農業普及協会は、栄養価コンテストを実施することにしたのです。



おいしくて・栄養価が高い農産物の  
ストライクゾーンがわかってきた

いったいどのような栽培をした、誰の農産物が、もっとも栄養価が高いものなのか？ そこで、まずは、たくさんのデータを集めて、どのような作り方をするとおいしくて、栄養価が高い野菜が作られるのか、またはその逆なのかを検証してみることに。データが多ければ、多いほど、おいしくて、栄養価が高い野菜がつかれるという、その作り方の**ストライクゾーン**は次第に狭く小さくなっていきます。**ストライクゾーン**が分かれば、そこをめがけて、後はつくればいいだけになる。

栄養価コンテストで  
わかったこと

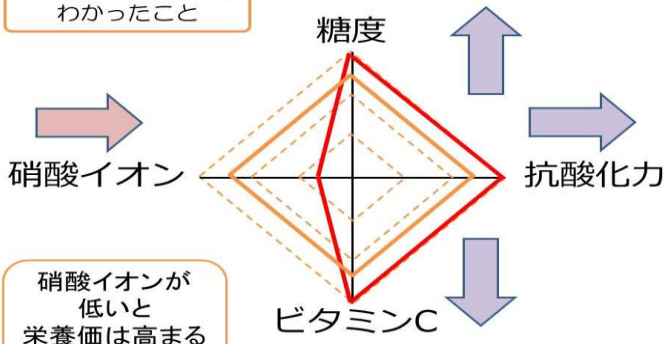


硝酸イオンが  
高いと  
栄養価は減る  
傾向にある

生産農家さんには、一番 簡単な方法だと好評です。栄養価コンテストに参加することで、自分の野菜の順位が分かる。自分より上手につくる人に教わることが上達の秘訣となるワケです。

◆栄養価コンテストでわかったこと。硝酸イオンが増えると、糖度・ビタミンC・抗酸化力は減少する傾向がある。硝酸イオンは有機栽培をしていますが、土壌を乾かし過ぎたりすると、土壌細菌が死んだり、硝酸をつくる細菌の活動が活発になり、硝酸が増えることが分かっています。

栄養価コンテストで  
わかったこと



硝酸イオンが  
低いと  
栄養価は高まる  
傾向にある

◆栄養価コンテストでわかったこと。逆に、硝酸イオンが減ると、糖度も、ビタミンCも、抗酸化力も反比例して増えるということもわかりました。また、栄養価の高い野菜は、実際に食べてみると「おいしい」ということもわかりました。そして、どうも栄養価の高い・低い品種ではなく、その原因は土壌の方にあるということもわかってきました。現在、この栄養価コンテストのデータを基に、おいしくて、栄養価が高い野菜の作り方の技術開発が進んでいます。