そばの栽培

　環境の良い畑を用意し、堆肥等で土作りを適切に行う

　　　　そばを栽培する場所は、理想的には、朝日が当たり、夕日が当たらないような昼夜間の温度差の大きい（日中２５～２６℃、夜間１０℃くらい）、水はけの良い、傾斜地の畑（水田転作でそばを栽培する場合には、加湿状態にならないよう、排水に十分注意して行う必要がある）で、夜間の放射冷却で朝方霧が発生するような比較的冷涼な所が良い。

こうした環境は、そば本来の性質を引き出すのに適している。　温暖な地域

　　　では、そばが環境に甘んじてしまい種族維持本能を働かせないことから、香り

　　　や味が良く出ず、ボケたような感じになってしまうのである。

　　　　「そばと水の良い所は、ほめるものではない」（群馬県新治村）、「水と蕎麦の自慢を言うと、お里が知れる」（信濃）というがあるが、そばや水の良い所は山間地のせた所で、米が作れないような厳しい環境にあり、一般的に貧しい所が多かったことから出てきた言葉とも見られる。

　　　　そばは肥料をやらなくとも良いという人もいるが、無肥料で栽培したのでは、いくら環境が良い所であっても、収穫量を多くすることは望めない。

そばに肥料をやらなくとも良いというのは、「麦」と「タバコ」と「そば」

の３作を１年間の輪作で栽培していた時にのみ成り立つ考え方であって、これ

らの３作物を順次栽培すると、麦やタバコに与えた肥料が残っていて、その残

肥を吸って無肥料でも良質のそばが穫れたからなのである。

　　　　常陸秋そばのそば作り名人と呼ばれた海老根武志氏（茨城県常陸太田市赤土町）は、６０アールの畑を２つに分けて、タバコ、そば、小麦、大豆の４作物の２年４毛輪作を行い、完熟堆肥を使った土作りに力を入れていた。

　　　　作物一般に言えることであるが、そばの栽培でも土作りが基本となる。　良好な土壌ができれば、自ずと良質のそばを多く収穫できることにつながる。

そのために、有機質の完熟堆肥を畑に入れて地力を高めることが必要となる。

良いそばを収穫するためには、チッソ、リン、カリの肥料の３要素のバランス

を取りつつ、であるリンが多めになるよう配慮することが大切なのである。

窒素分の多い肥沃な土地で栽培すると、葉や茎ばかりが繁茂してしまい、実

はあまり充実しない傾向が出る。肥料が不足していると、茎が細く、赤くなる。

また、完熟していない発酵途上の堆肥をすき込むと、そば粉にした場合、粉の

中に堆肥の臭いが移ってしまうこともあるので、注意が必要となる。

　　　　かつて山間地では、「焼畑」によるそばの栽培が盛んに行われていた。

　　　焼畑は、山の草木を切り倒し、乾燥させてから火を付けて焼き払い、その灰を肥料に４～５年畑として適した作物を栽培し、その後山に戻し、１０～２０年後に再び同様の焼畑耕作を行う形で、地域をいくつかのブロックに分けて順次繰り返していくというのが一般的な方法であった。

　　　　近世以前の焼畑は、２４万ｈａ以上もあったと言われているが、明治３０年（１８９７年）に森林法が制定され、国が植林への転換と新たな火入れの制限を指導したことによって急速に衰退し、昭和２０年（１９４５年）代には５万ｈａくらいに減少し、昭和３０年（１９５５年）頃にはほとんど見られないようになってしまった。

刈野、狩野、神野、鹿野、賀野等の地名は、野原を刈って焼畑をやっていた

ことから付けられたものと見られる。　山形県で焼き畑を「カノ」と呼んでい

るのは、火野ということで、火を刈った野に放つというところから付いた呼び

名なのかもしれない。

　　　　焼畑で栽培される作物には、そば、、、大豆、、、大根、、、等があるが、１年目にはそばを作ることが多かった。　これは、焼畑が山間の傾斜地で水はけの良い土地で行われることが多く、そばの栽培に適していたこと、短期間で収穫できること、手間があまりかからないこと、肥料分の少ない酸性の土地でもそれなりの収量を見ることができたことなどがその要因として挙げられる。

そばの根は、一見すると弱々しく感じるが、他の作物では吸収できないよう

な肥料分をも自らの根で溶かして養分としてしまうほど、肥料を吸収する力が

強いといった特徴を備えているのである。　そばが有するこの土壌の掃除屋と

も言える能力のため、そばを輪作の間に入れて、連作障害の防止を図ることも

実際に行われている。

　　　　今でも、焼畑をイベントとして行い、そばの栽培から収穫、そば打ちの一連の作業を皆で楽しんでいる所がある。　地域内外に広く応援団を募集して耕作放棄地を活用した焼畑によるそばの栽培等を行い、交流人口や関係人口を増やし、地域の振興につなげていくことも一つの方法として有効と考えられる。

　優良な種子を使い、種子は毎年更新する

　　　　そばの種子を選ぶ際には、周辺で栽培されているそばの種類を考慮し、同一種類のそばの優良な種子を選んで栽培することが大切である。

そばは他家受粉の虫媒花のために交雑し易いので、そばの栽培に取り組んで

いる地域内やその周辺地域では、絶対にそこで栽培されている種類のそば以外

は作らない、作らせないという対応が求められるのである。

また、種子としては、できる限り氏素性のはっきりした優良種子を使用する

必要がある。　遺伝学的に見て、良い種子からは良い個体が多く出現する可能

性が高いが、品質の劣る種子からは品質の劣る形質の個体が多く出現し、良い

個体の生まれる確率はかなり低くなってしまうと言えるからである。

そば栽培農家では、自家採取した種子を使うこともあるが、できる限り専門

的な種苗機関で採取した種子を使用し、しかも毎年それに更新していくことが

望ましいことは言うまでもない。

　　　　茨城県では、①県の農業研究所で原原種（大元になる種子）を作り、②この原原種を増殖するために、原種生産農家の畑（県北）に蒔いて原種を作り、③これを種子生産農家の畑に蒔いて栽培用の種子を生産し、④それを経済連が買い上げて一般のそば栽培農家へ販売するという形を採っている。　①～③の各段階で、常陸秋そばの本来の形質が出ていない物（異株）を抜き取って処分し、品種の均質化、安定化を図っているのである。

　　　　これを読んでいるあなたも、最高の玄そばが収穫されると定評のある常陸太田市の赤土地区の畑で、いばらき蕎麦の会のメンバーと一緒に常陸秋そばの原原種を使ったそばの栽培をしてみませんか！

　そばの収穫量は気象条件に大きく左右される

　　　 そばの種は、乾燥しきった土でも、実の一角が隠れれば発芽するほど乾燥に強い発芽力を具えているが、過湿には弱い。種が水に浸かる状態になると、酸素不足から発芽不良となり、１日を超えるような長時間の湛水では腐ってしまう。　従って、過湿状態の畑に種を播いたり、種を播いた直後に大雨があった場合には、発芽率が大幅に落ちてしまい、播き直しをしなければならなくなるようなことも現実に起こっている。

　そばを播く時期は、夏そば、秋そばの性質による違いや栽培する地域の初霜の時期等の気象条件によって決まってくるが、秋そばを播く時期には雷雨も多く、大雨による被害を受けやすいことは事実である。

また、「そばの一吹き」という諺があるが、収穫までの間に台風が来ることも多く、開花期から成熟期にかけての大雨や強風による倒伏、落果、早霜等の自然災害を受けることもしばしばで、豊作見込みが一転して不作という廻り合わせも避けられない、そばは将に天気に大きく左右される作物の観がある。そばの漢名には、「伏蕎」、「落麦」というものもあるが、これらはそばの特徴をよく表している言葉と言える。

　　　　 更に、播種時期を若干前後させるだけで、収穫量に大きな差が出る場合も

あり、栽培期間中の気象条件の的確な読みが試される面があることから、当

たるか外れるか一種の賭けの様相が出て来る。

秋そばは、早播きすると葉や茎が伸び過ぎてしまい、結実は思わしくない

が、遅播きの場合には結実は良好となる傾向がある。　このため、安全策と

して、播種時期を何回かに分けて危険の分散を図っている農家もある。

　　　　 そばを播く適期について、「すばるまんど粉八合」という言い伝えが長野県

や静岡県、奈良県、山口県等の各地に残されている。　これは、（牡牛座

にあるプレアデス星団のことで、規則正しく季節や時刻を知らせてくれる星

として、農作業の暦代わりに使われている）が夜明けに南中した時期にそば

を播けば、最もよく実り、そばの実が充実していて１升の実から８合のそば

粉が採れる（製粉歩留まりがかなり高い）というである。

愛知県西三河地域を対象にした『百姓伝記』（作者、年代不詳）にも、「す

ばるのまんときなるを節とすると言ひ伝へたり」とか「雪霜にあはざるうち

に花のおさまるやうにつくるがよし」いう記述がある。

　そばの種播き

　そばを播く畑は、やせ地の場合１０ａ当たり窒素２ｋｇ、燐酸３ｋｇ、加里４ｋｇを基肥として入れ、１５ｃｍ～２０ｃｍの深さまで耕しておく。　燐酸は、実肥と言われ、そばの稔実に大きな効果を発揮する肥料である。

　　　　 そばの種を播く方法には、一定の間隔の（播き溝は幅５ｃｍ～１０ｃｍ、深さ１０ｃｍ、畝間４５ｃｍ～６０ｃｍくらい）を作り、そこに種を播く「（すじ播き）」と畝を切らずに種をばら撒く「」とがあるが、土寄せや薬剤散布を行う場合にはすじ播きがよい。　湿害を低下させるためには、雨水を排除する機能を果たす溝を切り、高畝にした方が良いと言える。

小規模にそばを栽培する場合や傾斜地で機械力を活用できないような場合

には、昔ながらのやり方で、立ち鍬を使って畝を切り、そこに手に少量の種

をつかみ、指をひねりながら一定量が均等に落ちるように注意しつつ連続し

て種を播き、播き終わった所を足で薄く土をかけ、踏んでいく方法が一般的

である。　踏んだ方が種が土と密着し、発芽が早くなり、根もしっかり張る

ようになると言われている。

　　　　 現在では、大規模に省力化した栽培を行う方法として、６条～１０条の畝立てと溝切り、施肥、播種、土かけ、転圧の一連の作業を1回の走行で実施できる大型機械の導入が進んでいる。

大型機械を活用した大規模栽培の場合には、汎用コンバインを使った収穫

を行うことから、多少の倒伏は問題としないので、倒伏防止のための中耕・

培土は行わない。　従って、中耕・培土作業のために使う畝間を広くとる必

要は無いので、隣り合わせのそばとの条間を２３～２８ｃｍと狭くして、そ

ばの成長により条間をふさいで雑草を押さえるとともに、隣接するそばを互

いに支え合わせて、倒伏を防ぐようにしている。

　　　　　一方、一部には、畑を耕さずに直接種を播く不耕起栽培をやっている所もある。　畑を耕すと地中で休眠状態にある雑草の種子の発芽を促すことになるが、耕さなければ雑草の発芽を押さえられ、除草の手間がかからず、地中の微生物の増殖も妨げず、健全な土壌生態系が維持できるというわけである。

不耕起栽培で雑草の発芽を完全に抑えられるわけではないが、そば畑に生

えてきた雑草と競争することにより、そばの種族維持本能が発揮されれば、

充実した実の収穫を期待できる面もあるので、研究する価値のある栽培方法

とも言える。

　　　　　種は１０ａ当たりどのくらい播くのかというと、標準的には５ｋｇ、栽培技術が高く丁寧な管理ができる場合には４ｋｇ～４．５ｋｇくらい（薄播き）が適量とされている。

薄播きで、そばをがっしり育て、分枝を促した方が、実が充実し、厚播き

より全体の収量が増えるのである。　 厚播きにすると、密植状態になる結果、

茎は細くなって倒伏しやすく、充実した実が付きにくくなり、収穫量が低下

するので好ましくないというわけである。

　　　　 各種栽培試験の結果から、収穫量を最大にするそばの本数は、１㎡当たり１００本、１０ａで１０万本という数字が出ている。　播いた種子の苗立ち歩合を７０％と想定し、常陸秋そばの千粒重３４ｇを掛けると、１０万本のそばを成長させるためには、４．８５７ｋｇの種を播くことが必要となる。　　　　こうした実験結果と安全率を少し見て、１０ａあたりの播種量５ｋｇという数値が出てきたのである。

　　　　 大面積で機械力を使用して栽培する場合には、収穫量を確保する上で１０a当たり５ｋｇ程度を播くことが、遅まきの場合には1本あたりの花数が少なるので、それを本数でカバーするために６～７ｋｇと早播きの時より多めに播くことが必要となる。　また、天候不順による影響を考慮すれば、播種の時期を２～3回に分け安全性を高める対応も必要となる。

　地域によっては、春に播いて夏に収穫、2季作も可能

　　　　そばは、8月～9月に播いて10月～11月に収穫するというのが一般的であ

るが、中には春に播いて夏に収穫する栽培方法もある。　暖地の気象条件を活

用した春播き栽培がそれである。

そばは、霜に弱いので、霜が降る最後の時期がいつ頃になるのかで播種可能

な時期が決まってくる。　遅くまで降霜がある地域ではそばの春播きはできな

いが、３月初め頃までに霜が降りなくなる九州のような温かい地域では、春播

き栽培が可能となるのである。

　九州では、秋播きの場合には、開花時期や収穫時期に台風の影響を受けやす

く、収穫皆無というような状況に陥ることもあるが、春播きの場合にはその心

配は少ないという利点もある。

　ソバは、基本的には短日性植物であり、日が短くなるに従って花を咲かせ、

実を着けるのが自然であり、日が長くなる春に播いたのでは草丈ばかり繁茂し

て花着きが悪く、収穫がほとんどできないこととなってしまう。　しかし、こ

の弱点を克服しようという品種改良も行われていて、「春のいぶき」のように

日長条件下でも開花結実するソバの品種も誕生している。

　この「春のいぶき」を活用して、鹿児島県では3月中旬から、熊本県では4

月上旬に播種し、梅雨に入る前の6月上旬に収穫するそばが栽培され始めてい

る。　この結果、夏に日本一早い国産の新蕎麦が楽しめるようになってきた。

　そばは７５日で収穫できる

　　　　そばは、種を播いてから４、５日で発芽し、１０日程で１０ｃｍくらいに成長する極めて成長の早い植物なのである。

そばの茎が１５ｃｍくらいに伸びた段階で、中耕・培土（根際の土を浅く耕

し、土を茎の根元に１０ｃｍくらい被せる）を行い、そばの根への酸素の供給

量を増やすとともに雑草の繁茂を押さえ、そばの倒伏防止を図る。　そばは成

長が早く、いち早く葉を繁らせて他の植物の成長を抑えるような性質を持って

いるので、適期に除草を兼ねた中耕、土寄せを行うと、その後の雑草の繁茂を

防ぐことができるのである。

そばは、このようなところからスマザー・クロップ（抑草作物）と呼ばれて

いるが、そばの根からはや、が分泌され、これらが他の植物の発

芽や成長を阻害するのに働いている（アレロパシー＝他感作用）のである。

　　　　中耕以降の手入れの作業は必要無く、そばは急速に成長し、種播き後３０日から３５日で花が咲き始め、その後２週間くらいで満開となり、更に２０日くらいで収穫できるようになる。

そばの実は、受精後１０日程経つとが同化養分を蓄えて発育し、淡緑色

の実が丸みを持ち始め、２０日くらい経つと、果皮にタンニンが増えてきて実

が光沢のある黒褐色になり（黒化、黒変）、成熟の時期を迎えることとなる。

　　　　「そばは７５日過ぎたら見ないでも刈れ」という言葉があるように、そばは種播きから収穫までに必要とする日数が平均的に７５日と、極めて短期間の勝負ができる作物なのである。

手打ち用として、蕎麦の色や香りを優先的に楽しもうとする場合には、６５

日くらいの早刈りをするが、好みに左右される面があるものの、総合的な風味

という点では完熟した実の多い刈り方に軍配が上がるという意見もある。

　「そばに３匹がとまったら刈れ」という言葉は、茎の先端に付いている一

群のそばの実（１０粒くらい付いている）のうち３割くらい黒くなった段階で

刈り取ることにより、全体が完熟するまで待って増加してしまう脱粒を防いだ

方が収穫量が多いということを意味している。

そばは、花が一斉に咲くわけではなく、成長に伴い１月くらいかけて下の方

に付いている花房から上方の花房の順に次々と開花し、開花した順番に実が黒

化していき、黒化し充実した実から順に落ち易くなっていく性質を持っている。

そばは、このような特有の性質があり、稲のように実を着けた全量を収穫する

ことができず、かなりの部分が収穫前や収穫作業の過程で落下してしまう。

そのために、黒化の割合と脱粒の度合いを勘案して、最も収穫量の多く見込

　　　める時期に刈り取ることとなるが、天気にも左右され、収穫時期をいつにする

　　　のかの見極めには長年の経験が必要であり、難しいものがあると言える。

「そばは刈られたことを３日知らぬ」という言葉があるが、そばには葉や茎

の中に蓄えられた水分や養分を吸い上げて、未熟の実を熟させる性質（

）がある。　茎の先端のそばの実の３割くらいが黒化した段階であれば、収

穫作業に伴う脱粒を少なくできるし、後熟作用で黒化していないそばの実も刈

り取った後に充実していくことが期待され、全体の収穫量も多めに確保できる

という経験則がある。　しかし、特に薄緑色の香りの高いそば粉を手に入れよ

うとする場合には、早刈りが必要となることは言うまでもない。

　手刈りの場合は、先端部の黒化率が３割くらいになった頃から開始するのが

一般的である。　また、時間的には、午前中の湿度の高い時間帯に刈り取った

方が、乾燥してくる時間帯よりは脱粒を少なくすることができるとも言える。

刈り取った後も、雨が降らない場合は、地干しとして畑に寝かせたまま１～

２日日光に晒して乾燥させ、少し葉や茎を柔らかくしてから結束と運搬を行い、

脱粒を少なくするという方法も採られている。

　昔から、「そばは刈り急ぐより鎌をげ」と言われているが、これは切れない

鎌の衝撃で実こぼれが増えることを戒めたものである。　手刈りをする場合に

は、よく切れるを使い、そばを根こそぎ引き抜かないように注意して刈

り取る。　そばは、根が貧弱で根張りが浅く少ないことから、切れない鎌で刈

ると、根ごと引き抜いてしまい、根に付いていた土が実や葉に付着してしまう

ことも多く、結果として収穫後の調整に余計な手間がかかるようになるからで

ある。

　また、手刈りの場合は、杭を打って５０ｃｍくらいの高さに竹を横に渡した

「はざ（稲架）」に刈り取ったそばをそのまま集めたり、小束に結束して４、５

日間もたせかけるように立て掛けたり、「島立て」と称して刈ったそばを互い

に寄せ合って立て掛け、後熟させながら乾燥させる方法を採ることが多い。

そばの収穫時期は天気が安定せず、畑での乾燥期間中に雨に合うことも多い

が、強い雨に当たると雨滴によって畑の土砂が葉や茎、実にはね上げられて付

着し、脱穀後の磨き等の調整に手間がかかることとなってしまう。

　そばの栽培面積が小さい趣味のそば作りのような場合では、手刈りしたそば

を軒下などの雨の当たらない所で島立てして後熟させると、薄緑色をした香り

のよいそば粉を得ることができるので、試してみてはどうだろうか。

コンバイン収穫の場合には、未熟なそばを後熟させることができないので、

８０～９０％黒化してから行うのが一般的である。　また、コンバインで刈り

取り脱穀する場合には、早刈りすると折角収穫できた実の多くが刈り取られた

葉や茎に混じって排出されてしまう（脱穀選別損失）ことも多いので、必然的

に茎や葉の乾燥を待って完熟した実を収穫するといった遅刈りが行われてい

る。　そばは、黒変が進むと脱粒しやすくなり、コンバインでそばを引き起こ

す際の衝撃で多くの落下粒が発生（頭部損失）してしまう。　脱粒は、そばの

宿命とも言える特質なのである。

しかし、最近では、茎や葉と実を比較的きれいに取り分けることのできる高

性能のコンバインが登場してきていて、早刈りも対応可能となりつつある。

一般的な穀物の場合は、完熟したものを収穫することが当たり前であるが、

そばの場合には、そば粉にした場合の色や香りが珍重されていて、これが取引

価格を左右し経営に響くために、どうしても早刈りにせざるを得ないという特

有な状況もある。

　そばの実を取り出すための脱穀は、大規模に栽培している所ではコンバイン

により刈り取りと脱穀を一連の作業で済ましてしまうが、機械力が無かった時

代や小規模に栽培する場合には手作業となる。

そばの乾燥状況は、雨や曇り、日照、風等の気象条件に左右されるが、刈り

取ってから７～１０日前後でそばの実の含水率が１６～１７％くらいになっ

た頃に脱穀を行う。

そばの実は、果梗（実が枝についている部分）が細くてもろいために極めて

落ちやすいので、やビニールシート等を敷いて、その上に乾燥させたそば

の束を置き、棒等で叩くと簡単に脱穀できる。

　昔からそばの脱穀に使われてきた道具に、「くるり棒」がある。くるり棒は、

「（）」とも呼ばれ、稲の栽培とともに中国から伝来した物と見られる

が、２ｍくらいの竹竿の先に直角にと呼ぶ回転の際の受け軸を作り、転に

回転するようにした打ち板（棒）を取り付け、竿を上下に打ち下ろす運動で打

ち板の回転運動を起し、乾燥したそばの茎（束）を満遍なく叩いて脱穀してい

くものである。

山間部で小規模にそば栽培をしている所では、くるり棒を使ったそばの脱穀

は晩秋の風物詩として絵になる風景だったが、今では見ることも少なくなって

きている。

また、竹で編んで作った目の大きい背負い籠にそばの束を直接打ちつけて脱

穀する簡便な方法もあり、一部では今も行われている。

　早刈りは本当に良いのか？

　そばの早刈りは、本当に良いことなのであろうか？

様々な意見があるが、蕎麦を食べる側から見れば、香りが高く、色も良いこ

とから、高く評価されていて、これは蕎麦店側でも同様である。

　これを栄養学的に見ると、更に注目される評価が出ている。

　そばは、収穫時期が早いほど、粉にポリフェノールを多く含み、抗酸化性が

高いという結果が示されている。　また、黒化率が５０％以下の場合では、通

常の２倍のルチンが含まれているという調査結果もある。

　収穫から乾燥開始までの時間をできるだけ少なくするとその効果が高く出

るという調査結果があり、４時間以内にすると緑色の退色やルチンの含量の低

下を大きく防ぐことができるとされている。

　このような理想的な対応は、少量の栽培をしている場合ならいざ知らず、大

量の栽培をしている場合にはほとんど不可能とも言える。　しかし、そばの栽

培農家やそば関係者の方々が、このような調査結果があることを頭に入れて、

適切な対応に取組めば、色も香りも良く栄養面でも優れた蕎麦を味わうことが

できるようになることは確かなのである。

　調整作業は丁寧に

　　　 脱穀が終わったそばには、細かく砕かれたそばの茎や葉、無駄花に終わり茶

褐色になった花の残骸、土、小石等様々なが入っている。

これらを除去するために、大きなものは手で、小さいものはにかけて取

り除き、これを（江戸時代の元禄の頃、中国からもたらされた農器具）に

かけて風の力を利用して、充実していて重い実は一番口に、やや軽い未熟粒や

虫などに食われて被害粒は二番口へ、茎などの軽い夾雑物は三番口へ吹き分け、

充実したそばの実（玄そば）だけを取り出す調整作業を行う。

　このそばの実は、含まれる水分の割合が高いことが多いので、小規模に行う

場合は、の上に薄く広げて天日乾燥を行うこととなる。熱風などで強制的

に乾燥させてそばに余計な負荷を与える方法よりは、太陽の光で徐々に優しく

乾燥させる方法が、そばには最も適していると言える。

　今では筵を見ることはほとんど無く、代用としてビニールシートが使われる

が、これだと水分を遮断することには良いが、隙間ができないので玄そばの水

分の蒸発が円滑にいかず、乾燥作業に手間取ることとなってしまう。

昔の人は、筵を発明し、長年使用してきたが、身近にある材料を無駄にせず、

工夫して上手に使い、しかも乾燥作業に無駄なく、無理なく、ムラなく適切な

効果を上げてきている。　環境に優しい対応が求められている現在、筵を通し

て、先人の生活の知恵に改めて感心させられる次第である。

コンバイン収穫で大量に処理する場合には、収穫されたそばの水分が２０～

２５％くらいあるので、静置式（天地返しが必要）か循環式（乾燥ムラが少な

い）の乾燥機を使用して、風を利用して乾燥させることが一般的である。

　機械乾燥をする場合には、玄そばの品質低下を防ぐためにも、熱風を使わず

に常温（３０℃以下）の風で行う方式の方が良いと言われている。

　しかし、早刈りしたそばで含水率が高い場合には、３０℃～４０℃の加温通

風で乾燥させた方が高水分状態に置かれる時間が長い常温乾燥よりも、色や香

りの面での品質劣化が少ないという調査結果も出ている。

　玄そばの含水率は、手打ちがあまり盛んでなかった時代には、保管中の品質

低下を防ぐ観点から、他の穀物と同様１５％以下にするように、農林水産省の

定める「農産物規格規定」により義務付けられていた。

しかし、手打ち用のそば粉としては、風味、打ち易さの面等から見て、含水

率が１５％～１６％が適当とされている。　従って、手打ちそば用の玄そばの

含水率としては、製粉の際の水分の低下も考慮して、少なくとも１６％以下に

ならないように注意する必要がある。

　　　　機械で調整を行う場合、循環式乾燥機では乾燥作業の際に磨きも同時に行われ、乾燥が終了した玄そばは、選動盤に移され、茎や（未熟粒）などが選り分けて取り除かれる。　次に、グレーダーにかけて細かなや草の実等を除去し、最後に石抜き機で小石や金属片等を除き、調整が完了するのである。

　　　　機械力を使わずに、唐箕で選別したくらいの玄そばの場合には、夾雑物の除去が不十分なため、別途に磨きや石抜き作業等の調整を丁寧に行う必要がある。

　そばを保管する

　　　　そばを収穫した後は、玄そばの品質が劣化しないように、一定の温度（４℃）と湿度（７０％）で保管できる倉庫（低温恒湿保管庫）を活用することとなる。

　　　　玄そばは、高温に晒されると、脂質や葉緑素といった微量成分が化学変化を起こして、そば粉の品質が劣化してしまうのである。

　　　　玄そばが劣化するのは、玄そばが発芽に向かって準備活動を継続できる温度にあって、盛んに呼吸をしているからであり、逆に、そばの実の活動が鈍くなるような低温で、強制的に冬眠状態にして活動させなければ、玄そばの劣化を防ぎ、そば粉にした場合の劣化も少なくすることができるのである。

　　　　一般的に、種子を保管する場合の適温は、１１℃～１３℃と言われているが、冬眠したような状態にして種子の呼吸活動を最小限に押さえるためには、４℃程度の温度が適当とされる。　更に、抜き実にして真空パックにしアルミ包装の袋に入れて保管する方法や窒素ガスを充てんし、冬眠状態を確保して保管するという方法も一部では採られている。

　　　　４℃～―２０℃で貯蔵した場合には、１年間経過しても品質の変化はほとんどないという調査結果が出ている。　また、真空包装は含気包装に比べ品質保持効果が高いことが明らかとなっている。

　　　　昔は、現代のように低温恒湿の状態を保てる倉庫が無かったので、梅雨を過ぎ夏になると、そばの甘皮が薄緑色から褐色に変化していき、それとともに風味や粘りが落ちていくのは避けられなかった。　江戸時代には、「夏の蕎麦は犬も食わぬ」とか「夏の蕎麦はにやれ」と言われていたが、こうした事情を反映した言葉と言える。

そばの高温化での劣化を防ぐために、会津地方のように「雪室」（大量の雪を

冷却用に活用して食品等の保管をする一種の冷蔵庫）にそばを保管し、自然の

恵みを利用して玄そばの品質保持を図っている所もある。

　次回は、「粉をく」です。