

11月5日

学芸講座「きのこの不思議」

に寄せられたご質問に

講師・吹春俊光先生がお答えしますQ&A

(千葉県立中央博物館 上席研究員)

Q きのこは、栄養学的に言ってどうなのか?アガリクス茸や冬虫夏草など、市販では、ピンからキリまでありますが、本当に健康に良いものなのか?先生からは、アガリクス茸は、ホクトさんでエビデンスがあるものが販売されていると言われましたが、冬虫夏草はどうなのでしょう?

A このあたりの分野は、まったくシロウトで、わかりません。良い。と言っているひとたちもいるので、否定できない効果があるのだとおもいますが、知識がありません。

Q きのこの鉢植えができると楽しいと思いました。できないのかな?

A 1) シイタケの原木栽培、菌床栽培、は、鉢植え、とっていいのかもしれませんが。シイタケにかぎらず、ササクレヒトヨタケなど、多様なものが安価にアマゾン等で販売されています。

2) マツを盆栽にしたものに、マツの外生菌根菌（アミタケなど）が出ることもあるそうです、これも、鉢植え、とっていいのかもしれませんが。