

# キクイモ

*Helianthus tuberosus*

キク科



キクイモ

## 名前の由来

菊の仲間、地中に大きな芋をつくることから、キクイモ（菊芋）と名づけられた。漢字名：菊芋

## 形態的特徴

大型で、高さ1~3mになる。花茎は太く円柱状で、短く硬い毛がある。葉は大きくやや細長い楕円形で先はとがり、両面に粗い毛があり、ざらつく。頭花は橙黄色で小型のヒマワリのように、径は6~8cm。花の中央部には筒状花が集まり、周りに10枚ほどの細長い舌状花がつく。舌状花の先には3~5の浅い切れ込みがある。地中にこぶの多い大きな

芋を多数つける。

**類似種と見分け方**：イヌキクイモ。

キクイモとイヌキクイモは同種ではないかとの見方もあり、見分けるのは非常に困難。一般に言われている識別点は、イヌキクイモは地中の芋にこぶが少なく芋の形は紡錘形、開花期が8~9月とキクイモより早い点である。

## 生育環境・分布

道端や空き地、堤防、畑のふちなど。

**分布**：国外分布は、中北アメリカ（原産地）、ヨーロッパなど世界の温帯。

国内分布は、北海道から九州の道端や空き地、堤防などに群生。北海道に特に多い。

北海道内分布は、全道的に見られ、道端や空き地、堤防などに群生する。

十勝地方では、道端や空き地、堤防などに群生する。畑地の脇などに群生しているのもよく見られる。

## 生活史

**開花時期**：9月中旬~10月。**開花までの年数**：不明。

**寿命**：多年草。

## 他生物との関わり

花には虫が訪れる。

## 興味深い話

■キクイモはネイティブアメリカンが食用にしていた植物。1616年、フランス人のルスカルによってヨーロッパへ導入された。

■江戸時代末期には日本にすでに記録がある。

■明治時代以降に、食用・アルコール製造・飼料の目的で本格的に導入、栽培され、これらが野生化したと考えられている。

■第二次世界大戦後の食糧難時代にはキクイモは作付統制

の野菜となり、代用食として配給された。当時は家庭でも栽培された。

■キクイモにはイヌリンという多糖類が多く含まれており、近年「天然のインスリン」として注目を浴びている。イヌリンはビフィズス菌の働きも活性化させる。

■空腹時に低血糖を起こす可能性を持ち、胃腸を冷やす効果もあるので、食べる際は体質、体調、分量に注意が必要。

## 生活サイクル

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
開花期						■						
結実期						■						

### 参考文献

「日本野生植物館」奥田重俊編著 小学館 1997  
「原色日本帰化植物図鑑」長田武正 保育社 1976  
「日本帰化植物写真図鑑」清水矩宏他2名編著 全国農村教育協会 2001  
「北海道帰化植物便覧」五十嵐博 北海道野生植物研究所 2001

「北海道植物図譜」滝田謙譲 自費出版 2001  
「北海道の花」鮫島淳一郎・辻井達一・梅沢俊 北海道大学図書刊行会 1993  
『菊芋健康倶楽部へようこそ!』

<http://homepage2.nifty.com/kikuimo/>