

「八重の桜」の籠城戦でも食べられた小菊南瓜

長い年月をかけその土地の気候、風土に適応してきた伝統野菜。会津伝統野菜は奥羽山脈と越後山脈の間に広がる盆地で、厳しい寒さと肥沃な大地で育まれてきました。野菜本来の濃い味と、香りを楽しめる伝統野菜。しかし、今では大量生産用に改良された品種に押され、徐々にその種を消しつつあります。逆風の中、会津伝統野菜の「小菊南瓜」を無農薬で育てているのが長谷川さんです。郷土の伝統を次世代に繋げていく。苦境に立ち向かう会津人、長谷川さんのお話をご紹介します。

伝統のかぼちゃが“絶滅寸前”、農家は2軒だけに

「金にならない作物をなぜ作るんだ？」誰からも理解されない中、長谷川純一さんは伝統野菜「小菊南瓜」の栽培を辞めようとしませんでした。「400年続くものを自分の代では終わらせない！」という強い思いからでした。かつては、小菊南瓜の産地で有名だったこの町でも生産者は激減。大量生産ができないため市場価値が上がらず「金にならない」と周囲の農家は次々に栽培を辞めていきます。気づけば小菊南瓜の生産者は、たった2軒だけになっていました。

会津人の命をつないだ「小菊南瓜」

戦国時代、ポルトガル船に運ばれかぼちゃは日本にやってきました。やがて会津に伝わり、形が小菊の花に似ていることから「小菊南瓜」と可憐な名が付けられました。小ぶりで可愛い小菊南瓜は、会津の歴史に大きな足跡を残します。戊辰戦争の際、新政府軍に籠城戦に追い込まれた会津藩。その時、会津の人々が籠城食として食べたのがこの小菊南瓜でした。固い皮が、長期保存に適していたのです。厳しい戦いの中、あの新島八重も小菊南瓜で命をつないだと言われています。

福島県会津若松市
長谷川純一さん



特集

会津の伝統野菜を絶やささない

給食で会津の歴史をこども達に

「給食で小菊南瓜を出しませんか？」ある日、小学校から相談が舞い込みました。郷土の歴史教育に役立てるなら、と長谷川さんはその話を快諾。今では、会津若



伝統野菜を育てる長谷川さんの畑

松市の約半数の小中学校で、籠城が始まった9月に小菊南瓜を食べるようになりました。また、長谷川さんは伝統野菜を次世代に伝えるため、学校で授業をしたり、農場で農業体験も行うようになりました。小菊南瓜の魅力を一ひり発信し続けていたある日、大きな転機が訪れます。情報誌で小菊南瓜と長谷川さんが特集され、大きな反響を呼んだのです。

ファンに愛され生産が追いつかないほどに！

長谷川さんに共感した読者が「食べ終わったかぼちゃの種を長谷川さんに返そう！」と呼びかけ、多くの人々がこれに賛同。応援の手紙と共にたくさんの種が戻ってきました。次の季節、高校生達と一緒にまたこの種はさらに大きな実を結びます。口コミで小菊南瓜は評判になり、生産が追いつかないほど人気に！栽培を敬遠していた人々も徐々に小菊南瓜を作りはじめました。長谷川さんの一途な想いが実り、消えようとしていたひとつの伝統野菜が、多くの人に支えられその息を吹き返したのです。



かぼちゃの健康情報

かぼちゃは栄養満点でビタミン類が豊富。緑黄色野菜の代表格でありながら、保存がきいて一年中お店で手に入る。とても身近な健康食材です。

強い抗酸化作用で錆びないカラダ

かぼちゃには強い抗酸化作用を持つβカロテンが豊富に含まれています。その量は緑黄色野菜の中でもトップクラス。βカロテンは皮にも多く含まれるので、煮物にして皮ごと食べるのがおすすめです。

豊富なビタミンで免疫力アップ！

ビタミンC、A、Eなどをバランス良く含むかぼちゃは、その豊富なビタミンで免疫力をアップさせ風邪の予防に効果的だといわれています。冬至にかぼちゃを食べる風習はとても理にかなった食事なのです。



「食」つうしん。

いつも弊社の商品をご利用いただき、誠にありがとうございます。

「食」つうしんは、東北で活躍している漁師さんと農家さんを集め、東北復興を応援しております。また、あなた様の健康を「食」からもサポートしたく、東北の漁師さんと農家さんと協力して旬の健康食材を集めます。ぜひ、健康な毎日をお過ごしいただくためにお役立ていただければ幸いです。「食」つうしん。編集部一同