厳しい寒さで甘さや旨みを増す冬野菜のスターたちが、大阪には勢ぞろい。実はメトロ沿線でも野菜が盛んに栽培され、
新鮮な大阪野菜を購入できるマルシェや、野菜に親しめるスポットが増えています。
この冬はメトロで、畑を訪ねて、買って食べて、大阪野菜をハンティング！ おいしい時間を満喫しに出発しよう。

冬の大阪野菜ハンティング！

突如、姿を現す農園。晩夏から秋にジャムやワイン向きのブドウが実をつける

訪ねる

公園よりもスポーツよりも！ 野菜の街「長居」へようこそ

取材・文／湯川真理子　写真／浜田智則　イラスト／神谷利男

長居と聞けば、市内有数の緑のオアシス「長居公園」。そして、桜色がまぶしいサッカーファンの聖地「ヨドコウ桜スタジアム」が思い浮かぶが、いつしか沿線きっての「野菜の街」になっていると聞いてやってきた。

懐かしくて新しい都会の畑

御堂筋線長居駅4号出口から、長居公園通り沿いを東へ15分ほど歩いてびっくり。住宅地の中にブドウ棚のある建物が見えてくる。先祖代々、農家だという西野孝仁さんと息子の勝博さんが営んでいる［西野農園］だ。入口には採れたての野菜が朝から夕方まで購入できる自動販売機もあり、都会らしさも感じられて面白い。

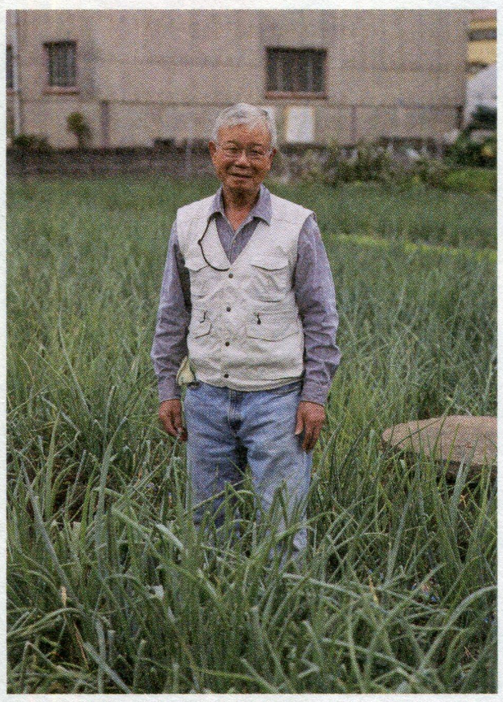
今の季節は菊菜がイチオシ。大阪府が全国一の出荷量（2019年・農林水産省統計）を誇り、関東では「春菊」と呼ばれているが、似ているようで実は品種がちょっと違う。菊菜はとにかく柔らかく、生でも楽しめるのが特徴。「加熱せず、ちりめんじゃこと和えるだけでおいしいよ」と孝仁さん。併設する直売所では野菜のほか、12月頃から真っ赤なイチゴ「紅ほっぺ」も販売。市内では珍しいイチゴ狩りは春先から。時期になると近所にあま～い香りが漂うそうで、何ともうらやましい。

ふわふわの菊菜は根っこが付いたまま一株ずつ収穫。根付きで販売すると鮮度が長持ちに

〝日本の葱の祖〟は長居の畑で復活

次は御堂筋線長居駅6号出口から西へ徒歩15分ほどの住宅地に囲まれたネギ畑。ネギといっても、ここにあるのは〝日本の葱の祖〟といわれる「難波葱（なんばねぎ）」（P9）。鴨肉とネギがのったそば「鴨なんば」の由来との説もある、なにわの伝統野菜＊で、どの世代にも馴染みが深い。

ニコニコ笑顔がトレードマークの［上田農園］の上田隆祥さんは84歳。一度は市場から姿を消してしまった「難波葱」復活の立役者でもある。収穫してくれたネギの中から出てきたトロトロの蜜がおいしさの肝で、甘さも旨みも別格。良質な土や水で育てた絶品の難波葱は加熱し過ぎは禁物。しゃぶしゃぶ感覚でサッと火を通して食べてこそ存分に魅力が味わえる。



ネギの蜜には身体の免疫力を高める効果があるそうで、「ずっと風邪を引いてないわ」

ネギの中に詰まった蜜（通称ヌル）の多さが、難波葱の特徴

＊なにわの伝統野菜
約100年前から伝統的に大阪府内で栽培され、苗や種子等の来歴が明らかな大阪独自の在来品種の野菜のこと。大阪府では、2005年から「なにわの伝統野菜認証制度」をスタートし、現在、19品目の野菜が認証されている。

案内人 湯川真理子
（ゆかわ・まりこ）

和歌山県田辺市生まれ。長年、情報番組などのテレビ制作に携わり、現在は食と農に関する取材をライフワークに関西の生産者を訪ね歩く。著書に『宝は農村にあり 農業を繋ぐ人たち』（西日本出版社）、共著に『大阪を食べる I 野菜果物編』（大阪農業振興協会）がある。

江戸時代初期から続く生産者も健在

長居公園の南側に位置する［田中農園］も、数多くのなにわの伝統野菜を育てている生産者の一人だ。「ひい爺さんも爺さんも父も農業をしていましたし、記録が残るだけでも江戸時代初期から400年続く農家です」と園主の田中雅己さん。大阪でも有数の歴史をもつ生産者が、伝統野菜をメインで作り続けている気概がカッコいい。毎月第1日曜に開催されている「四天王寺さんのわつか市」（P8）に出店もしている。

訪れた時はお正月に食べる「金時人参」が、ようやくミニサイズにまで成長していた頃。「葉っぱの柔らかい部分に衣をつけて揚げて、天つゆで食べるとおいしいよ。うどんにのせても良いね」。そうと聞けば、試さずにはいられない。長居公園内に今夏オープンした直売所にも出荷していると聞き、さっそく向かった。

田中さんは会社員を経て農園を継いで6年目

田中農園には、お正月用に集荷する金時人参をはじめ、難波葱、田辺大根、天王寺蕪などの冬野菜がずらり

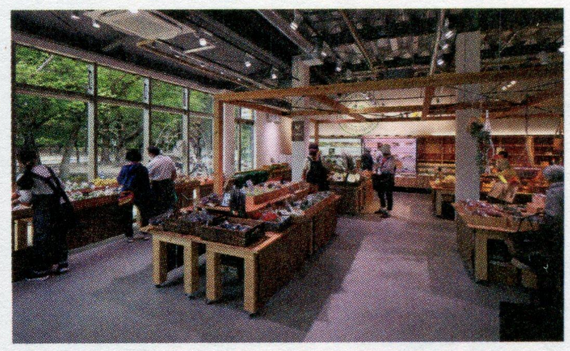
街のランドマークにも野菜スポットが誕生

7月下旬、さらに世代を超えて楽しめる総合公園としてリニューアルした［長居公園］。その目玉の一つが「食」の充実だ。南側に誕生した［OSSO MARKET＆KITCHEN NAGAI］は、マーケットとカフェが融合した「食の文化交流館」。店内に入ると、彩り鮮やかな野菜が目に飛び込んできた。生産者を一軒ずつ訪ね回ったという大阪や関西の野菜は、スーパーでは見掛けないユニークな野菜も多く、「これ、どうやって食べるん？」と興味津々でスタッフに尋ねる人が続出。大きいカバンは必須、駅すぐという立地は買い物の強い味方だ。

カフェでは旬の野菜たっぷりのカレーやハンバーグなどが楽しめる。天気の良い日にはテラス席でランチをしたり、マーケットの野菜たっぷり弁当やおにぎりを買ってピクニックしたりする姿も増えているそうだ。長居に来る目的がスポーツ観戦やイベントではなく、「野菜」になる日も遠くはなさそうだ。

野菜たっぷりのOSSOバーグ（スープ付き）1,000円、赤しそスカッシュ450円

店内は通路も広々としていてベビーカーや車いすユーザーも買い物しやすい設計になっている



長居公園に誕生した新しい野菜スポット
OSSO MARKET＆KITCHEN NAGAI

2022年7月29日にオープン。スタッフが訪ねて出会った大阪の生産者たちの熱い思いに刺激を受け、「そのおいしさを伝えたい」「おすそわけしたい」とマーケットに並ぶ野菜は、陳列や野菜とともに並ぶポップにも工夫が満載。キッチンでは野菜＆果物のカラフルなスムージーやドリンク、スイーツもそろう。

◎大阪市東住吉区長居公園1-1
☎06-4703-5756
営業時間：10:00～21:00
定休日：水曜（祝日は営業）

絶好のロケーションにあるロッジ風の外観が目印

旬の野菜を自販機でも
西野農園

冬は菊菜をメインに、キャベツ、白菜、カリフラワー、「天王寺蕪」「田辺大根」などの伝統野菜が旬を迎える。イチゴ（紅ほっぺ）の販売は12月頃～。イチゴ狩りは3月初旬～5月まで。直売所だけでなく、自動販売機でも採れたての旬野菜が購入できる。何があるかはその日のお楽しみ。

（左）西野孝仁さん、（右）息子の勝博さん

御堂筋線長居駅4号出口から徒歩15分
大阪シティバス4号系統長居公園南口停留所から徒歩3分
◎大阪市東住吉区矢田1-16
営業時間：自販機販売：8:30～18:00
イチゴ狩り 13:30～（HPより完全予約制）
料金：いちご狩り 大人（中学生以上）2,300円、小学生1,500円、未就学児（2歳以上）1,000円

幻の「難波葱」復活の親
上田農園

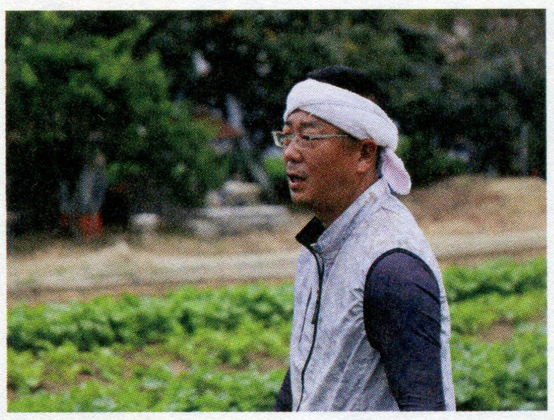
味は絶品だが、柔らかい葉が流通過程で折れてしまい市場流通には不向きと、一時は姿を消していた幻のネギ。上田隆祥さんが自家用に栽培を続け、種が保存されていたことから奇跡的に復活。かまぼこの老舗「大寅蒲鉾」もその味に惚れ込み、上田農園の難波葱を使用した天ぷらを季節販売するほど（今年度は不作により販売なし）。

この立派さでも成長途中。最旬は2月

御堂筋線長居駅6号出口から徒歩15分
大阪シティバス25・54・62・63・64・65・67号系統府立総合医療センター停留所から徒歩7分
◎大阪市住吉区大領3

なにわの伝統野菜ならお任せ
田中農園

400年以上続く農園で、夏は「毛馬胡瓜」「勝間南瓜」、冬は「難波葱」「金時人参」「天王寺蕪」「田辺大根」など、なにわの伝統野菜に力を入れている。「おいで～菜 平野店」（P5）、「四天王寺さんのわつか市」（P8）で販売するほか、無病息災を祈る四天王寺の「節分星祭」（P8）にも作った「天王寺蕪」を提供している。畑での直接販売は不可。


佇まいすら勇ましい田中雅己さん

御堂筋線長居駅4号出口から徒歩10分
大阪シティバス24号系統東長居住宅前停留所から徒歩2分
◎大阪市住吉区長居東3

※国や自治体から緊急事態宣言や、外出自粛要請が発令されている際は、お出かけをお控えいただきますよう、お願いいたします。また、緊急事態宣言解除後もお出かけの際は密集・密接をつくらないようご配慮ください。