aff あふ

agriculture + forestry + fisheries

2

February 2010

平成22年2月1日発行（毎月1日発行）
第41巻第2号通巻473号
ISSN 0387-1452

特集

野菜をめぐる新しい動き

農林水産省

aff あふ 2 February 2010 平成22年2月1日発行（毎月1日発行） 第41巻第2号通巻473号

発行人／農林水産省 http://www.maff.go.jp
〒100-8950 東京都千代田区霞が関1丁目2番1号
印刷／共立印刷株式会社 Printed in Japan

伝統野菜の復活をめざす動きが、全国各地で盛り上がっています。
伝統野菜とは、その土地で古くから作られてきたもので、採種を繰り返していく中で、
その土地の気候風土にあった野菜として確立されてきたもの。
地域の食文化とも密接していました。
野菜の揃いが悪い、手間がかかる、という理由から、
大量生産が求められる時代にあって生産が減少していましたが、
地産地消が叫ばれる今、その伝統野菜に再び注目が集まってきています。

野菜をめぐる新しい動き

伝統野菜の実力

photo:Atsushi Soumi

伝統野菜ってどんな野菜？

古くから作られてきた伝統野菜は、今日まで命を育み、命をつないできた野菜で、その産地の人や風土、食文化を育ててきました。スーパーで並んでいる野菜と比べると生産効率は断然悪いし、揃いが悪いので流通にはあまり適していません。また、旬の時期しか生産できない季節限定野菜。今は冬でもナスやトマトの夏野菜がスーパーに並んでいますが、そういうことが伝統野菜にはできません。このように並べると、「伝統野菜って何がいいの？」と思われる方もいるでしょう。しかし、前述したことを逆に考えてみてください。揃いが悪いのは、「個性がある」とも捉えられるし、季節限定野菜というのも、「旬が感じられる野菜」と捉えることができるでしょう。伝統野菜には今の野菜にはない強い香りや、えぐみ、苦み、甘みや旨味といった多様な味が備わり、日本人の繊細な味覚を育ててきたといっても過言ではないのです。

財団法人東京都農林水産振興財団勤務・食育アドバイザー
大竹道茂さん
平成元年より江戸東京野菜の復活に取り組む。江戸東京・伝統野菜研究会代表、英国国立ウェールズ大学大学院環境プログラム講師、フード・マイレージディレクター、江戸東京野菜普及推進連絡協議会顧問。著書・監修本に、「江戸東京野菜（物語篇）」、「江戸東京野菜（図鑑篇）」（いずれも農文協）がある。

圧倒的な存在感。
聖護院大根
重さ3〜4kgにもなるという大型の丸い大根で、京都の代表的な伝統野菜。文政年間に尾張の国からやってきた長大根が採種を重ねるうちに大きな丸型になったと伝えられている。身は甘くて柔らかく、おでんなどの煮物に最適。京都の冬には欠かせない食材である。

ちょっと長すぎ?
練馬大根
徳川五代将軍の綱吉が尾張から種を取り寄せ、現在の東京都練馬区で栽培を命じたという江戸東京野菜。繊維が多く、水分は少ないため沢庵に適している。形状にはいくつかあるが、「細長尻」では長さが1mにも及び、抜きづらい。一時生産が途絶えていたが、現在は練馬区から委託を受けた農家により1万数千本が収穫されている。

●農林水産省ホームページでの伝統野菜に関するアンケートに寄せられた情報についてもご紹介させていただきました。
ご協力ありがとうございました。

伝統野菜は個性派ぞろい。

きめ細かな肌、スタイルも抜群!

亀戸大根

江戸時代から現在の東京都江東区亀戸で栽培されていた江戸東京野菜のひとつ。白くてきめ細かな肌から、「お多福大根」と呼ばれ重宝されていた。先がクサビ型に尖っているのが特徴で、スッとした姿が美しい。茎は白く、葉は柔らかで食べやすく美味しい。ビタミンCも普通の大根より豊富。

ずんぐり体形が愛らしい。

源助大根

愛知県の宮重系統と、練馬系打木在来種の自然交雑によってできた加賀野菜のひとつ。ずんぐりとした円筒形が特徴で、やわらかい肉質と白くてキレイな肌が特徴。煮崩れしにくいので煮物には最適とされる。旬の時期が短い、稀少な野菜。

ベストドレッサー賞。

糸巻き大根

宮崎県の西米良で古くから栽培されている伝統野菜。色は赤紫と白の2種類があり、いずれも糸を巻き付けたような筋が入っていて、外見が美しい。ひときわ甘みの強い大根で、食感はカブに近く非常に柔らか。形や色にばらつきがあり、1本1本に個性が感じられる。

下仁田ねぎは江戸の徳川将軍に毎年献上されていたことから別名「殿様ねぎ」とも呼ばれる。太い姿が特徴で、煮ると柔らかくなり、まろやかな甘みがでる。鍋物には欠かせないねぎ

生産の現場から

下仁田ねぎ生産者

群馬県下仁田町・榊原盛一（さかきばら もりいち）さん

下仁田ねぎは郷土の伝統と誇り。手間ひまを惜しまず、愛情を注ぐ。

「下仁田ねぎの生産量は、うちが町で一番。あっちにもこっちにもねぎ畑があるんだよ。下仁田ねぎ一筋！」

下仁田ねぎ作りにかかわって40年にもなるという榊原さん。笑顔が絶えない気さくな人柄とは裏腹に、下仁田ねぎに関しては頑固なまでのこだわりよう。夫婦二人三脚で、より美味しいねぎを作るための方法を独自に切り開いてきました。

種をまいて仮植するまで７カ月。３カ月後に定植。種をまいてから約14カ月でようやく収穫。手間はかかりますが、別の畑に植えかえる回数を増やすことで土の養分を十分に吸収させ、太くて旨味の強いねぎに育つといいます。

榊原さんのこだわりはこれだけではありません。土に米ぬかをまいて甘みを強くするのは独自に考案したものだし、除草剤はまかないと決めているので、雑草はひたすら手で取らなければいけません。手間も時間もかかるけど、ねぎ作りは楽しくてしょうがない、といった様子。

「下仁田ねぎは生では辛みが強くて食べられないけど、火を通すと甘いのなんの」

そのとおり。榊原さんの愛情をたっぷり受けて、甘く育った下仁田ねぎは絶品でした。

効率よく収穫できないけれど、それが本来の野菜の姿だと思う。

江戸時代から現在の江東区亀戸で栽培されていた、亀戸大根。現在は生産者がわずかで、市場ではなかなかお目にかかれない江戸野菜のひとつ。その数少ない生産者のひとりである木村重佳さんを訪ねました。

「伝統野菜は一斉収穫できないので手間はかかります。収穫時期は１本１本違うし、それが勘で分かるというものではないから、抜いてみるまで分からない。でも、それが野菜の本来の姿だと思います」

種を買い、独学ではじめた亀戸大根栽培。農業改良普及センターにもデータがほとんどないので、１年目の収穫は全滅に近い状態だったといいます。なかなか手強い相手ですが、「Ｆ１種※のように画一化されていない野菜だからこそのおもしろみがある」と木村さん。野菜にも個性を！「だってそうでしょう、多様性がなきゃ、生物としておもしろくないですから」。

亀戸大根生産者

東京都江戸川区・木村重佳（きむら しげよし）さん

出荷前の亀戸大根。見た目のキレイなものと、小ぶりなものや形のいびつなものを分けて納めている

※ Ｆ1種とは、系統の異なる親同士を交配してできた雑種第一代のこと。スーパーで一般的に売られている野菜はこれにあたる。

上：台場小学校校長の松本先生と、学校屋上の菜園で。「今年はだいぶ小ぶりだね」
下：台場小学校で育てた品川カブ。普段私たちが見ているような丸いカブとは異なり、長さ20〜30cmにもなる

一見すると普通の八百屋さんだが、店頭の一角には旬の新鮮な江戸東京野菜が並べられている

販売
の現場から

マルダイ大塚好雄商店
大塚好雄（おおつかよしお）さん

伝統野菜を通じて地域と触れ合う。八百屋としてこんなにうれしいことはない。

江戸の伝統野菜をたくさん揃える珍しい八百屋さんが品川にあります。今の季節なら滝野川ごぼうに小松菜、練馬大根……。その時期の旬の江戸東京野菜たちが、にぎやかに店頭に並んでいます。

「江戸東京野菜は頭に地名がつくものが多いんです。滝野川ごぼうとか亀戸大根とか。自分の住んでいる地域の名前がついていると、その野菜に対する思いが強くなりますよね」と語るのは店主の大塚好雄さん。

地元品川の名前がつけられた「品川カブ」に話が及ぶと、大塚さんの目はさらに輝きます。東海道の第一宿場町「品川宿」だったこのあたりは、今でこそ農地ゼロですが、江戸時代には品川カブが作られていたといいます。

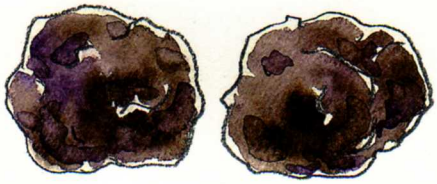
品川ではすでに廃れてしまっていたカブが、小平市の農家で栽培されていることを大塚さんが知ったのが2007年のこと。翌年から種を譲り受け、品川区の小学校や区民農園で栽培してもらうよう無料で種を配布したり、栽培指導をしたりと、品川カブの普及活動を積極的に行ってきました。最近では、品川カブの存在は地域にすっかり定着。地元商店と協力し、カブ入り餃子やケーキなどの商品化も進めています。

品川カブをはじめとした江戸東京野菜復興への取り組みは、いまや大塚さんのライフワーク。店の近くにある品川区立台場小学校では、大塚さんの指導のもと、子どもたちが屋上の菜園で品川カブを育て、給食で食べるという取り組みが毎年行われています。

「子どもたちと種をまき、収穫したカブを給食で一緒に食べて。八百屋をやっていてこんなにうれしいことはない」と大塚さん。伝統野菜への取り組みを、地域の活性化につなげたいと熱い思いを語ってくれました。

野菜をめぐる新しい動き

伝統野菜の実力



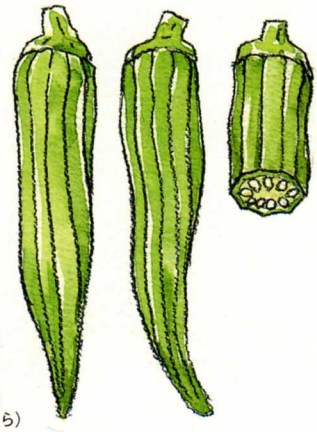
奈良
大和いも
（やまといも）
関東地方でいう棒状もしくはバチ状のヤマトイモとは違い、つくねいもと呼ばれる種類。こぶし状の形をもち、ねばり気が強く濃厚な味わいがある。

●大和伝統野菜（奈良県）
大和まな、千筋みずな、宇陀金ごぼう、ひもとうがらし、軟白ずいき、大和きくな、大和三尺きゅうりなど。戦前から奈良県内で生産され、地域の歴史・文化を受け継いだ独特の栽培方法により、味、香り、形態、来歴などに特徴をもつ17品種が選定されている。

●加賀野菜（石川県）
金沢市農産物ブランド協会が認定した、城下町金沢にて栽培される15品種の野菜。さつまいも、加賀太きゅうり、打木赤皮甘栗かぼちゃ、加賀つるまめ、金沢一本太ねぎ、源助大根、ヘタ紫なす、二塚からしな、加賀れんこん、赤ずいきなど。

石川
金時草
（きんじそう）
熊本で栽培されていた水前寺菜が、江戸時代に石川県に伝えられたという。独特の風味を持ち、ゆでるとぬめりが出る。葉の裏が赤紫色で金時豆、金時芋に似ていることが名の由来。

島根
津田かぶ
（つだかぶ）
松江市津田地区一帯で栽培されている赤かぶ。地上に出ている部分が赤紫、地中の部分が白色、そしてまが玉のように曲がった形をもち、漬物に利用されている。



広島
広島おくら
（ひろしまおくら）
一般的な5角形ではなく、8〜9角形でひと回り大きな形をもつのが広島おくら。大きくて肉厚、うぶ毛がなく柔らかくて粘りも強いという特徴をもつ。

●なにわの伝統野菜（大阪府）
100年ほど前から栽培され、府内で生産されている、種等の確保が可能な野菜、という基準を満たした17品種。玉造黒門越うり、勝間南瓜、大阪しろな、金時にんじん、天王寺かぶら、芽じそ、鳥飼なす、三島うどなど。

大阪
毛馬きゅうり
（けまきゅうり）
長さは30cmほどで細長く、3分の2は白から黄色味をおびるきゅうり。大阪市都島区毛馬町において江戸時代から栽培されて、漬物に多く利用されている。

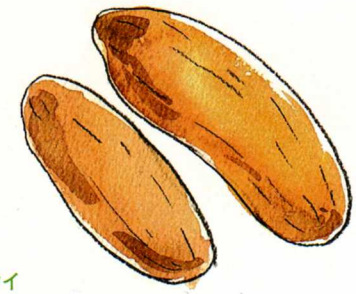
長崎
長崎白菜
（ながさきはくさい）
別名「唐人菜（とうじんな）」。白菜とはいえ結球せずに、葉は外側に広がっている。中国からもたらされたもので、長崎雑煮には欠かすことのできない野菜として定着している。

●京の伝統野菜（京都府）
京都府が伝統的に生産されている野菜として認定したものは全41品種あるが、すでに2品種は絶滅している。伏見とうがらし、万願寺とうがらし、花菜、金時にんじん、九条ねぎ、みず菜、聖護院大根、鹿ケ谷かぼちゃ、京山科なすなど。

京都
堀川ごぼう
（ほりかわごぼう）
長さ80cm、太さ5〜6cmと一般のごぼうとはまったく違う姿をもつ堀川ごぼう。栽培途中で一度引き抜き、再度植え直すという手間のかかる栽培法のため、高級品として扱われている。

●ながさきの伝統野菜（長崎県）
古くから海外との貿易港だった長崎。長崎市内を中心に県内には、海外から伝わり長崎の地で育てられた伝統野菜もある。辻田白菜、長崎赤かぶ、長崎たかな、紅大根、ゆうこう、雲仙こぶ高菜、枝折れなすなど。

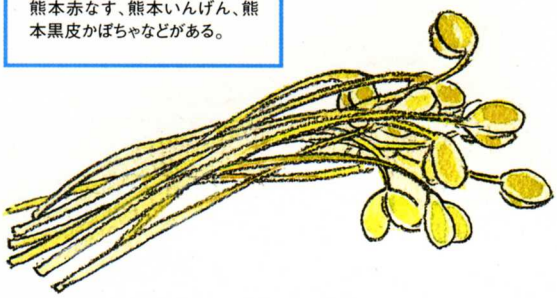
愛媛
伊予緋かぶ
（いよひかぶ）
松山市出身の正岡子規の俳句にも登場する、鮮やかな紅色のカブ。かつては、松山城が見える畑でないと育たない、とも言われていたほどの松山を代表する伝統野菜。



沖縄
モーウイ
赤茶色に細かな網目模様が特徴のウリ科の野菜。果肉は白く淡泊な味わいできゅうりに似ているが、青臭さはない。15世紀に中国から伝来し、琉球王朝時代の宮廷料理に利用されていた。

●ひご野菜（熊本県）
加藤清正が保存食としてろう城に備えたと言われるずいきなど、熊本市が選定したひご野菜は全15品種。熊本京菜、熊本長にんじん、ひともじ、水前寺菜、熊本赤なす、熊本いんげん、熊本黒皮かぼちゃなどがある。

熊本
水前寺もやし
（すいぜんじもやし）
熊本地方で正月の雑煮に使われる期間限定の大豆もやし。25〜30cmと大型のもやしは、細く長く生きたい、との願いを込めた縁起物で江戸時代の頃には栽培されていたとされる。



illust:Yuriko Aso

全国伝統野菜マップ

全国各地には、その地域で長らく栽培され親しまれてきた野菜が紹介しきれないほど存在します。
誰もが一度は耳にしたことのある全国的に知られたものから、
本当に一部の地域でしか作られていない貴重な在来種までさまざま。
古くから地域の食生活に密着した伝統野菜に目を向け、その美味しさにも注目してみましょう。

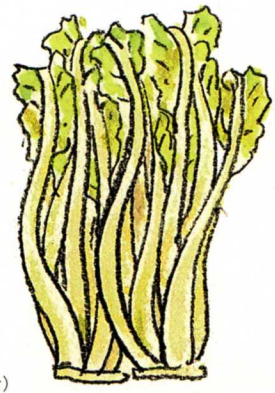
福島
会津小菊かぼちゃ
（あいづこぎくかぼちゃ）
薄い赤褐色と硬い外皮が特徴のかぼちゃは、江戸時代から作り始められたという。日本かぼちゃ独特のねっとりとした食感は、昔懐かしい味わい。

●会津の伝統野菜（福島県）
雪中あさづき、荒久田茎立、ちりめん茎立、会津丸茄子、真渡瓜、立川ごぼう、舘岩かぶ、会津赤筋大根、アザギ大根など、会津地域の気候、風土に育まれ独自の食文化と結び付いた在来種の野菜14品種。

北海道
八列とうもろこし
（はちれつとうもろこし）
名前のとおり粒が8列に並んだスマートな姿が特徴の"とうきび"。硬めの粒はかみしめるごとに甘みを感じられる。干して乾燥後、粉にして利用することも。

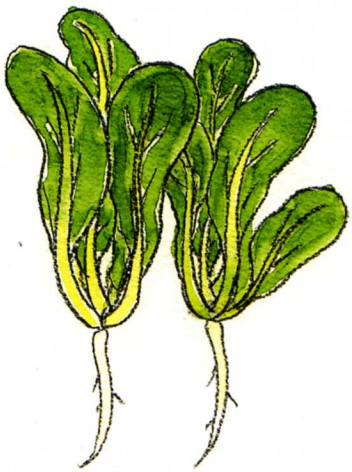
新潟
長岡巾着なす
（ながおかきんちゃくなす）
大型で丸みをおび、縦にしわのある形はまさに巾着袋そっくり。地元での代表的な食べ方は、硬めの身をふかして生姜と醤油などでいただく。

●にいがたの伝統野菜（新潟県）
古くから新潟にある品種に加え、北前船によって運ばれ根付いたものなど、地域ごとに豊かな自然に恵まれた野菜がたくさん。やきなす、久保なす、城之古菜、長岡菜、黒十全、魚沼巾着、かぐらなんばん、大崎菜、高田シロウリ、千本ネギなど。



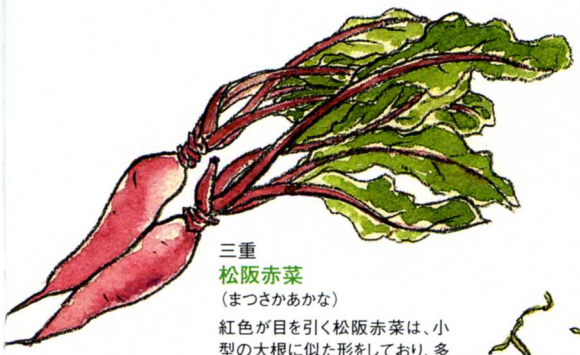
山形
雪菜
（ゆきな）
雪の中で成長したカブの芽の部分を食べる珍しい野菜。雪深い冬の間の貴重な生鮮野菜として利用されてきた。サラダでも食べられるが、熱湯に通すと独特の辛みが生まれる。

東京
伝統小松菜
（でんとうこまつな）
現在出まわっている小松菜は、交配を重ね改良されたもの。茎のすらっと伸びた一般のものに比べ、茎の下から葉のついているのが伝統小松菜の特徴。



●江戸東京野菜（東京都）
かつては京野菜にも劣らないほど、さまざまな野菜が栽培されていた東京。練馬大根、大蔵大根、亀戸大根、馬込三寸にんじん、東京長かぶ、東京うど、谷中しょうが、金町こかぶ、などなど実に多くの野菜がある。

●山形おきたま伝統野菜（山形県）
山形県南部の置賜（おきたま）地方に古くから伝わる野菜の総称。山形おきたま伝統野菜委員会により認定された野菜は11品種。うこぎ、小野川豆もやし、おかひじき、薄皮丸なす、花作大根、紅大豆、高豆くうり、などがある。



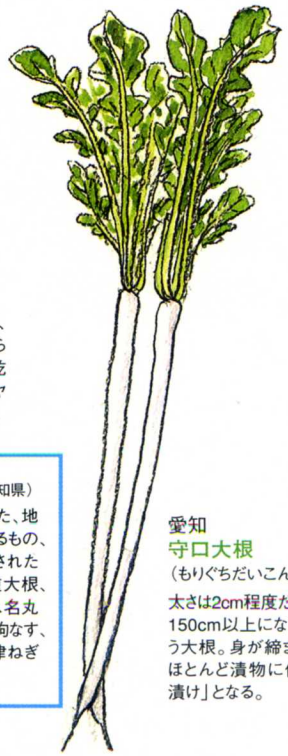
三重
松阪赤菜
（まつさかあかな）
紅色が目を引く松阪赤菜は、小型の大根に似た形をしており、多くは漬物にして食べられている。松阪城を築いた蒲生氏郷（がもううじさと）が近江から松阪に伝えたといわれている。

●飛騨・美濃伝統野菜（岐阜県）
あきしまささげ、あじめコショウ、きくいも、千石豆、飛騨一本ねぎ、飛騨紅かぶ、まくわうり、紅うどなど。古くから栽培され地域に定着している野菜を県が認証したもので、現在27品種ある。

岐阜
桑の木豆
（くわのきまめ）
養蚕のために必要な桑の木に、ツルをはわせて栽培したことから命名されたインゲン豆の種。乾燥保存したものを水で戻し、サヤごと煮物などに調理して食べる。

●みえの伝統野菜（三重県）
三重なばな、芸濃ずいき、伊勢いも、きんこ（さつまいも）、たかな、松阪赤菜の6品種。生産量、歴史性、地域性、商品価値、品種・品質からなる選定基準により、県によって選ばれた三重を代表する伝統野菜。

●あいちの伝統野菜（愛知県）
50年前には栽培されていた、地名人名が愛知県に由来するもの、などの定義を満たし選定された伝統野菜は35品種。宮重大根、碧南鮮紅五寸にんじん、八名丸さといも、愛知本長なす、天狗なす、青大きゅうり、大高菜、越津ねぎなど。



愛知
守口大根
（もりぐちだいこん）
太さは2cm程度だが長さは120cm、150cm以上になることもあるという大根。身が締まって硬いため、ほとんど漬物に使用され「守口漬け」となる。

神奈川
三浦大根
（みうらだいこん）
一般に流通している青首大根に対して、中ぶくれした形が特徴の三浦大根は、白首大根に含まれる。文字通り大根の産地として有名な三浦半島で栽培され名付けられた。

伝統野菜を盛り上げる、こんな取り組みをしています！

食育

地元のなすは美味しいね。

東京都墨田区立第一寺島小学校

同校がある東向島のエリアは、江戸時代には野菜の生産地として有名で、なかでもなすは、「寺島なす」と呼ばれ特産品であった。大正時代以降作られなくなっていた寺島なす。同校では食育活動として、寺島なすを地域に復活させるべく栽培をはじめた。下級生は観察、上級生は栽培や管理と、学年のレベルにあわせ、全校をあげて取り組んでいる。収穫したなすは給食で使用。なすが苦手な子も、自分で育てたから「美味しい！」。

寺島小学校での食育風景

競技大会の様子

大根を引っこ抜くのって大変。

東京都練馬区

長さ約１m、中太りの形で引き抜くのが大変な練馬大根。昭和30年代以降ほとんど生産されなくなっていたこの大根を復活させようと、練馬区とJA東京あおばが企画した「練馬大根引っこ抜き競技大会」。昨年末に行われた第３回大会では、過去最高の401名がエントリー。制限時間内に引き抜いた本数などを競った。収穫した大根は4,000本で、うち3,000本は区内の小中学校の給食で使用される。子どもも大人も、楽しいイベントを通して農業体験ができる。

ひご野菜は僕たちが守る！

熊本県立熊本農業高校

熊本農業高校では、熊本で江戸時代から作られてきた「ひご野菜」の種苗や農法を継承していく取り組みとして、地元農家と協力しながら、野菜の研究、栽培、販売、食の交流会といった活動を行っている。その姿勢が評価され、2009年度、「地域に根ざした食育」の全国コンクールで、同校が農林水産大臣賞に輝いた。ひご野菜のひとつである「水前寺もやし」は、栽培農家が一戸となってしまったことから生徒たちが立ち上がり、収穫を手伝うようになった。

水前寺もやし

水前寺もやしの収穫風景

外食産業

人と地球の健康を考えたら伝統野菜でした。

江戸野菜居酒屋・江ど間

JR五反田駅から徒歩３分のところにある、江戸東京野菜を使ったヘルシーな料理が自慢の居酒屋。東京産の野菜を使った料理は、人の健康にいいのはもちろん、地産地消が実現できるため環境にもやさしい。店のメニューは江戸東京野菜を使ったおでんや鉄板焼きが中心。「強い味をつけずに、野菜本来の味を楽しめるようにしている」と店主の宮城さん。外食産業のこういった取り組みは、各地の伝統野菜の普及に貢献している。

千住ねぎを丸ごと1本使った「千住ねぎの一本焼」

28〜35ページは裏表紙よりお読みください。

町おこし

江戸東京野菜で町おこし大作戦！

東京都小金井市

東京の郊外にある小金井市には、「江戸東京たてもの園」と東京農工大学の繊維の博物館があり、江戸の「衣」と「住」に触れることができる。ここに「食」を加え、江戸の「衣食住」が体験できる町として盛り上げていこうと、江戸の伝統野菜を使った取り組みが行われている。具体的には、亀戸大根や金町コカブなど、生産が少なくなっている伝統野菜を市内の農家に栽培してもらい、それを市内飲食店で食べられるようにする。伝統野菜にまつわるさまざまな催しも開催。伝統野菜が市内の農業の活性化や、市外からも人を呼べる町づくりに一役買っている。

江戸東京野菜が食べられる店の目印

加工品

八事五寸にんじんの甘みを活かして。

愛知県名古屋市・八事商店街

名古屋市天白区・昭和区で大正時代より作られていた「八事五寸にんじん」。作付面積は減少しているものの、現在も市内で生産されている「あいちの伝統野菜」。甘みが強く、柔らかくて早く煮えるのが特徴だ。地元の八事商店街では、町おこしの一環として、このにんじんを使ったドレッシングやスープをプロデュース。すりおろしたニンジンを使ったドレッシングは粒感とにんじん本来の甘みが味わえるのがウリ。にんじん嫌いの人にも食べやすいと評判とか。着色料や保存料は不使用。

八事五寸にんじん

商店街がプロデュースした商品

尼いもで作った芋焼酎

復活した尼いも

復活した尼いもで新しい名産品を

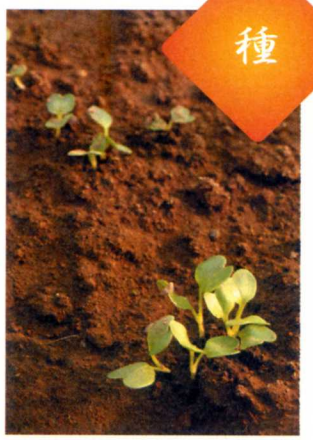
兵庫県尼崎市

江戸時代から昭和初期まで兵庫県尼崎市の特産品だった「尼いも」を復活させようと、市が2005年度からはじめた「尼いも復活プロジェクト」。尼いもは普通のサツマイモよりも小さく、甘みが強いのが特徴。農地の減少や台風による水害で栽培は年々減少し、昭和30年代には栽培が途絶えてしまっていたが、現在は同プロジェクトをもとに市内農家で栽培をはじめ、年々収穫量を増やし、一昨年には、収穫した芋で焼酎を作り商品化している。その名も「尼の雫」。地元の新しい名産品として注目されている。

種

種から伝統野菜の輪を広げる。

埼玉県飯能市・野口のタネ

伝統野菜は自分で育てることもできる。特別難しいことはなく、畑でもプランターでも作れてしまう。そこで少し種の話を。伝統野菜は「固定種」と呼ばれる種になる。スーパーなどで売られている野菜は、「F1種」と呼ばれるもので、系統の異なる親同士を交配してできた雑種第1代。種は自家採取せず、毎年新しい種を買う必要があるが、形や大きさの揃いがいい、成長が早いなどの理由から、大量生産を必要とする農家にとって都合がいい。その対局にあるのが固定種で、長い年月をかけ、その土地の気候風土に適応した野菜から種採りを繰り返し、形や色、味を固定化していったものである。「野口のタネ」は、固定種に特化した全国的にも珍しい種屋さん。野菜の種類も豊富で、オンラインショップで購入できる。

http://noguchiseed.com