毎年６月は「食育月間」毎月１９日は「食育の日」

食育つうしん

11月

発行：大阪市立難波中学校

わたしたちが今食べている野菜の多くは、中国やアジア諸国から伝わりました。日本では縄文時代の頃から、れんこんやだいこんなどの栽培が始まり、長い歴史の中で地域の気候などに適する野菜が定着したそうです。1950 年頃には食生活の洋風化に伴い、いつでも同じ品質のものであることが求められ、もともと栽培されていた野菜はどんどん減っていったようです。

その、もともと栽培されていた野菜こそが「伝統野菜」です。

なにわの伝統野菜を知ろう

大阪府では 2005（平成 17）年に「なにわの伝統野菜」の取組みが始まりました。

○約 100 年前から大阪府内で栽培されてきた野菜
○苗・種子等がどこから来たかが明らかで、大阪独自の品目・品種、栽培方法によるものであり、栽培するための苗・種子等の確保が可能な野菜
○府内で生産されている野菜

この条件で、現在 26 品目が認証されています。そのうち次に紹介している 10 品目が「**大阪市なにわの伝統野菜**」として、認証されています。

見た目が個性的で味にも特徴のある「なにわの伝統野菜」を食べてみましょう。

大阪市なにわの伝統野菜

金時人参　江戸時代の浪速区付近の特産。「大阪人参」と呼ばれていた。給食では１月の「ぞう煮」に使用。

勝間南瓜　西成区玉出町（旧勝間村）が発祥。果肉には粘り気がある。

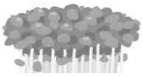
玉造黒門越瓜　大阪城の玉造門（黒門）付近が発祥の地。つけ物などに使われる。

毛馬胡瓜　都島区毛馬が起源の黒っぽい胡瓜。独特の苦みがある。

大阪しろな　天満付近で栽培され、「天満菜」とも呼ばれていた。

天王寺蕪　天王寺が発祥。柔らかく甘みが強い。

芽紫蘇　北区源八付近が発祥。「源八もの」と呼ばれていた。青芽と赤芽がある。



田辺大根　東住吉区田辺地区の特産。給食では、収穫量に応じて、12 月にいくつかの学校で「煮もの」に使用。

難波葱　難波周辺で江戸時代から栽培されていた。かも肉とねぎの入ったうどんを「かもなんば」と呼ぶのは、この「難波葱」に由来。

大阪黒菜　住吉・西成・東住吉区が発祥。寒さに耐える力が強い冬野菜。葉は濃い緑で、寒くなるとより光沢が出る。