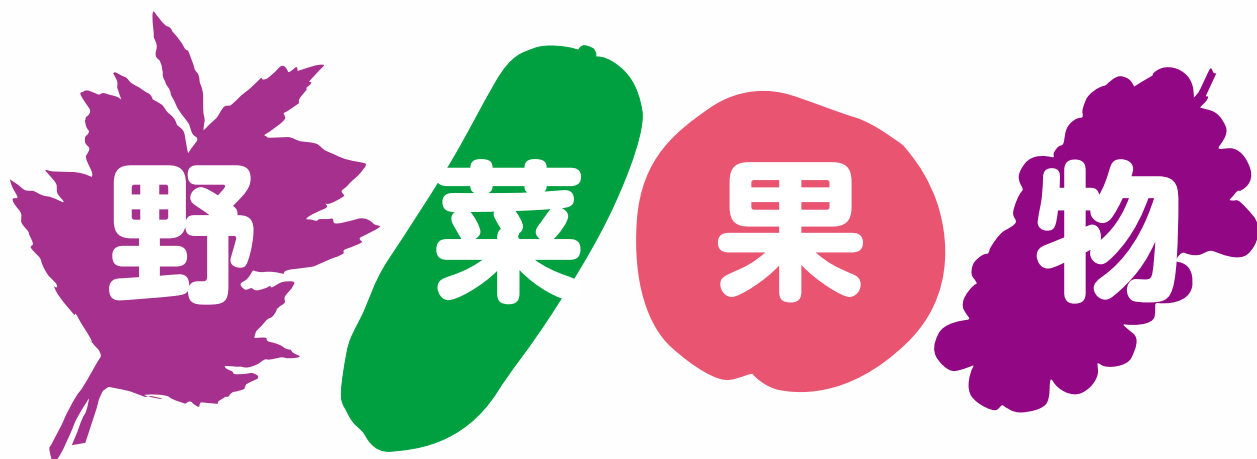




はじめに

この冊子は、金沢で作られている主な野菜や果物について、小学校高学年の皆さんにわかりやすく紹介するために作成したものです。

金沢では、豊かな気候風土を活かして、四季折々に加賀野菜をはじめとするたくさんのおいしい野菜や果物が生産されています。これら野菜や果物は、金沢の農家の方々が一生懸命育てたものです。

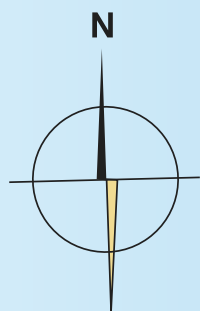
皆さんには、この冊子を読んで金沢の野菜や果物のことをもっと知ってもらい、もっと好きになってもらいたいと思っています。そして、金沢の野菜や果物をたくさん食べて、皆さん自身が健やかに成長されることを願っています。



も く じ

2	金沢育ちの野菜・果物とその生産地域
3	
4	きゅうり
5	たけのこ
6	ホウレンソウ
7	なす
8	すいか
9	つるまめ
10	金沢育ちの野菜・果物は、金沢で消費しよう
11	
12	かぼちゃ
13	きん し そう 金時草
14	トマト
15	メロン
16	ねぎ
17	れんこん
18	さつまいも
19	だいこん
20	ぶどう
21	もも
22	りんご
23	なし
24	金沢育ちの野菜・果物と金沢の自然環境
25	
26	金沢ブランド農産物(加賀野菜・金沢そだち)

金沢



育ちの野菜・果物とその生産地域

私たちの住む金沢市では、おいしくて安全で安心な農産物がたくさん作られています。

それぞれの野菜や果物が、主にどの地域で作られているかをまとめてみると、このような野菜・果物マップになります。

とれたてで新鮮、そして旬(無理のない、そのもの本来の収穫時期)の物を味わうことができるのは、何といっても地元金沢産の農産物が一番！



		4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
野菜	きゅうり	■	■	■	■								
	太きゅうり	■	■	■	■	■	■	■	■	■			
	たけのこ	■	■	■									
	ハウレンソウ		■	■	■	■	■	■	■	■			
	キャベツ	■	■	■	■	■		■	■	■	■	■	■
	なす			■	■	■	■	■	■	■			
	すいか			■	■	■	■						
	つるまめ			■	■	■	■	■	■				
	かぼちゃ			■	■	■	■	■	■	■			
	金時草			■	■	■	■	■	■	■			
	トマト			■	■	■	■	■	■	■			
	メロン			■	■	■	■	■	■	■			
	ねぎ			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
	れんこん	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
	さつまいも	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
	だいこん			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
	せり	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
	サトイモ							■	■	■	■	■	■
	じねんじょ								■	■	■	■	■
果物	うめ			■	■	■	■	■	■	■			
	ぶどう			■	■	■	■	■	■	■			
	もも				■	■	■	■	■	■			
	りんご				■	■	■	■	■	■	■	■	■
	なし				■	■	■	■	■	■			
	ゆず								■	■	■	■	■

■ は、出荷されている時期です

きゅうり

インドのヒマラヤ山麓^{さん ろく}に分布する野生きゅうりが、長い時間をかけて今の栽培きゅうりになりました。紀元前122年、漢の武帝^{かん ぶ てい}の時代にペルシャ(今のイラン)からシルクロードを通して中国に伝わったことから胡瓜^{きゅうり}と呼ばれています。胡^こは中国から見て西の方の外国を意味する言葉です。



加賀太きゅうりは果肉が厚く柔らかで、風味がよく日持ちします。煮食用のあんかけだけでなく、酢^{つげ}の物、味噌汁、サラダや漬物^{つけもの}にもおいしいと喜ばれています。すいかは90%が水分ですが、きゅうりはそれ以上の95%で、すいかより多くの水分が含まれています。

日本にはこの中国を経て、10世紀少し前に伝わりましたが、江戸時代の初期の頃までは人氣が無く、江戸末期から明治時代にかけて全国的に普及し、各地の特産的な地方品種が育ちました。

金沢での歴史は、江戸中期18世紀初期の書物に、栽培されていたことがのっており、明治末期の統計書に千日町、三社町や米丸、三馬、崎浦、小坂地区で作られていたとあります。昭和11年久安町で始まった太きゅうり作りは、昭和27年、栽培面積が拡大したことを機に、金沢太きゅうりと命名され、金沢特産の煮食用きゅうりとしてデビューしました。現在では加賀太きゅうりの名で、4月上旬から11月下旬にかけて、安原地区から地元をはじめ関西地方へ出荷されています。



加賀太きゅうり



きゅうり、シロウリ、マクワウリ、メロンなど、うりの仲間には、水々しいものが多いですね。想像上の動物で川や沼に住む妖怪^{ようかい}、カッパのおかつぱ頭には、水を入れた皿^{れいりよく}がのせてあり、水がなくなると靈力を失います。だからほとんど水でできているきゅうりが大好きなことからきゅうりの俗称^{ぞくしやう}としてカッパと呼ばれることもあります。お寿司屋さんできゅうり巻きをカッパ巻きと聞いたことがありませんか。



普通私たちが食べているたけのこは、^{もう そう ちく}孟宗竹の若芽のことを言います。原産地は中国ですが、江戸時代中期1736年に日本に伝わりました。琉球（^{りゅうきゅう}沖縄）を経て、九州薩摩藩の島津家に植えられたのが最初で、その後各地に広まりました。たけのこの記録は、奈良時代の古事記（日本で最も古い歴史書）にも見られますが、この孟宗竹ではなかったようです。



たけのこ



金沢には江戸中期1766年に、2株の孟宗竹がもたらされ、桜木町（現在の寺町あたり）で植えられたのが始まりです。長い年月をかけて、金城（長坂、野田周辺）、^{と がし}富樫、内川地区に広がり大正から昭和の中頃まで、全国に先がけてたけのこの振興策がすすめられました。^{こう さく}昭和2年、8年、38年には、それぞれ近代的なたけのこ缶詰工場も建てられました。現在では内川、額、富樫地区で、4月中旬から5月下旬にかけて出荷され、春らしい野菜として、親しまれています。



たけのこは漢字を使って書く時、「竹の子」や「筍」と表現されますね。「竹の子」は竹の地下茎から出てくる若芽がちょうど竹の子どものようなので、「竹の子」と名付けられ、「筍」は伸^{じゆん}びるのが早く、地上に芽が出て1旬（10日）で、竹になることから「筍」と名付けられました。そう言えば、筍の字の旬を消すと竹が残りますね。「たけのこの育つよう・・・」は、すくすく育つようすや、育ちの早いたとえですが、たけのこはそれほど成長が早いのですね。



たけのこは新鮮さが命で、朝の掘りたてが一番おいしいです。形はずんぐりしていて、太くて短いものを。また、皮につやがあり、うぶ毛がそろっており、切り口が白くてみずみずしいものを選びましょう。先の方が緑色の物は育ちすぎで、あくが強いので、黄色いものが良いでしょう。

ホウレンソウの原産地は中央アジアで、栽培の起源はペルシャ(現在のイラン)です。漢の時代にペルシャから中国に伝わりました。むずかしい漢字で菠

薐と書きますが、これはペルシャのことです。日本にはこの中国から17世紀、江戸時代に伝わったようです。さらに明治時代に入ると欧米諸国から様々な品種が渡っていました。



現在、日本では100種類以上のホウレンソウが作られていますが、日本に最初に伝わったのは、葉の切れ込みが深く、甘みのある東洋種。明治以降には、葉が丸く肉厚でアクが強い西洋種が伝わりました。現在出まわっているのは、この2つをかけ合わせ、それぞれの長所をあわせもった交配種です。

おいしく新鮮なホウレンソウは、葉の先までピンと張りがあり、厚みがあって色鮮やかな緑色で根元が赤くてふっくらしています。

早めに食べきることをおすすめしますが、かためにゆでて、冷凍保存することもできます。



金沢での栽培の歴史資料は多くありませんが、江戸時代に伝わり栽培が始まったと思われます。本格的には、昭和20年頃からで、最も盛んだったのは昭和40年頃でした。都市近郊野菜として米丸、泉地区を中心に作られていましたが、地域の都市化によって少なくなり、現在では医王山、三谷地区等で栽培されています。5月上旬から11月中旬にかけて金沢市場に出荷されています。

ホウレンソウ

おひたしやお吸い物、和え物など和食はもちろん、乳製品と相性がぴったりなので、バター炒めやグラタンなど、幅広く使えるのが魅力ですね。





なすの故郷は**インド**です。インドでは今でもなすのカレーをよく食べます。日本には**奈良時代**に中国から伝わり、約1000年以上も親しまれてきましたので、日本の野菜の中で一番古くから食べられていた野菜と言えます。それだけに、丸いのやら、長細いのやら、小さいのやら、その地方独特の品種もたくさんあります。

金沢では、明治時代にヘタ紫^{むらさき}なす（現在も加賀野菜の一つ）が多く栽培さ

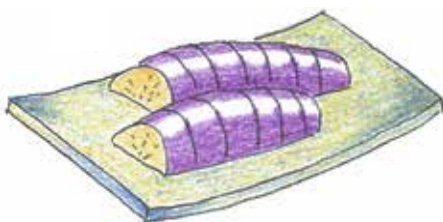
れていましたが、昭和の中ごろから、中長なすが多くなりました。崎浦、辰巳、浅川地区から、6月上旬から10月下旬にかけて出荷されます。

世界のなすの生産量を見ると、全体の90%がアジアで作られ、残りはアフリカとヨーロッパで、ちなみに生産量世界一は中国です。アジアの人たちはみんななすが好きなんですね。



ヘタ紫^{むらさき}なす

ヘタの部分のトゲがチクチク痛いぐらいのものが新鮮な証拠^{しやうこ}。紫色が濃くつやつやしているものを選びましょう。なすが漬^つけ物、焼^{もの}き物、グラタン、カレー、煮^{ちゅう}もの、いた^かめもの、中華料理など、どんな料理にも合う秘密^{ひみつ}は、味が控えめでよく味がしみ込むからです。



なす

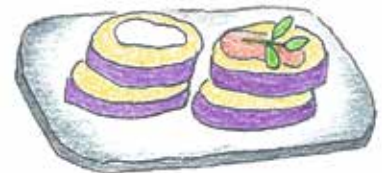
日本には、なすに関わる**ことわざ**がたくさんあります。それだけ生活と深い関係にあったわけですね。

一ふじ、二たか、三なすび。

初夢として、富士山や鳥の鷹^{たか}、なすの夢を見ると、その1年は良い年になる……こと。

秋なすは 嫁に食わすな。

秋にとれるなすは大変おいしいからお嫁さんには食べさせない、という意味が一般的ですが、ほんとうは、なすの漬^つけ物を、よめ（ねずみ）に食べられないようにしよう……という意味だったようです。



親の意見となすびの花は

千に一つも無駄^{むだ}はない。

なすは咲いた花が全部実になってむだ花がないのと同じように、子どものために親が言う意見には一つもむだはない……ということ。

すいかは人類と古いつきあいがある野菜です。南アフリカ中央部、雨の少ない地域で、すいかの野生種が多く群生し、6000年も前から栽培されていたことから、原産地とされています。

アフリカではデザートというよりも、水がわり、水タンク、料理の材料として甘味の少ないすいかが食べられています。果肉をしぼって子どもの体を洗う水としても利用されることがあるそうです。

日本のすいかも、約90%が水分で、真夏の水分補給やデザートとして親しまれています。

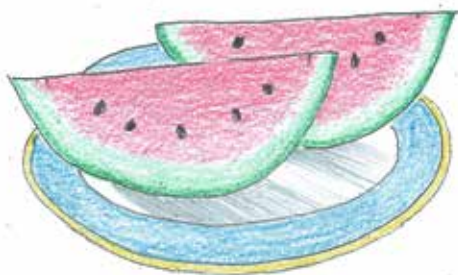


すいか



日本には17世紀、江戸時代に中国から伝わったようです。この時代は皮が深緑や黄色の物、皮も果肉も黄色、皮が緑色で果肉が白い物もあり、現在の様な縞のすいかが本格的に広まったのは大正時代で、現に大戦後でもまだ縞のないすいかが作られていました。

金沢では江戸時代中期から現在の新神田周辺で作られていたとされています。近年に入り、昭和40年代にかけて産地化が進みました。現在、安原、栗崎、大徳、河北潟地区で6月中旬から8月上旬にかけて出荷されています。



すいかのシャーベット

1. 果肉を取り出し、ざくざくと細かくし、タネをとりのぞく。
2. 砂糖（またはハチミツ）、好みでレモンをたらし、冷蔵庫で軽く凍らせる。
3. これを目の細かいザルに入れ、すりこぎで裏ごしにして（またはミキサーでなめらかにする）再びこれを冷蔵庫で凍らせて完成!

つるまめは石川県で呼ばれている名前ですが、正式には**フジマメ**のことです。フジマメの原産地は**インド**の可能性が高く、栽培起源も古いようで、おそらく今から3000年以前から行われていたようです。このフジマメの名前は、花が藤の花を逆さにしたような形であることから、このように呼ばれたと言われています。



金沢ではいつ頃から栽培が始まったのか、詳しいことは分かっていませんが、昭和20年代と思われます。現在では、富樫、湯涌地区で、6月中旬から10月下旬にかけて出荷されています。



日本には平安時代、900年頃の記録にフジマメの名前があり、かなり長い歴史がありそうですが、一方で**江戸時代初期**1650年頃、中国から**隠元**和尚が伝えたという説もあります。このことから、

関西地方では、**隠元豆**、また、たくさんとれることから、**伊勢地方**では**千石豆**、**岐阜県**、**愛知県**では**万石豆**と呼ばれます。金沢でも「だらほど(馬鹿みたいに)多くとれる」という意味から、**だら豆**とも呼ばれます。同じ野菜なのに、地域によって、呼び名が違うのはおもしろいですね。



つるまめ



香り豊かで、先端や筋の部分が赤く変色していない、生き生きした美しい緑色の物を選びましょう。

ナスの炊き合わせとして、つるまめとナスの煮物、ゴマ和え、油揚げの煮物などが夏の食卓を飾りますね。もちろん天ぷらや汁の実などにも。つるまめは、1998年に「加賀つるまめ」として11番目の**加賀野菜**になりました。まさに郷土の野菜としてずっと見守りたいですね。

金沢育ち

子ども^{こども}の心身^{しんしん}の発達^{はつたつ}にとって大変^{たいへん}重要な^{じゅうぎょう}ことなので、早く取り組まなければならぬ問題^{もんだい}になってきました。

一つ目は、食べ物^{たべもの}の安全性^{あんぜんせい}について、いろいろな心配事^{しんぱんじ}が発生^{はっせつ}してきたことです。たとえば食中毒^{しょくちゅうどく}や、輸入^{しゅりゅう}野菜^{やさい}の残留農薬^{ざんりゅうのうりやく}などの食品^{しよひん}に関連する事件^{じけん}が挙げられます。このため、国内^{こく内}農産物^{のうさんぶつ}・輸入^{しゅりゅう}農産物^{のうさんぶつ}を問わず、正しい食品表示^{しよひんひょうじ}や、農薬^{のうりやく}や食品添加物^{しよひんてんかぶつ}の正しい使い方が求められています。

さらに、地産地消^{ちさんちしょう}の考えの中には、「地域^{ちいき}に伝わる食文化^{しょくぶんか}を、次の世代に伝える」という目的^{もくひく}もあります。金沢にはいろいろな習慣^{しゅうかん}、地元の農産物^{のうさんぶつ}を上手^{うまい}に使った郷土料理^{きょうとれいり}や家庭料理^{かていれいり}など、金沢らしい食文化^{しょくぶんか}が多くありますね。長い年月^{ながいとしづき}をかけて育まれた金沢らしさを、親から子どもに、子どもから孫^{まご}に大事^{だいじ}に受けついでいくことは大切なことです。



セリ^{せり}のようす (金沢市中央卸売市場 かなざわしちゅうおうおろしうりしじょう)



青果店^{せいぐあてん}のようす (近江町市場 おうみちよういちば)

の野菜・果物は、金沢で消費しよう

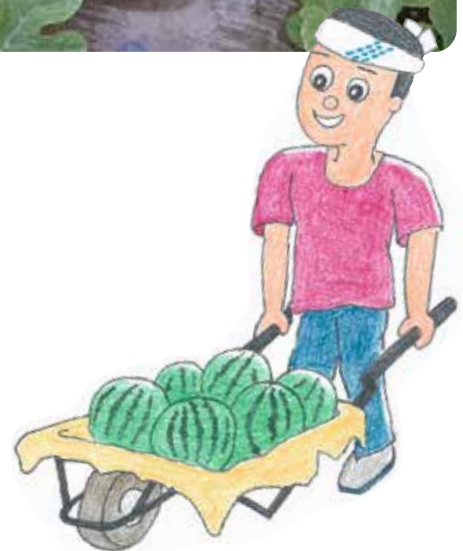
地元でとれた豊富な農産物を、私たちの地元で消費する（食べる）と、いろいろなよいことがあります。まず、新鮮で季節に応じた旬の味が楽しめるだけでなく、作られた農家の人たちの顔も見えやすく安全で安心です。しかも、遠くへ輸送するのと違って包装材料や輸送にかかる燃料も少なくすみ、省資源、省エネルギーにつながります。

このようなことが、近年、大切なこととして見直されるようになり、「地産地消」という言葉が良く使われています。少しむずかしいですが、「地域生産、地域消費」を省略した言い方です。

このような見直しのきっかけになった要因はいろいろですが、その二つ目は、私たちの生活が変化し、食事についても栄養のバランスが乱れてきたことに気づいたからです。これは特



選果のようす（選果場 せんかじょう）



かぼちゃの原産地は**中央アメリカから南アメリカ**の高原地帯です。これらの古代遺跡からは、トウモロコシよりも古い地層からかぼちゃの種が出土しました。



日本へは16世紀(1542年)、豊後の国(現在の大分県)にポルトガル船が漂着した時、船長から殿様にカンボジアのかぼちゃが献上されたことに始まり、そのカンボジアが訛ってかぼちゃになったんですね。ナンキンと呼ばれることもあります。中国の南京方面から渡ったという意味です。

かぼちゃ

かぼちゃにも多くの種類があり、大きく分けて西洋かぼちゃ、日本かぼちゃ、ペポかぼちゃです。打木赤皮甘栗かぼちゃは、西洋かぼちゃの仲間です。西洋かぼちゃの栽培は、明治時代からで、今日のように多くの人に食べられるようになったのは、大戦後からです。

冬至にかぼちゃを食べるとカゼをひかない、
という言い伝えがあります。冬至は毎年12月22日頃で一年で一番昼が短く、この頃からぐっと寒くなりますね。秋野菜の収穫も終わり、食べられる野菜が少なくなる頃、保存しやすいこのかぼちゃは、厳しい冬を元気に過ごす野菜であることが、知られていたのですね。



金沢では昭和8年、打木町の松本佐一郎さんという人が、研究を始め、大戦後に安原地区で本格的な栽培が始まりました。現在、安原地区で6月中旬から8月下旬、10月中旬から11月中旬にかけて出荷されています。



打木赤皮甘栗かぼちゃ



ほくほくに煮たかぼちゃと小豆のいとこ煮、かぼちゃと鶏肉のそぼろ煮などは、まさに郷土の味、金沢の味ですね。打木赤皮甘栗かぼちゃを選ぶ時、ヘタの回りがくぼんでいる物が完熟している物で、形が整い固くしまり、大きさの割に重い物が良品です。



きん じ そう

金時草の原産地は東アジアの熱帯地方です。日本には18世紀の江戸時代中期に、中国から渡ってきました。九州の熊本市水前寺で多く栽培されるようになったので、和名はスイゼンジナ（水前寺菜）と呼ばれています。

金沢では大正時代に地代町の中田さんが、1株だけ植えたのが始まりのようです。その後栽培が広まりましたが、初めは自家用野菜でした。昭和37年頃から多く生産されるようになり、金沢市場に出荷されるようになりました。全国的にみても、現在これほど積極的に多く栽培されているのは金沢だけです。まさに金沢の野菜ですね。



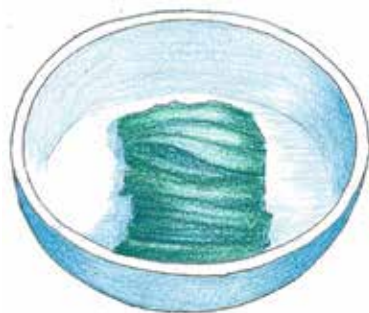
きん じ そう 金時草

毎年主に花園地区で、6月中旬から11月下旬にかけて出荷されています。また、近年では、ビニールハウスでも栽培され、1年を通して出荷されるようになっています。見た目の特徴は、葉の表側と裏側の色が全く異なることです。表側は緑色ですが、裏側は美しい赤紫色をしています。この赤紫色は、あの金時いもの赤紫色に似ていることから金時草と書かれるようになったのですが、「キントキソウ」ではなく、「キンジソウ」と呼ぶようになったのですね。葉と若い茎の柔らかいぬめり感のある独特の風味が、夏から秋にかけての季節野菜と



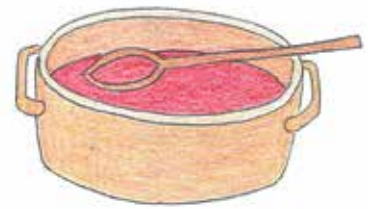
して親しまれていますね。
酢の物でさっぱりと食べるのが、おいしい食べ方の一つですが、天ぷらにしても香ばしく、とろりとした味わいが好まれています。

また、金時草の、しぼり汁を使ったシャーベットは香りはもちろんのこと、自然色（アントシアニンのもつ紫色の色素）が、あざやかです。



トマトの故郷は**南米のアンデス山脈**で、インディオ達が栽培していました。その後、メキシコなどの中央アメリカにも広まりました。

日本には**江戸時代**のはじめに、薬や観賞用としてヨーロッパから中国を経て長崎に伝わりましたが、本格的には昭和の初め、香りや酸味が穏やかなアメリカの品種が日本人の好みに合い、広く食べられるようになりました。



トマトには、用途によってさまざまな品種がありますが、生で食べるとおいしい、皮が薄く甘みのあるものと、煮込み料理などに使われる、皮が厚く酸味や青臭さが強いものに大きく分けられます。色は赤色系、桃色系のほか、黄色や緑色のものがあり、サイズも大玉、中玉、小玉のものがあります。

トマト



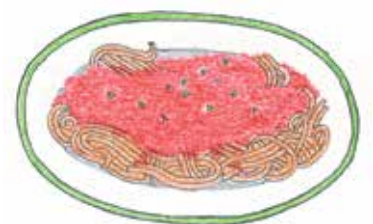
金沢では、大正時代から栽培されていました。現在、安原、あわがさき栗崎、河北潟げじゅんの地域で、じょうじゅん6月下旬から12月上旬にかけて出荷されています。



日本ではサラダなどにして、生で食べることが多いですが、イタリアなどの南ヨーロッパでは煮込んだり、炒めたりしたメニューが豊富です。例えば、みんなの大好きなスパゲティのミートソースやピザソースをはじめ、ラザニア、ラタトゥユなどがあります。



選ぶときは**ヘタの部分**がピンとしていて、緑色のものが新鮮。全体に丸っぽく角ばっていないものが良く、皮もつやつやして、ひび割れや筋すじの入っていないものを選びましょう。青みが残っている時は、かごなどに入れて室温に置いておくと、自然に赤くなります。赤く熟したものは、ビニール袋に入れて冷蔵庫へ。



古代から栽培されているうえに野生種も世界各地にあるので、元々の原産地は、はっきりしませんが、**アフリカ**、**中国**、**中近東**^{ちゅうきんとう}の3ヶ所ではないかといわれています。日本には**弥生時代**、**古墳時代**に朝鮮半島や南方から、メロンの仲間、マクワウリが渡ってきたと考えられ、紀元700年代には広く日本中で食べられていたらしく、万葉集（日本最古の歌集）にものっています。網目（ネット）の入った美しいメロンが渡ってきたのは、**明治時代**です。



メロン



金沢では昭和52年に安原地区で栽培が始まりました。砂丘地でのメロン栽培は全国で初めてで、うまく育つか心配でしたが、生産農家の努力は実りました。現在では安原、大徳地区から、7月上旬から8月中旬、9月中旬から10月下旬にかけて出荷されます。

実のおしりの方を指で押してみても、弾力が感じられた時が食べごろ。おいしく熟したメロンは、舌の上でトロツとする甘さがありますね。この甘さを計る器具が**糖度計**^{とうどけい}で、14度もあれば、おいしく食べられます。



メロンは、ヘチマ、トウガン、ニガウリ、シロウリ、ユウガオ、カボチャ、マクワウリ、スイカなどと同じウリ科の仲間で、種類も多くありますが、やっぱり網目（ネット）の入ったマスクメロンが代表選手。お祝いや贈物^{おくりもの}、お見舞いによく用いられます。少し高価だけけど、人

にあげると大変喜ばれますね。原産地の気候^{きこう}とは全く違う日本の気象条件でメロンを栽培するのは難しく、温室やパイプハウスの中で、いっしょうけんめい世話をしなければ育ちません。さらに芸術品のような美しいネットを生み出す^{ため}ために、温度や水やりの調整に大変苦労します。このような労力や時間のためにどうしても高価になり、「高級果物・メロン」になるわけですね。



ねぎの原産地は、おそらく中国西部で、紀元前200年頃にはすでに広く親しまれていたと言われています。日本には10世紀以前には朝鮮半島を経て伝来していたと考えられます。ねぎと言う名

前の由来は、におい(臭気^{しゅうき})が強いということから「気」と言い、その後、根(植物学上は葉が筒型になっている)が白く深くのびることから「根ギ(ねぎ)」となり「根深(ねぶか)」とも呼ばれました。



ねぎ

金沢では加賀野菜の一つとして、金沢一本太ねぎが有名です。標準の重さ約100g、長さ約110cm、白い部分は約30cmぐらいです。白い部分が長く太いにもかかわらず、普通のねぎよりも柔らかく、寒くなるほど甘みが増します。すき焼きや鍋物には最高においしいねぎと言われています。



金沢一本太ねぎが、いつ頃金沢で栽培されるようになったかは、はっきりしませんが、

明治末期から昭和30年中頃まで、三馬、米丸、崎浦地区で栽培されていました。

現在では金城(長坂、野田周辺)、富樫地区で、11月から12月頃まで収穫されます(金沢一本太ねぎ以外は、7月下旬から12月頃まで収穫されます)。

料理では、魚や肉料理に使うと味を引き立てます。

鴨がねぎをしょってくる、ということわざは、鴨^{かも}の肉にねぎがぴったり合い、鴨鍋^{かもなべ}におあつらえ向きだ、ということです。これは、まるで注文したかのように、望んでいた物が相手からもたらされることのたとえです。省略して鴨ねぎ(かもねぎ)とも言います。





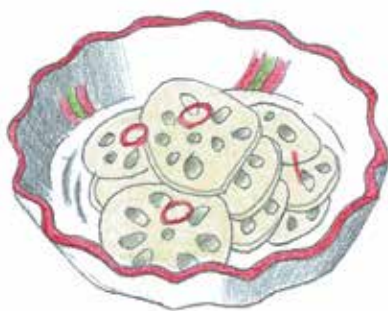
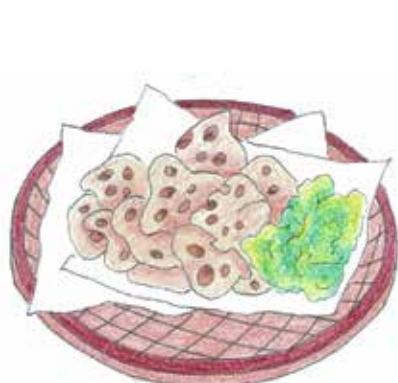
食用のれんこんは蓮^{はす}の地下茎^{ち か けい}です。奈良時代以前から観賞用として、蓮が栽培され、平安時代中期ごろから仏様の花として、寺院や貴族の庭に蓮池^{はす いけ}が多く作られました。これはお釈迦様誕生の時、そばにあった蓮の花が一斉に咲いたので、それ以降蓮は仏教と結びつきました。例えば蓮台^{れん だい}という仏像の台座は蓮の花をかたどり、仏教用語の極楽浄土^{ごくらくじょうど}は蓮池のこととされています。蓮の原産地については、中国やインドが有力です。食用として日本に伝わったのは鎌倉時代、中国からで、高貴な身分の人々が食べる程度でした。

れんこん

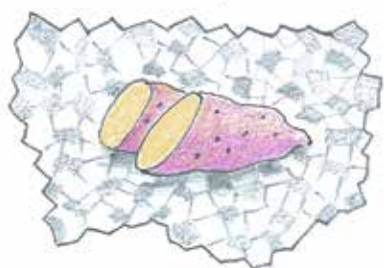
金沢^{おお ひ}には、今から約300年前、前田綱紀^{つなのり}の時代に栽培が始まり、大樋町・春日町・山上町・小坂町がその産地でした。「はすの根」の名前から始まったれんこんは「大樋蓮根」「小坂蓮根」を経て、現在は「加賀れんこん」の名で、小坂、薬師谷、河北潟地区で、8月中旬から翌年5月中旬にかけて出荷されています。他産地にはない独特^{ねば}の粘りや歯ざわりを持ち、はす蒸し、すり流し汁などの料理に代表されるように、金沢の食文化に欠かせない特産品になっています。

食べる時のシャキシャキ感やもっちり感^{とく ちよう}が特徴ですが、サラダ、天ぷら^す、酢の物、煮物などがおいしいですね。

れんこんは穴があいていることから、「先が見通せる」として、日本ではお祝い事に欠かせない野菜です。植物には空気の通る穴と水の通る穴があり、れんこんはこの空気の通る穴が大きいのです。沼地で育成するので、地上部が枯れて空気が取り入れにくくなっても、空気をたくわえられるように進化の過程で大きくなったといわれています。形がふっくらとして丸く肉厚のもの、皮がうすいこげちゃ色でツヤのあるもの、穴の内側が白っぽいものを選びましょう。



さつまいも



さつまいもの原産地は、はっきりしていませんが、ほぼメキシコを中心とする**中央アメリカ**と言われています。1492年コロンブスがアメリカ大陸に到達し、このさつまいもをスペインのイザベラ女王に献上した話は有名ですが、ここからヨーロッパに広まりました。その後スペインやポルトガルのアジア進出に伴って、マレー半島、インドネシア、中国に伝わったとされています。日本にはこの中国から、**江戸時代**の17世紀初め、沖縄を通して鹿児島や長崎に入り、本州各地に広まりました。八代将軍徳川吉宗が**青木昆陽**の勧めで、救荒作物（お米が不作の時でも育ち収穫できる作物）として、全国に広めたこともその理由の一つです。



金沢では明治時代、日常的な食品として広く栽培されるようになり商品化が進みました。昭和の大戦中から戦後にかけても栽培が増え、食べ物が不足していたこの時、市民はこのさつまいもによって、**食糧危機**から救われました。おじいちゃんやおばあちゃんから、「あの頃はさつまいもしか食べ物が

なかったよ」という話を聞いたことはありませんか。それは、お米を作る田んぼと同じ広さの畑から、お米の2～3倍の量のさつまいもが収穫できたからでした。現在の栽培地は、五郎島、栗崎、大野、大徳地区で、8月下旬から翌年6月上旬まで出荷されています。



栄養があって葉や茎も食べられ、水もあまりいらなくて多く収穫ができることから、NASA（アメリカ航空宇宙局）では、宇宙ステーションでさつまいもを栽培する研究が進められているそうです。近々、宇宙食になるかもしれませんね。

加賀野菜のさつまいもは、甘さが強く、ホクホクした食感が特徴で、おいしい食べ方は、

焼きいも、蒸かしいも、芋ごはん、天ぷら、大学いもなどがありますね。





だいこんはもっとも歴史のある野菜の一つ。
原産地についても多くの説があり、**地中海
地域から中央アジア**生まれで、シルクロード
を通して中国へ（約2400年前）、またイ
ンドへ伝わったと考えられます。古代エジ
プト時代では、ピラミッドを造った人達の元
気のもととしてニンニク・タマネギ
と共にだいこんが食べられたらしく、
ヨーロッパ各地に広がっても薬用

植物として栽培されてきました。

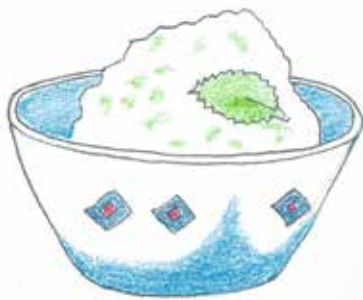
日本には中国を通して**約1250年前**に伝わり、
今では全国各地で150～200の品種があり
ます。歴史があり日本で一番多く食べられて
いる野菜ですから、その地方の食文化を育ん
できた文化財でもあるわけですね。



金沢での歴史は江戸時代中
期の記録にあり、大正5
年の書物では、現在
の諸江、泉が丘、
長坂、泉野出町
一帯で栽培され
ていたようです。

大戦後、すいかの後
作として産地化が進まし
た。今日では安原、栗崎、大徳
地区で、9月下旬から11月中旬
にかけて出荷されています。

だいこん



だいこんは昔から神様にお供えする
大切な物であったり、信仰の対象にも
なり、また決まった日に食べて無事を祈
る習慣もあります。京都の了徳寺で12月9・
10日に、大鍋でだいこんを煮込んで参拝者
にふるまう「だいこん炊き」は有名で、厄よけに
なるそうです。



生活にとけ込んだ野菜なので、たとえ
や俗語も多くあります。**だいこん役者**（だ
いこんは当たらない→人気が出ない役者）。

だいこん足（太い足のことでなく、もとはだいこんのように白く美しい足
のこと）。「**だいこんおろしをする時、怒ってすると辛く、笑ってする
と甘い。**」など。

ぶどう栽培の歴史は古く、太古の時代から親しまれてきました。現在栽培されているのは、ヨーロッパ種とアメリカ種に大別されます。ヨーロッパ種は、**黒海沿岸**で紀元前4000～5000年頃、すでに栽培され、ぶどうからワイン造りも行われていたようです。



日本には**平安時代末期**、中国から現在の山梨県にヨーロッパ種が伝わった

のがはじまりとされ、江戸時代には近畿、中国地方にも広がっていきます。明治に入り、欧米諸国の多くのぶどう品種が渡ってきました。

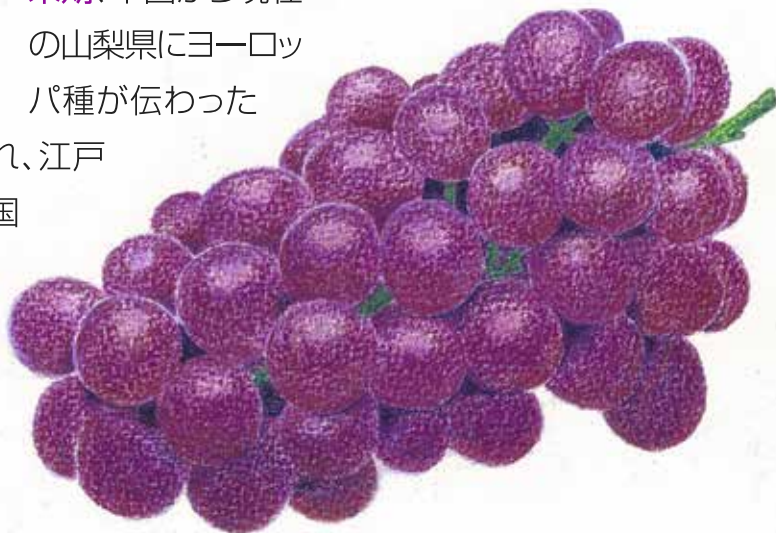
日本の気候に合わないものもありましたが、雨や寒さに強いアメリカ種が育ち、ヨーロッパ種をも含めた品種改良を重ねて、今日のようなおいしい品種が多くできました。



現在、**金沢**では、安原、崎浦、薬師谷地区で栽培され、6月下旬から9月下旬にかけて出荷されています。ぶどうは約90%が水分。

世界で一番多く生産されている果物は、このぶどうです。二番目はオレンジ・ミカン、三番目はバナナの順です。

世界では生産量の70%位がぶどう酒、干しぶどう、ジュース、ジャムに利用されています。おいしいぶどうの選び方は、房全体の色づきが良く、軸がピンとしていて皮も張り、プリプリ感のあるもので、皮全体に白い粉が付いているのは新鮮な証拠。



ぶどう

最も歴史ある果物の一つであるだけに、**飾り模様**にも多く見られます。例えば**葡萄唐草**と呼ばれ、房・つる・葉を図案化した連続模様。紀元前1000

年頃から古代アッシリア（現在のイラク周辺）、ギリシアに見られ、中国を経て奈良時代に日本に伝わり、仏像の台座（薬師寺）、織物等工芸品（東大寺）などに見られることで有名です。





ももは中国南部が原産地で、紀元前1世紀にペルシア（現在のイラン）を通してヨーロッパに伝わりました。今ではイタリア、アメリカ、スペイン、ギリシア、フランス等が主産国となっています。日本には中国から弥生時代に伝わり、主に^{やく}厄よけ、薬、花木として栽培されていたようで、古事記（日本最古の歴史書）や日本書紀（日本最初の天皇の命によって編集された歴史書）等にもものっています。現在のももは、明治初期に中国やヨーロッパから輸入された品種をもとに

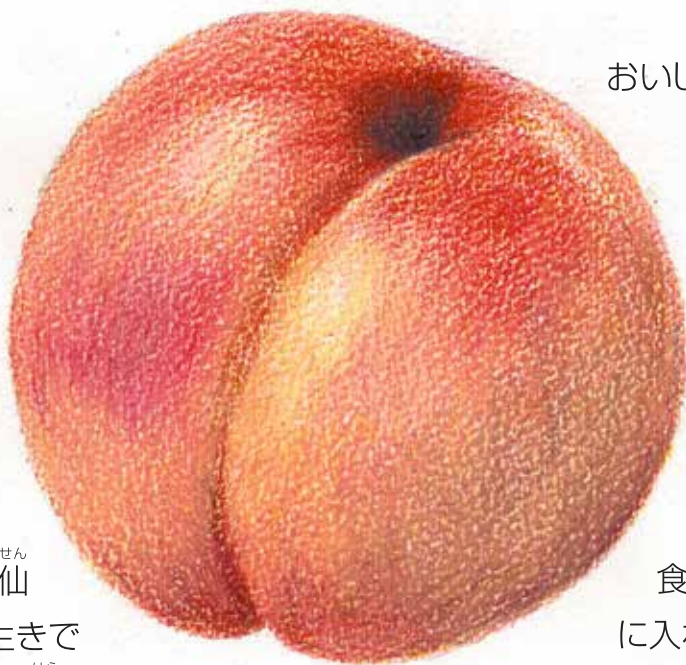


改良されたものです。

もも

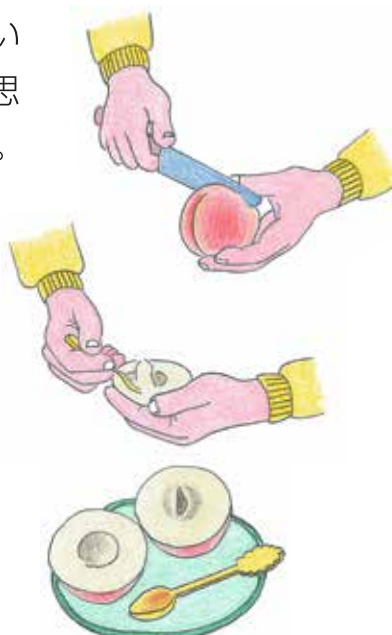
金沢では現在、崎浦、浅川、富樫地区などで栽培されて、7月中旬から8月中旬にかけて出荷されます。

古代中国では「長寿の実」「仙果」と呼ばれ、食べると長生きできる果物でした。また悪魔を祓う力のある「仙木」とされてきました。そういえば日本の桃太郎伝説も、この中国思想の影響なのか悪者退治の話ですね。



おいしいももを見分ける時は、傷やへこみ、黒ずみのない美しい球形で、全体に色のがのり、うぶ毛がそろっているものを選びましょう。保存は冷暗所がよいが冷しすぎは味をそこなうので、冷蔵庫には食べる1～2時間ぐらい前に入れるようにしましょう。

ももは皮がむきにくく、丸かじりすると果汁で、手や口の周りがベトつきますね。皮をむかず、側面からナイフを種に当たるまで切り込み、ビンのふたを開けるように上部と下部を手のひらでひねると、二つに分れます。あとはグレープフルーツの様に、スプーンですくって食べる方法も紹介されています。





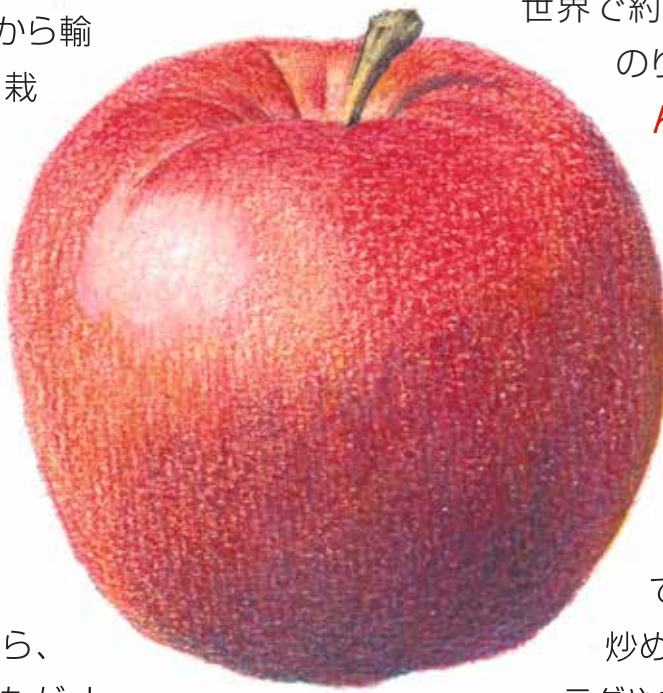
りんご栽培は新石器時代から始まったようで、およそ8000年前の炭化したりんごがトルコで発掘されています。原産地の**西南アジア**やコーカサス地方から、西はヨーロッパそしてアメリカへ、東はインドから中国へ伝わったようです。



りんご

日本でりんごの名が記録されたのは平安時代の中頃で、中国からの「和りんご」「地りんご」と呼ばれる粒の小さな野生種でした。りんごが広く親しまれるようになったのは、**明治時代**に国が海外から輸入した西洋果樹の栽培を、全国に広めたことによります。

金沢には明治8年(1875年)、石川県に初めて8本の苗木が配布され、横山町に仮植^{かりう}えされました。すでに藩政時代^{はんせい}から、和りんごがありましたが、しだいに西洋りんごの価値が認められ、これが「りんご」と呼ばれるようになりました。長町、高岡町、彦三^{ひこそ}周辺の武家屋敷跡^{ぶけやしきあと}などで栽培されていましたが、やがて富樫、額地区^{なまき}の山麓傾斜地に移りました。現在では崎浦、金城(長坂・野田周辺)、小坂、富樫地区で7月下旬から12月上旬にかけて出荷されています。



世界で約2000種あるそうですが、日本のりんごは**味の芸術品**、日本人は**りんごを目で食べる**、と言われるほど色や形が美しいのは、絶えない品種改良とりんご農家の情熱のたまものです。

りんごは流水で良く洗えば、皮をむかずにそのまま食べることができます。豚肉と良く合い、一緒に炒めると肉のうま味がよく出ます。サラダや白あえにしても、サクサクした歯ごたえが楽しめますね。野菜ジュースに、りんごを加えると味がまろやかになり、ぐっとおいしくなります。



イギリスの物理学者**ニュートン**は、1665年、りんごが落ちるのを見て、万有引力の法則のヒントを得ました。この木の穂先^{ほさき}を接木^{つぎき}した苗木^{なえぎ}は日本にも贈られ、植えられています。

なしの発祥は、はるか遠く白亜紀（約1億4000万年前～約6400万年前）前後で、中国だと言われています。ここから東は東アジアから日本へ、西は中央アジアからヨーロッパに広がりました。日本でも弥生時代後期の登呂遺跡からなしの種が出ているので、なしは日本の果物栽培で最も古いと言えます。

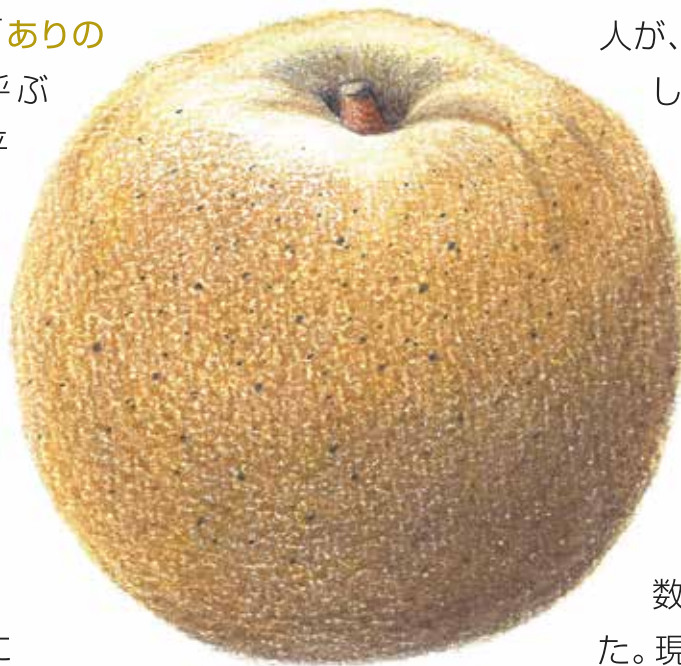


今から約1300年くらい前の日本書紀にも、書かれていますが、昔から、柿そして栗と共に日本三大果実にあげられ、最も親しみ深い果物だったのですね。

おもしろいことに、なしのことを「ありのみ」とも呼ぶ

ことが、平安時代の歌集にあり

ます。なしは「無し」にも聞こえるので、財産や幸運がなくなること嫌って、家の庭に植えるのをさけ、縁起ことばで逆に「有りの実」と言いかえたのですね。鎌倉時代には日常的に食べられていたように、江戸時代には盛んに品種改良が行われました。



なしは約88%もの多くの水分を含みます。実が固くて張りがあり、手に持つとずっしりと重いもの、皮の表面の黒や茶色の斑点（触るとザラザラする）が多いものを選びましょう。



なし

金沢での栽培は、江戸時代中期（明和二年）、市左衛門という人が、越後の国から数本のなしの苗木を持ち帰り、木曳川流域に植えたことから始まりました。加賀なしの誕生です。多くの困難がありましたが、今の戸板、鞍月、大徳地区に拡がりました。大正10年頃には、全国10位の産地に数えられることもありました。現在では崎浦、浅川、鞍月地区、河北潟で8月上旬から10月下旬にかけて出荷されています。

梨園という言葉聞いたことがありますか。中国、唐の玄宗皇帝が、なしの木を植えた庭園で歌や舞いを教えた故事から、演劇界とくに歌舞伎俳優の社会を梨園と言うようになりました。

金沢育ち



したがって、「地域の自然環境を美しく保つ」、「その地域で安全な農産物を作る」、「その地元産の農産物を食べる」、「健康な生活を送る」、これらが全部つながっていることなのです。

このように考えると、金沢の農産物を金沢で消費することが地元の農業を支え、地元の農業が、豊かな金沢の自然環境や美しい田園風景を支えることになるのですね。



金時草の畑——花園



打木赤皮甘栗かぼちゃ収穫風景——安原



さつまいも畑——栗崎



れんこん収穫・水掘り風景——河北潟干拓地

の野菜・果物と金沢の自然環境

かん きょう

地域の自然環境は、太陽、大気、水、そして大地（土）から成り立っています。そして、私たちの体は、この地域の環境によって作られています。太陽光を受け、周りの大気で呼吸し、近くの川の水を水道水に利用して飲んでいきます。同じ様に、大地（土）の栄養分を吸収して育った野菜や果物を食べている私たちは、間接的に地域の環境を口（くち）にしていることになります。

この地域の環境がよくなり、悪くなったりすると私たちの体も悪くなるのは当然ですね。光、空気、水、土、これらが美しく安全なところで栽培された野菜や果物を食べてこそ、私たちの健康を保つことができます。



ももの畑——崎浦



なすの畑——崎浦



源助だいこん収穫風景——安原

金沢ブランド農産物

金沢市農産物ブランド協会では、「加賀野菜」や「金沢そだち」の金沢ブランド野菜を積極的に啓発普及して消費拡大に努めています。



加賀野菜

金沢には、昭和20年以前から栽培されて市民からしなまれ、現在も主として金沢で栽培されている野菜があります。金沢市農産物ブランド協会では、これらのなかから15品目を加賀野菜として認めています。

		
さつまいも	加賀れんこん	たけのこ
		
加賀太きゅうり	源助だいこん	金時草
		
打木赤皮甘栗かぼちゃ	ヘタ紫なす	せり
		
金沢一本太ねぎ	加賀つるまめ	二塚からしな
		
赤ずいき	くわい	金沢春菊



金沢そだち

金沢には、「加賀野菜」以外にも優れた品質や豊富な生産量を持つ多くの特産農産物があります。これらの特産農産物の中で一定の条件を満たし、他地域の農産物と差別化が図られる農産物を「金沢そだち」として認めています。

		
すいか	なし	だいこん
		
トマト	きゅうり	加賀野菜 ブランドマーク
		
		金沢そだち ブランドマーク

あとがき(先生、保護者の皆様へ)

金沢市では、小学校高学年を対象に、興味を持って
地元金沢の野菜や果物に接していただけることを願って、
この冊子を作成しました。

小学校の授業の補助教材として、またご家庭でもご活用
いただき、食の大切さを理解するのに役立てていただきた
いと思います。

また、金沢の野菜や果物に理解を深めていただくことで、
地元でとれたものを地元で消費する「地産地消」の推進に
ご協力いただければ幸いです。



加賀野菜マスコット「ベジタン」

平成28年4月1日

金沢市農業振興課

参考文献

- | | |
|----------------------------|-----------------------|
| 加賀能登の特産・伝統野菜(石川県野菜花き研究会) | 加賀梨往来(松田善一) |
| 農林技術大系 野菜編(社団法人 農山漁村文化協会) | 果樹栽培指導指針(石川県農業情報センター) |
| そだててあそぼう(社団法人 農山漁村文化協会) | 食べもの安心事典(法研) |
| 石川県りんご百年史(石川県果樹園芸協会 リンゴ部会) | 原色日本野菜図鑑(保育社) |

発	行	平成28年4月1日
編	集・監	修 服部光彦
発	行	者 金沢市農業振興課(金沢市広坂1丁目1番1号)
		TEL 076(220)2213
		FAX 076(222)7291
印	刷	株式会社 山越



金沢市農業振興課