

くまもとの タケノコ



くまもとのタケノコの特長

タケノコは、煮物やタケノコ御飯など春を代表する食材として昔から多くの人に親しまれていますが、熊本県は全国でも有数のタケノコ生産地で、手間暇かけて品質の確かなタケノコが作られています。また、九州の温暖な気候を活用し、11月頃から収穫を可能とする「早出しタケノコ」の生産にも積極的に取り組んでいます。

産地の工夫

収穫では、地表面に出てしまったタケノコは変色して品質が落ちるため、わずかな地表面の地割れなどでタケノコを確認し、傷めないよう的確に掘り取る生産者の技術や経験が活かされています。

特色ある品種

近年、熊本県の天草地域においてリョクチクの生産が始まりました。リョクチクは味の良さから「タケノコの王様」と呼ばれ、通常のタケノコと違って収穫時期が6月～10月というところも特徴です。

また、長期保存を目的とした九州以外ではあまり見かけない「干タケノコ」も作られており、水で戻しているいろいろなタケノコ料理に使うことができます。



くまもとのタケノコ

栄養と機能性

タケノコは、タンパク質が豊富でビタミンやミネラル、食物繊維などを含んだ低カロリーな食材です。

栄養価 食品成分 文部科学省「五訂増補日本食品標準成分表」より引用 可食部 100g 当たり たけのこ 若茎
ゆで（竹皮及び基部を除いたもの）

エネルギー	30kcal	水分	89.9g	蛋白質	3.5g
脂質	0.2g	炭水化物	5.5g	灰分	0.9g
カルシウム	17mg	リン	60mg	鉄	0.4mg
ナトリウム	1mg	カリウム	470mg	マグネシウム	11mg
亜鉛	1.2mg	銅	0.13mg	カロテン当量	12 μg
ビタミン B1	0.04mg	ビタミン B2	0.09mg	ナイアシン	0.6mg
ビタミン C	8mg	食物繊維	3.3g		

くまもとのタケノコ データ集

収穫量	タケノコ 1,929 トン（全国 3 位 平成 18 年）
栽培地域	玉名地域、鹿本地域、上益城地域 他
収穫時期	3 月～ 4 月（早掘りは 1 1 月頃～）
出荷時期	同上
県内での入手可能な場所	県内各地のスーパー等で入手可能
作型	親竹仕立て（10 月～ 12 月）、収穫（通常は 3 月～ 4 月、早掘りは 1 1 月頃～ 2 月）

くまもとのタケノコ 旬カレンダー

タケノコの旬	4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10 月	11 月	12 月	1 月	2 月	3 月



お問い合わせ先

熊本県農林水産部林業振興課

TEL 096 - 333 - 2446