

**広報部員が
やってみた**
～豆苗ってどのくらい
伸びるの？～

買い物に行くと、いつ見ても高い野菜たち。節約術として、豆苗を料理に取り入れているご家庭も多いのではないのでしょうか。豆苗とは、えんどう豆(グリーンピース)の若葉のことで、豆と葉物野菜の栄養をあわせ持っています。豆苗が節約術として使うことができる理由は、残った根本を水に浸しておくとし新しい芽が出てくるから！一度食べたものがもう一度育ち、しかも栄養価も高いなんて、すごい野菜なんですね…！

「じゃあ豆苗って実際どのくらい伸びるの？」と疑問に思った広報部員、さっそく育ててみました☆

1日目	2日目	3日目
10.4cm	13.5cm(+3.1cm)	16.0cm(+5.6cm)
4日目	5日目	6日目
19.5cm(+9.1cm)	22.0cm(+11.6cm)	26.5cm(+16.1cm)
7日目	8日目	9日目
30.2cm(+19.8cm)	30.4cm(+20.0cm)	32.4cm(+22cm)

【栽培方法】
残った根本を容器に入れ、豆が浸らない程度の水を与える。
水は1日3回替え、室内の明るい場所で育てる。

【測定方法】
容器の横に定規(メジャー)を置いた状態で写真を撮る。
写真を拡大しながら、豆苗の一番高い位置を確認する。赤線を引き、机からの高さを記録する。
それぞれの日の長さとして1日目の長さをの差から、初日からどのように伸びていったかまとめる。

【測定結果】
9日間で26センチメートル伸びた

皆さんの予想と比べて、結果はいかがだったでしょうか。筆者としては、予想よりも伸びたので驚きました。

測定方法について、豆苗自体の底ではなく豆苗が入った容器を置く机を底として計測したことや、豆苗がまっすぐ伸びているわけではなく高さもバラバラな中で一番高いところを記録したこと、被写体の位置が毎日同じでないため写真を並べたときに豆苗の伸び方がわかりにくくなってしまったことなど、不十分なところが多々あったと思いますが、本格的な実験のように大層なものではなく、「疑問に思ったことを試しにやってみよう」ということで、温かい目で見ていただければ幸いです…(笑)

毎日、少しずつでも確実に伸びていたので、これ以上続けていたらまだ伸びていたかもしれないが、測定9日目に豆が腐ってしまったようになってしまったのが確認できたので、ここで終了としました。栽培時期は8月、連日の猛暑で室内とはいっても豆苗にとってはあまり良い気候ではなかったかもしれないことが考えられます。しかし、以前冬にも豆苗を育てたことがあるのですが、もっと伸びるのがゆっくりだったように思います。つまり、もっと気候が良い時期に育てれば良いのかもかもしれませんね。また、今回は豆苗のパッケージに書いてあったように水耕栽培で育てましたが、土に植えたらどうなるのでしょうか…？この結果を知っている方、もしくは豆苗をもっと伸ばすことができた方がいたらしゃべれば、ぜひとも教えていただきたいものです。

ちなみに、育てた豆苗は、今回のほびはりにレシピが掲載されている「野菜たっぷり豆苗マヨポン炒め」にして美味しくいただきました。豆苗の栽培もレシピも、ぜひ試してみてくださいね。



「もう食べられません」姫路市在住 Nさん
「コメント：口の周りについたソースが、それまでの食欲を想像させます。よほど美味しかったんでしょうね！」



「ベストパートナー」高砂市勤務 Kさん
「コメント：イベントの後の達成感がお二人の笑顔からあふれています☆」

ほびフォト コンテスト

優秀賞



「目撃者」高砂市在住 Fさん
「コメント：爽快感、開放感、半端ないっ！」



「公園が大好き」姫路市在住 Yさん
「コメント：日常の幸せをおさげしてもらった気分になりました。」

今回のほびフォトコンテスト、テーマは「ハッピー」です！いろいろな幸せのおすそ分け、いただきちゃいましたよ♪応募してくださった方、素敵な写真をありがとうございました◎



「〇〇あるある」の川柳
募集します！

あなたの周りで起る、あるあるな光景や出来事、気持ち等を川柳にして送ってください。

沢山のご応募お待ちしております！

【募集要項】

- ◇テーマ 『あるある』
- ◇募集期間 随時募集
- ◇応募規定 一人何回でも応募可
- ◇応募方法 「ほびはり」メール



happy-hurry@takasagonki.tvl.jp
紙面に掲載するお名前(ペンネーム等)を添えてメールで送って下さい