

水辺の 生物



ジュンサイ

スイレン科ジュンサイ属

写真提供・校閲：(財)自然環境研究センター

北 海道から九州まで、全国各地に生育する多年草の水草。古い池や沼の水深1~3mに群生し、地下茎は水底の泥の中を這う。4月になると越冬したジュンサイの根茎から発芽し、暖くなる時期には、水面全体が4~10cm位の楕円形の浮き葉で覆われる。葉は茎上に互生し、葉脈は放射状で、上半に中脈がある。

春から夏にかけて楕円形の浮葉ふようの下に若い葉が成長する。寒天のような粘質物に覆われた、まだ開いていない若葉を5~8月頃に2~3回摘み取って食用にする。若芽には豊富なビタミンが含まれ、独特のぬめりとツルリとしたのどごしが珍重されている。『古事記』や『日本書紀』、『万葉集』には「奴那波ぬなは」として記され、古くから食用にされてきた。

ジュンサイの生育には、水深30cm以下のやや酸性の池沼が適し、20~25°Cが生育の適温とされている。湖沼の開発や水質の悪化で絶滅のおそれが高く、すでに絶滅した地域もあるが、秋田県三種町みたねでは昭和45年(1970年)から人工増殖による栽培を始め、人工沼202ha、自然沼40haの生産面積を持ち、生産高は全国一である。

ジュンサイ採りは、沼に小舟を浮かべて手作業で行われ、その摘み取り風景は、初夏の風物詩になっている。一般に加熱して冷却後、瓶詰めにしたものが市販され、酢の物、和え物等に使われている。

参考文献：『新日本植物図鑑』牧野富太郎著 北隆館 1984年
『新版食材図典 生鮮食材篇』小学館 2003年
秋田県三種町役場ホームページ

これまでに紹介した「水辺の生物」のうち主なものを水資源機構ホームページに掲載しています
(トップページ右側「水辺の生物」をクリック)