木田公民館

郷土学習

■学習のねらい■

◦木田地区の伝統野菜を種まきから収穫までの体験を通して学習することにより、地域の食文化への理解と地域に対する誇りと愛着を育む

◦伝統野菜を通して、味の継承を図る

木田ちそ

3月16日(土)

種まき

木田ちそ

・葉は縮れている。

・強いさわやかな香りがある。

・木田地区の土壌でしかその特徴がでない。

木田の伝統野菜

5月11日(土)

間引き

木田青かぶ・板垣だいこん

8月3日(土)
早朝6時

土づくり

9月14日(土)
早朝7時

種まき

6月1日(土)

間引き

板垣だいこん

・細根で青首。

・葉が縮く曲がっている。

・肉質が最密で柔崩れしずらい。

・品の良い辛味。

10月3日(木)
15時

木田青かぶ定植

10月5日(土)

間引き・板垣大根種まき

7月6日(土)

収穫・調理実習

木田青かぶ

・地上部は青く、くっきりと2層にわかれている。

・隠蔽には、ひげ根がある

栽培した野菜から種を収穫し、伝統をつないでいるんだよ

12月14日

木田青かぶの収穫と試食会

10月19日(土)

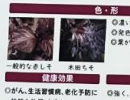
間引き・調理試食

木田地区の伝統野菜 木田ちそ

福井市木田地区で、約150年にわたり作られている木田ちそ。明治20年頃、三方で梅の栽培が盛んになり、梅干しづくりに「シソ」が欠かせなかったことから、この地区で本格的な栽培が始まりました。葉は濃い赤紫色でちりめん状にちぢれているのが特徴で、「木田チリメンジソ」とも呼ばれています。

栽培エリアマップ

色・形



一般的なさしそ　木田ちそ

- ○濃い赤紫色
- ○発色がいい
- ○葉が縮れている

香り

いいにおい

健康効果

- ○がん、生活習慣病、老化予防に抗酸化物質（ポリフェノール、ロズマリン酸）
- ○歯科医の印象、黄斑作りにアントシアニン
- ○強く、良やか
- ○葉や花を触るだけでいい匂い

特徴

木田ちそ料理

ちそ巻き豚ハンバーグ　ちそおにぎり　ちそゼリー

ゆかりパスタ　ちそちらし寿司　ちそ羽二重もち

ちそ染めも出来たよ！

木田地区で育った木綿のスカーフ。「熱湯」で葉を煮だすと「色が変わる」

木田地区の「ちそ」のこれから

◆木田ちそでしか栽培ができない!?

木田ちそは、左図の赤く塗られた地区の周辺でないと出ないと言われていて、香りが出ないとわかっていませんが、必ずしもはっきりとわかっているとは言えないとされています。

◆生産量は大きく減っている

木田地区は地化が進み、農地が大きく減少しています。さらに、生産農家の高齢化や後継者不足、梅干離れなどで、栽培面積と生産量は年々減少しています。

生産農家の加藤秀次さん

私は、「木田地区で守っていこう！」との思いで栽培をしています。そして、梅干離れ対策として、梅干しに代わる商品として、梅酒を考えています。また、梅を漬けた後の梅酒の残りを使ってジャムを作ったり、梅干しの種を使ってアクセサリーを作ったりと、様々な工夫をしています。

小・中学校や高校、大学と協力して、ちそを使った料理を作ったり、種まきから収穫までの体験を行っています。

ちそ料理の試食や、ちそ染めなどを通して、ちそのよさを知ってもらうことを期待しています。

おすすめの利用法

調べと夢・わがまち創造事業 木田地区委員会 2020

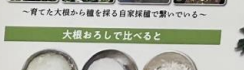
木田地区の伝統野菜 板垣だいこん

明治時代に西板垣地区で栽培がはじまり、代々受け継がれてきた板垣だいこん。河川敷の肥沃な土や上質な伏流水が、ほのかな甘みや、品の良い辛味など、ふくよかな味わいを育んできました。

歯ごたえが良く、冬大根より早く出回ることから人気があり、かつては板垣地区の多くの農家が春夏秋と種をまいていました。しかし、柔らかい食品が好まれるようになると、次第に生産も減り、今では数軒の農家が秋まき大根を出荷するだけになっています。

板垣だいこんの1年

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		種取り			種まき		収穫				



～育てた大根から種を採る自家採種で繋いでいる～

板垣だいこんの特徴

色・形

- ●上部の青い（緑）部分が長く、色鮮やか
- ●身が細く、曲がっている
- ●肉質が緻密なため、実崩れしにくい

味

- ●ほのかに甘い
- ●あとで辛くなる
- ●葉の臭みが少ない

匂（薬れる時期）

- ●10月の細根は、葉ごと漬物として好まれる
- ●12月は、実物や辛味のある大根おろしに利用される

大根おろしで比べると

	一般的な大根	板垣だいこん	辛味大根
水分	●●	●●	●●
辛味	●●	●●●	●●●●
風味	さっぱり	上品な辛味	荒々しい辛味

地区の伝統料理にも使われた板垣大根

昭和後期まで板垣地区で、結婚式や報恩講の席にだされていた伝統的なお膳を再現してもらいました。

女性の方が集まって、おもてなし料理を作り、調理方法や味付け等、代々継承されていました。

INTERVIEW

「板垣だいこんの会」会長 青山幸弘さん

「板垣だいこんの会」活動の様子

すめの大根

するめの風味としみ込むもで、半日は上に乗ふちたり、煮崩れにくい板垣大根が重宝された。その後、しょうゆと砂糖で味付けをし、さらに煮込む。

こんにゃくの酒味噌かけ

するめの大根の隣には、地域特有の酒り切りのこんにゃくが添えられる

調べと夢・わがまち創造事業 木田地区委員会2022

木田地区の伝統野菜 木田青かぶ

明治時代から木田地区で栽培されてきた伝統野菜。大きく丸く、外観が美しく、甘みがあり、青かぶ。まっすぐ育つこの特徴は、「熱帯」の風味が好まれ、地域では、在来品種として、特に良しとして親しまれています。

市場に出荷されるのは、「農家の誇り」だけです。この「木田青かぶ」は、住民間の結束の強さ、しっかりと根を張り育つ力強い対象です。

木田青かぶの1年

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		種取り			種まき			収穫			

～育てた「木田青かぶ」から種を採る自家採種で繋いでいる～

木田青かぶの特徴

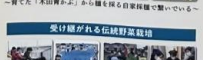
色・形

- ●地上部は青く（緑色）、地下部は白い、くっきりとした2層
- ●根は丸く、根が太く上の中にしっかりとはる
- ●表面は、ざらざらとして、実の下部の周縁にはひげ根がある
- ●2月まで大きくなり、直径が20cmになるものもある

味・食感

- ●甘みが強く、こくがある
- ●肉質は緻密で、実崩れしにくい
- ●生は硬くてえぐみがあり、おろすと鮮やかな辛味がある

受け継がれる伝統野菜栽培



やわらぎ木田認定こども園
園庭で木田の水耕が行われ、野菜を育てて食べる

木田公民館 郷土学習
郷土や歴史を学び、楽しく、地域の味を学ぶ伝える

おすすめ料理

INTERVIEW

生産農家 加藤秀次さん

「木田青かぶ」は、消化を助けたり、身体を温め、気持ちを落ち着ける作用があります。白い根は淡色野菜、葉は緑黄色野菜、風邪を予防するビタミンや、骨を丈夫にするカルシウム、貧血を予防する鉄分も含まれています。

調理や煮物に使われますが、焼き物や揚げ物にしても美味しくいただけます。

木田地区まちづくり委員会2025