

すいおうエンジョイ生活の実践

～鈴木敏夫氏の楽しみ方よりヒント！〈マーケティング提案〉～

川越いも友の会 事務局長

やま だ えい じ
山 田 英 次

1：はじめに～もう一度、「すいおう」を～

茎葉利用の高機能性品種：サツマイモ若葉「すいおう（翠王）」は、時々、関係者の間で話題にのぼるが、最近はあまりその「すいおう」の話がでなくなった。サツマイモ関係者としては寂しい限りである。

そのような中、日本いも類研究会会員の鈴木敏夫氏は、約7年間も「すいおう」を実生活のなかに気軽に取り入れて、年間を通して楽しんでいる。今後の「すいおう利用の普及のヒント」になると思い、ここで、その実践生活をレポートしたい。

まず「すいおう」について簡単に説明しておきたい。



1. 鈴木氏と「すいおう」

・若葉の栄養価が高く、高い機能性をもつサツマイモ。若葉などをおいしく食べられるように九州沖縄農業センターが7年間をかけて育成し、約20年前の2004年8月に品種登録。

・食事と共に「すいおう」粉末を飲むと、食後の血糖値上昇を抑制する作用が臨床試験により報告されている。→（よって、甘い焼き芋などと一緒に摂取すると、いくらか上昇が抑えられるかも・・・）

・抗酸化力のあるポリフェノール（特に3,4,5-トリカフェオイルキナ酸）や、眼によいルテインを多く含んでいる。→（よって、パソコンを長時間使用する職業や高齢者などに摂取がすすめられるかも・・・）

・栄養的にビタミン類（B1・B2・K）やミネラル類（カルシウム・マグネシウム・鉄分）、食物繊維が豊富。→（よって、野菜としては大変に優等生で、日常的に積極的に摂取したほうがよいかも・・・）

・通称「すいおう研究会」（正式名：農林水産・食品産業技術振興協会・新品種産業化研究会・すいおう分科会）が、産業化・ブランド化の普及事業を推進している。会長は山川理先生、副会長は根岸由紀子先生。→HPや活用ガイドブックを発行している。

2：鈴木敏夫氏と「すいおう」との出会い

鈴木敏夫氏（昭和26年生まれ）は川越市在住で、東京農工大卒業後、（一社）農山漁村文化協会へ入社し、長年、数々の農業関係の書籍類を出版してきた。現在は、農文協プロダクション社長を勤め、多くの出版物の企画を行うと共に、個人的に農業関係のドキュメンタリー映画のプロデュースを行い、変わらず忙しい日々を送っている。

その鈴木氏と、日本いも類研究会との接点は、『焼きいもが、好き！』（2015年：農文協発行）の編集企画発刊を通してであった。個人的にも焼き芋に関心をもち、同研究会のサツマイモ産業振興研究セミナーに積極的に参加するようになり、2016年10月に行われた「すいおう産業の進展を考えるセミナー」（会場：女子栄養大学駒込キャンパス・すいおう分科会と同研究会共催）にも参加された。そこで、すいおう料理の試食をし、根岸由紀子先生（当時・同大教授）より、同大で栽培している「すいおう」の茎葉を数本サンプルに譲り受けた。早速、自宅でプランターに植えて、栽培を楽しむようになったという訳である。



2. リビングの観賞用「すいおう」。鉢で水耕栽培している緑の若葉に冬でも癒やされる

3：すいおうエンジョイ生活の実践

鈴木氏は、仕事が激務だったため過去に一度身体をこわしたことがあったという。その反省で、マラソンや水泳をはじめ、健康管理には気を使っているといい、「すいおう」は健康野菜ということから常備野菜として年間を通して食するようになったという。

暖い5月～11月は、玄関のすぐ外側や庭先のプランター等で育て、冬場の12月～3月は室内、特にキッチンの瓶に差した手軽な水耕栽培で育てているという。気を付けるべき点は、寒さに弱い温度による管理に注意していることのみであるとのこと。

食べ方は、「すいおう」の葉を洗って、焼き肉を包む、みそ汁に入れる、バンズに挟む、炒め物に入れる、いろいろな野菜と共に刻み、出汁で味付けしたまぜまぜ常備菜など、あまり手をかけずに気軽に食しているという。

特に5月～11月にかけては、葉が繁茂するため、家族等で焼き肉をすると1人で10数枚も、肉を包んで食するという。

そのほか、リビングの観葉植物としての



3. キッチン「すいおう」。葉ビンで水耕栽培。葉を食べるためだが、白い根もきれいで観賞用となる



4. 陽が当たる室内にプランターを置いて冬越し

活用や、孫のための（夏場の）虫観察用植物としても活用しているとのことである。

4：鈴木氏からの提言

約7年間の実践から得たことは、次のようなことであるという。

・「すいおうの、その生命力のすごさ！」

一度、冬場の温度管理に失敗して種いもを腐らしてしまった。そこでキッチンの水耕栽培の茎葉をプランターに植えたら、活着して栽培を継続させることができた。

・「すいおうはキッチンの近くで育てよ！」

手軽に日常的に食するには、とにかくキッチンか、手に取って食べられるよう、すぐ近くで育てるべき。瓶に差す水耕栽培が便利。プランター栽培も簡単だ。リビン



5. 肉料理との組み合わせ。サンチュ代わりに「すいおう」の若葉で肉を巻いて食す



6. 「すいおうバンズ」。すいおうの若葉が味がジャマせずシャキシャキ感が出ていける

グなどでの観葉植物としても最適。

・「手間かけずに、活用を！」

難しい料理を考えず、気軽にみそ汁に入れたり、焼き肉に巻いたり、炒めものに入れたりなど、チョイ足しでOK。

よって、「すいおう」は「身近に、手軽に、手間かけず」がキャッチフレーズであるという。

※水耕栽培では、水を入れ替えるだけでは、さすがに2月半ば入ると要素欠乏が出て葉が黄化し生育が停滞します。しかし枯れることはなく、4月末に土に埋めると再生して繁茂してくれます。

5：「すいおう」の今後のマーケティングを考える・・・

鈴木氏の実践生活を聞き、次のような今後の普及活動を考え、提案したい。

① 「すいおうエンジョイ生活・マニュアル」を作成する。まず、何人かのおいもファンの女性たちに、「すいおう」をキッチン等で育ててもらい、日常的に楽しむ方法をまとめる。

そのマニュアルを、HPなどで公表する。

② 「すいおうの通称を別に考える」 一般



7. 「すいおう」の葉も混ぜてある 山形県の郷土料理「だし」風の常備菜。冷や奴にかけたり、納豆と混ぜたりと食卓の様々な場面で活躍している

のかたに「すいおう」と言っても、イメージ的にピンとこないので、別の通称を募集して決める。鈴木氏からは「リーフィーベジすいおう」「ベジスイ

ポ・リーフすいおう」などがよいのではとの提案が出ている。

- ③ 「ときめきある縁起コトバを添える」
花言葉と同じように、「すいおう」を身近におくと幸運の愛が、いつも訪れるとか……。ハート型の葉であり、生命力があり、繁茂するので、幸運の愛がたくさん訪れるように（縁起物の野菜として）身近におこうとPRする。
ときめきの願いやストーリーがなければ面白くないのでは……。

いずれにしても、ネットで種苗会社がポット販売もしているので、右脳的な発想を取り入れて、HP等でエンジョイ生活法をPRしていくことが、普及巻き返し活動の一歩だと考える。