

あきた 伝統野菜



秋田県には、地名や人名、形状や栽培方法を冠した独自の伝統野菜があります。それぞれ長い歴史を持ち、地域の食文化を形作ってきました。

これらは、品種の特徴だけではなく、気象や土地条件、栽培技術などによって、その土地固有の味として伝えられてきたものです。

秋田の食を彩る伝統野菜の魅力をもう一度見直し、豊かな秋田の食材として伝えていきましょう。

発行 秋田県農林水産部
監修 秋田県農業試験場

	品目・特徴など	時期・栽培地	連絡先
	<p>① ひろっこ あさつきの若芽。雪の下で萌芽した白い芽を、深い雪を掘り収穫する。雪の下で糖度が増す、早春の味の代表格。雪消え後の青い若芽も、青ひろっことして食する。大正時代に旧須川村から栽培が始まったとされる。</p>	<p>12～4月 — 湯沢市</p>	<p>JAこまち 湯沢営農センター TEL 0183-73-3131</p>
	<p>② 秋田さしびろ <small>あき た</small> 越冬性の高い加賀群の分けつねぎ。甘みとつるりとした食感を楽しむ。地際から刈り取り収穫し、鍋物や汁物、卵とじ、酢みそ和えなどに利用する。</p>	<p>2～5月 — 秋田市 由利本荘市</p>	<p>JA秋田なまはげ「いぶきの里」 TEL 018-874-8327 JA秋田しんせい 園芸課 TEL 0184-27-1601</p>
	<p>③ 仁井田菜 <small>にい だ な あおな</small> (青菜) 越冬性の高い漬け菜の一種。雪の下で蓄えた養分で雪融けと同時に一気に成長する。わずかに苦みを持つ味の濃い青菜で、おひたしや炒め物などに向く。</p>	<p>2～4月 — 秋田市</p>	<p>JA秋田なまはげ「いぶきの里」 TEL 018-874-8327</p>
	<p>④ 亀の助ねぎ <small>かめ すけ</small> 柔らかく、甘さと香りが格別の春ねぎ。昭和初期に地元篤農家の石橋氏が、砂村系のねぎから育成した。耐寒性が強く越冬率が高いため、4～5月に収穫するねぎとして利用されている。</p>	<p>3～5月 — 大仙市</p>	<p>大仙市 農林部 農業振興課 TEL 0187-63-1111</p>
	<p>⑤ 貝沢ふくだち菜 <small>かい さ わ な</small> 古くから栽培されてきた露地栽培のふくだち(とう立ち野菜)。雪消え後の4～5月に収穫し、おひたしや漬物として食される。わずかに苦みがあり甘みを強く感じる。</p>	<p>4～5月 — 羽後町</p>	<p>道の駅うご「端縫いの郷」 TEL 0183-56-6128</p>
	<p>⑥ 秋田ふき <small>あき た</small> 江戸時代から栽培されている日本一大きなふき。漬物や砂糖漬け、煮物に用いられ、観光資源としても知られる。秋田市では仁井田地区に数戸、鹿角市では転作田や家の庭先などに数多く植えられている。</p>	<p>6月 — 秋田市 鹿角市</p>	<p>仁井田落組合 TEL 018-824-1211 (有)岩船屋 TEL 0186-23-6264</p>
	<p>⑦ じゅんさい スイレン科ジュンサイ属の多年草で独特の食感が珍重される。森岳地区の天然沼から、転作田で栽培されるようになり日本一の産地となった。都道府県によっては絶滅危惧種となっている。</p>	<p>6～7月 — 三種町</p>	<p>JA秋田やまもと じゅんさい加工所 TEL 0185-84-2637 じゅんさいの館 TEL 0185-72-4355</p>
	<p>⑧ 阿仁ふき <small>あ に</small> 葉柄が青々として美しく、繊維や苦みが少ないため食味と食感に優れる京ふき系のふき。県農業試験場が育成した、葉柄が長く太い品種「こまち笠」が栽培されている。</p>	<p>6～7月 — 北秋田市</p>	<p>大館市北秋田森林組合 阿仁特用工場 TEL 0186-84-2818</p>
	<p>⑨ えつり赤にんにく <small>あ か</small> 江戸時代中期に、餌飼地区に移り住む際に持ち込まれたとみられ、同地区で代々増殖されてきた。保護葉の色が赤紫色で、辛みが強く、にんにくの風味も強い。</p>	<p>6～7月 — 大館市</p>	<p>秋田県 北秋田地域振興局 農林部 農業振興普及課 TEL 0186-62-1835</p>
	<p>⑩ 八木にんにく <small>や き</small> 八木集落に伝わるにんにく。6月頃は青にんにくとして生食や漬物に、十分に球が肥大した後は風味付けとして利用される。とう立ちがなく、植付適期の幅が広く、貯蔵中も出芽しにくい。皮に赤みがあるのも特徴。</p>	<p>6～10月 — 横手市</p>	<p>横手市 増田地域局 増田地域課 産業建設係 TEL 0182-45-4525</p>



11 | せきぐち 関口なす

江戸時代から関口地区を中心に栽培されている丸なす。たくさんの実をつけ、色、形、食感が抜群で漬物に適する。皮はやや堅く果肉は締まっっていて、わずかに苦みがあり、ヘタの下が真っ白なのが特徴。

7~10月
—
湯沢市

関口ゆめ蔵ぶ直売所
TEL 0183-72-3001



12 | せんぼくまる 仙北丸なす

秋田のなすを代表する丸なす。玄米と麴で漬ける「なすのふかし漬け」に用いられる。紺色が鮮やかで、皮や果肉がしっかりしており、塩蔵しても果肉が水分を含みにくいことから、長期保存用の漬物に利用される。

7~10月
—
大仙市

大仙市 農林部 農業振興課
TEL 0187-63-1111



13 | あらところ 新処なす

新処集落に伝わる巾着型のなす。肉質は密で張りがある。中程度の大きさで上下を切り落としてなすを縦にして塩蔵し、菊が出る晩秋に「花ずし」に漬け直しをする。

7~10月
—
横手市

道の駅十文字「まめでらが」
(十文字リーディングカンパニー)
TEL 0182-23-9320



14 | とみざわ 富沢なす

主に漬物用、特に紋漬け(花ずし)用として栽培され、増田や十文字地域の朝市で販売されてきた。果形は卵形で、湯沢市の関口なすと類似しており、系統に近いことが確認されている。

7~10月
—
横手市

個人情報のため不掲載



15 | こざま 小様きゅうり

小様地域に伝わる地うりで、切り口が三角形になる。瑞々しく、張りがありやや苦みを持つ。阿仁鉱山の労働者の水分補給に利用され、市日などで販売されてきた歴史を持つ。一度途絶えたが、平成23年から復活している。

7~9月
—
北秋田市

JA秋田たかのす
営農部 園芸畜産課
TEL 0186-62-0022



16 | たざわじ 田沢地うり

古くから田沢地域や桧木内地区で自家採種で栽培されてきた地うり。生食のほか、漬物やきゅうりもみ、冷やし汁などに利用される。田沢地区では秋田杉の山林作業に携行され、その元山守によって栽培され続けられてきた。

7~9月
—
仙北市

仙北市 農林部 農業振興課
TEL 0187-43-2206



17 | あき いねか にかほ秋スイカ (稲刈りスイカ)

お盆過ぎから9月中旬の稲刈りが始まる頃まで収穫されるすいか。瑞々しい食感とさっぱりした糖度で、農作業の合間に喉を潤すのに適するとして好まれ、栽培が継続されてきた。

8~9月
—
にかほ市

JA秋田しんせい
物産所「百菜館」
TEL 0184-44-8641



18 | ごようまめ 五葉豆

古くから伝わる在来種のえだまめで、自家用として栽培されている。五枚葉が特徴で、香りと甘みが強く食味の良い品種。県農業試験場が育成した「あきた香り五葉」の育種素材に活用された。

8~9月
—
県南部

秋田県 農林水産部
園芸振興課
TEL 018-860-1803



19 | ゆざわ 湯沢ぎく

昭和20年代に在来菊の中から食味の良いものが選抜され、食用菊として定着した。早生で夏菊の特性を持ちながらも、霜が降りるまで長期出荷できる花付きの良い菊。鮮やかな色味と香りの良さが特徴。

7~10月
—
湯沢市

秋田県 農林水産部
園芸振興課
TEL 018-860-1803



20 | しずくだ 雫田カブ

角館の野田集落と雫田集落周辺で栽培されるかぶ。こぼれ種で自生するほど生命力が強い。ゴツゴツとした表面は野性的で、わさびにも似た刺激のある風味が特徴。漬物として利用する。

9~10月
—
仙北市

個人情報のため不掲載

	品目・特徴など	時期・栽培地	連絡先
	<p>21 ^{あずき くる} てんこ小豆 (黒ささげ)</p> <p>「てんこ(天向、天甲等)小豆」、県南では「ならじゃ豆」とも呼ばれ、赤飯に欠かせないささげ。色は赤紫で、お祝いの赤飯のほか仏事の黒飯に用いられる。小豆は崩れやすく胴割れすることから、縁起を担ぐため黒ささげを使ったと言われている。</p>	<p>8~10月 — 県内全域</p>	<p>じゅんさいの館 TEL 0185-72-4355 JA秋田なまはげ「いぶきの里」 TEL 018-874-8327</p>
	<p>22 とんぶり</p> <p>大館市が生産量日本一を誇る「畑のキャビア」と呼ばれる独特な野菜。アカザ科に属するホウキグサの実を、地域にのみ伝わる独自技術で加工することで初めて食用となる。加工品は通年で流通している。</p>	<p>10~11月 — 大館市</p>	<p>JAあきた北 販売営農部 TEL 0186-42-8800</p>
	<p>23 カナカブ</p> <p>古くは焼畑で栽培された在来種で、洋種系の白長かぶ。サクサクとした歯触りで、辛味などの風味がある。焼畑や普通畑で栽培され、根形も短太から長形まで様々な形があり、主に酢漬けにして食される。</p>	<p>10~12月 — 由利本荘市 にかほ市</p>	<p>JA秋田しんせい 物産所「百菜館」 TEL 0184-44-8641</p>
	<p>24 ^{たいら} 平良カブ</p> <p>古くから平良地区のみで栽培されてきた、在来種の青首の長かぶ。肉質は緻密、パリパリとした歯触りで食感が良く、風味が強い。麴漬けにして食される。</p>	<p>11~12月 — 東成瀬村</p>	<p>JAこまち 東成瀬営農センター TEL 0182-47-2808</p>
	<p>25 ^{よこさわまがり} 横沢曲がりねぎ</p> <p>横沢地区に伝わる在来種で、2年かけて栽培される。植え替え時に、寝かせて植えることで風味を出す。葉は柔らかく香り成分のアリシンが多い。江戸時代に久保田城主佐竹氏から伝授されたとの言い伝えがある。</p>	<p>10~11月 — 大仙市</p>	<p>大仙市 農林部 農業振興課 TEL 0187-63-1111</p>
	<p>26 ^{いしばし} 石橋ごぼう</p> <p>昭和30年に大仙市の篤農家石橋氏が育成した早生品種。茎は赤く葉はやや小さい。根は長くて肉付き良く、白肌・白肉で風味の良さにも定評がある。</p>	<p>10~11月 — 大仙市</p>	<p>大仙市 農林部 農業振興課 TEL 0187-63-1111</p>
	<p>27 ^{おおだて じ だい こん} 大館地大根</p> <p>大館、北秋田地域に伝わるだいこんで、地元では「かたでこ」と呼ばれる。堅い肉質で歯触り良く、保存性の高いたくあんになる。辛みだいこんとしても活用される。赤首、白首など系統によって形や色が異なる。</p>	<p>10~11月 — 大館市 北秋田市</p>	<p>陽気な母さんの店 株式会社 TEL 0186-52-3800</p>
	<p>28 ^{さんない} 山内せり</p> <p>9月に収穫最盛期を迎える早生せり。冬期に酒蔵などに働きに出る農家で栽培されてきた。在来種から選抜され、やや標高がある山間部での栽培に適する。遮光により、強い日差しを避けるなどの工夫をして栽培されている。</p>	<p>8~11月 — 横手市</p>	<p>JA秋田ふるさと 横手営農センター 山内資材店舗 TEL 0182-53-2181</p>
	<p>29 ^{あきた しも ふ} 秋田霜降りささげ</p> <p>古くから特に仙北地域で栽培され、寒さに強く霜が降りる頃まで食されることから「霜降りささげ」と呼ばれる。莢に黒い筋状の斑があり、熱を通すと斑が消え鮮やかな緑色になる。</p>	<p>9~10月 — 仙北市 県内各地</p>	<p>あきた生産者直送便 TEL 090-7062-5061</p>
	<p>30 ^{ぬまやま} 沼山だいこん</p> <p>横手市沼山集落で栽培されてきた青首だいこん。首が鮮やかな緑色で、水分は少なく肉質硬めで独特の風味がある。かつては沼山集落から山内地域で「青頭」と呼ばれ栽培されていた。現在は県内数力所で栽培されている。</p>	<p>10~11月 — 秋田市 大仙市 潟上市</p>	<p>秋田県 農林水産部 園芸振興課 TEL 018-860-1803</p>

品目・特徴など	時期・栽培地	連絡先
 <p>31 エゴマ(つぶあぶら)</p> <p>奈良時代の秋田城跡からも発掘されており、「つぶあぶら」や「じゅうねん」と呼ばれ、古くから食用と灯火用として県内全域で栽培・利用されてきた。近年の健康志向からエゴマが見直され、栽培が拡大している。</p>	<p>10～11月 — 大館市 八峰町 由利本荘市 東成瀬村</p>	<p>東商事 株式会社 TEL 018-893-4253</p>
 <p>32 じ 地タカナ</p> <p>古くから仙北地域で漬け菜用として栽培されてきた。全国で栽培されている「たかな」とは全く違う品種で、小ぶりで葉と根を食べる。麴漬けや味噌漬けなどで食される。辛みなどの強い風味がある。</p>	<p>11月 — 仙北市</p>	<p>個人情報のため不掲載</p>
 <p>33 まつだて だいこん 松館しぼり大根</p> <p>松館集落で百年以上前から栽培されてきた地だいこん。肉質は密で水分は少ない。日本一辛いだいこんといわれているが、甘みも感じられる。大根おろしの絞り汁は、そばや刺身の薬味として用いられる。</p>	<p>11～3月 — 鹿角市</p>	<p>JAかつの 営農経済部 営農販売課 TEL 0186-23-2497</p>
 <p>34 に だ だいこん 仁井田大根</p> <p>秋田市の台所とも呼ばれた古くからの野菜産地である仁井田地区で栽培されてきた。緻密な肉質、独特な歯切れと強い風味でたくあん用として使用される。生産者の高齢化などによって栽培が激減している。</p>	<p>10～11月 — 秋田市</p>	<p>秋田県 農林水産部 農業試験場 TEL 018-861-3330</p>
 <p>35 みつせき 三関せり</p> <p>年間を通じて清流に恵まれている三関地区で江戸時代から栽培されている。三関地区の在来種から選抜淘汰され、品種名は「改良三関」。葉や茎が太く、根が白く長いのが特徴。秋田の鍋には欠かせないものとなっている。</p>	<p>9～3月 — 湯沢市</p>	<p>JAこまち 湯沢営農センター TEL 0183-73-3131</p>
 <p>36 さんない 山内にんじん</p> <p>昭和20年代に山内地区で選抜された品種で、根は30cm以上と長くて太く、色鮮やかで肉質がしっかりしている。パリッとした食感と強い甘みが特徴で、漬物やサラダに向く。一時栽培者が激減したが、復活している。</p>	<p>10～12月 — 横手市</p>	<p>横手市 まちづくり推進部 山内地域課 産業建設係 TEL 0182-53-2934</p>
 <p>37 いも からとり芋</p> <p>さといもの一種で葉柄(ずいき)と親芋を食する。葉柄はいがらが少なく食味が良い。芋は独特のとろりとした食感と甘さがある。水を張った苗代や普通畑で栽培され、青茎と赤茎がある。</p>	<p>9～11月 — 由利本荘市 にかほ市</p>	<p>JA秋田しんせい 物産所「百菜館」 TEL 0184-44-8641</p>
 <p>38 ちよろぎ</p> <p>中国原産のシソ科の宿根草で、「長老喜」「千代呂木」等の字があてられる縁起物食材。地下茎の先端部が渦巻き状の形になる。サクサクとした歯触りを活かして、梅しそ漬けなどの漬物に用いられ、正月の黒豆に添えられる。</p>	<p>10～11月 — 湯沢市</p>	<p>JAこまち 東部営農センター TEL 0183-42-4238</p>
 <p>39 たざわ 田沢ながいも</p> <p>田沢地区に伝わる田沢ながいもから、県内の育種家が系統選抜した「田沢一号」が栽培されている。地域の土壌条件ともよく合うため、芋は白く、コクとほどよい粘りがある。とろろ芋に最適。</p>	<p>10～11月 — 仙北市</p>	<p>仙北市 農林部 農業振興課 TEL 0187-43-2206</p>

あきた
伝統野菜

あきた
伝統野菜
とは？

「あきた伝統野菜」は、
次の三つの事項を
満たす品目としています。

- ・昭和30年代以前から県内で栽培されていたもの。
- ・地名、人名が付いているなど、秋田県に由来しているもの。
- ・現在でも種子や苗があり、生産物が手に入るもの。



あきた伝統野菜マップ



AKITA'S Traditional Vegetable MAP

北秋田

品目	栽培地	品目	栽培地
8 阿仁ふき	北秋田市	22 とんぶり	大館市
9 えつり赤にんにく	大館市	27 大館地大根	大館市・北秋田市
15 小様きゅうり	北秋田市	31 エゴマ	大館市

とんぶり



鹿角

品目	栽培地
6 秋田ふき	鹿角市
33 松館しぼり大根	鹿角市

山本

品目	栽培地
7 じゅんさい	三種町
31 エゴマ	八峰町



じゅんさい

秋田

品目	栽培地
2 秋田さしびろ	秋田市
3 仁井田菜	秋田市
6 秋田ふき	秋田市
30 沼山だいこん	秋田市・潟上市
34 仁井田大根	秋田市



カナカブ(焼畑)

由利

品目	栽培地
2 秋田さしびろ	由利本荘市
17 にかほ秋スイカ	にかほ市
23 カナカブ	由利本荘市・にかほ市
31 エゴマ	由利本荘市
37 からとり芋	由利本荘市・にかほ市

あきた伝統野菜Webサイト(美の国あきたネット)
<https://www.pref.akita.lg.jp/pages/archive/9964>



秋田県内

品目	栽培地
18 五葉豆	県南部
21 てんこ小豆	県内全域
29 秋田霜降りささげ	県内各地

仙北

品目	栽培地
4 亀の助ねぎ	大仙市
12 仙北丸なす	大仙市
16 田沢地うり	仙北市
20 梶田カブ	仙北市
25 横沢曲がりねぎ	大仙市
26 石橋ごぼう	大仙市
29 秋田霜降りささげ	仙北市
30 沼山だいこん	大仙市
32 地タカナ	仙北市
39 田沢ながいも	仙北市

平鹿

品目	栽培地
10 ハ木にんにく	横手市
13 新処なす	横手市
14 富沢なす	横手市
28 山内せり	横手市
36 山内にんじん	横手市



花ずし

雄勝

品目	栽培地
1 ひろっこ	湯沢市
5 貝沢ふくだち菜	羽後町
11 関口なす	湯沢市
19 湯沢ぎく	湯沢市
24 平良カブ	東成瀬村
31 エゴマ	東成瀬村
35 三関せり	湯沢市
38 ちょろぎ	湯沢市