



機能性健康野菜

初の抗アレルギー作用で再注目野菜

「ちしゃとうの栽培」講習会を開催します

ちしゃとうは、別名「莖レタス」とも呼ばれるレタスの仲間です。

中国では昔から広く食べられていて、ヒスイのような色から縁起の良い野菜とされています。

日本では高級和食食材で欧米では健康維持のため常食とされています。

食感も良くクセの無い味なので和風・洋風・中華等あらゆる料理に使うことができます。

特に、苦味成分である「ラクチュコピクリン」を含んでいて虫が寄り付かないため、無農薬栽培で年2回の収穫が可能です。

国内では流通が少ないことから差別化による高い収益性が期待されます。

新しい野菜「ちしゃとう」！

興味のある方 是非ご参加ください。

【日 時】 平成30年8月28日（火曜日）

13時30分～15時

【会 場】 小糸公民館（君津市糠田）

【定 員】 50名

【申込締切】 平成30年8月25日

【参加費】 300円（資料代等）レシピ・種子無料配布

【講 師】 安岡達雄（大森ヘルスケア株式会社顧問）



昨年の試験栽培状況

◇種まき	: 8月20日
発芽確認	: 8月24日
圃場へ移植定植	: 9月21日
収穫	: 12月～1月

〈お申込み・問合わせ〉

住所・氏名・連絡先（電話・メール等）をお知らせください。

申込先：堤克仁0439-55-8952 Eメール info@kinitsu-satoyama.net



主 催：きみつ里山活動ネットワーク

後 援：君津市

協 力：かずさと都市若者「知恵」地域活性化協議会

◇きみつ里山活動ネットワークでは、自然と人々の営みに注目し、里山の自然を生かし、生業を生み出し、地域の活性化に役立つ、「新たな農作物」の普及に向けて取り組みしています。