

CABBAGE

葉茎菜類

# キャベツ



## 県南北の産地から通年出荷

春に出回るキャベツはやわらかく生食向きで、冬のカベツは煮込み料理にぴったり。

兵庫県の生産量は全国10位。

南北の産地ではそれぞれの気候の特色を生かし、年間を通して出荷できるよう栽培しています。

キャベツならではの成分・ビタミンUは、ほかの物質と結びついて新たにたんぱく質を合成する作用があり、これに注目して作られた胃腸薬もあります。

主な  
出荷時期

4月～6月  
7月～10月  
11月～3月

●国指定産地／三原(春6,370t、冬5,810t)、神戸(春1,550t、冬5,290t)、東播(春1,190t、冬3,600t)、たじま(春515t)  
●県指定産地／兵庫西(310t)、兵庫みらい(360t)、阪神(146t)

南あわじ市  
洲本市／淡路市

# 淡路島

三原・日の出



## 低温で新鮮さを封じ込めて全国へ 10月～5月まで切れ目なく出荷

やわらかくて甘い淡路島キャベツは、シャキシャキとした新鮮さが魅力。ほ場で収穫されたキャベツは、集荷場で真空予冷施設によりじん速に低温冷却されます。これにより鮮度の高い状態を保ったまま出荷できるため、全国の市場で高い評価を得ています。

年平均気温約16℃近い瀬戸内式気候の淡路島では、厳寒期でもキャベツ栽培が可能です。この気象条件を最大限に生かし、10月から5月まで多くの品種を組み合わせ、切れ目なく高品質なキャベツの安定生産を進めています。4～5月の端境期には、高単価での出荷が可能になります。



ギョーザ、お好み焼き、焼きそばなどに使う加工業務用の寒玉系、春の訪れを感じさせてくれる春系、サラダや漬物に最適なグリーンボール系など、バラエティーに富んだ品種を栽培。

特に4月に収穫される「みはらの春」は、淡路島のオリジナル品種です。春キャベツの一種で、甘くてやわらかいのが特長です。



## 淡路島のキャベツの品種

キャベツは大きく分けて、寒玉系キャベツと春系キャベツに大別されます。淡路島ではこれらの品種が作られています。寒玉系キャベツは冬キャベツともいわれ、形が楕円で葉はかたくて厚く、良く締まっています。品種は、松波、金春、中生かんらん(SE)など。春系キャベツは葉がやわらかくて薄く、巻き方がゆるく、葉は水分が多くてみずみずしく、甘みがあります。品種は、みはらの春。寒玉系キャベツは春系キャベツを交配したサワー系キャベツで、春系に分類されることもあります。品種は、輝岬、金春。

# 畜産との複合経営、水田三毛作の基幹品目に

昭和14年頃、三原町で散在的に栽培され、昭和22年頃から栽培が増加。昭和40年代にははくさい、レタスの栽培増加により、キャベツの栽培面積がやや減少しました。昭和50年頃、寒玉系品種「SE」が導入され、再び栽培面積が増加。昭和55年頃からグリーンボール（丸玉キャベツ）が導入され、昭和62年には栽培面積が323haとなりました。

収穫したキャベツの残渣を牛の飼料として利用できることから、畜産との複合経営で水田三毛作体系（水稲＋レタス、たまねぎ、キャベツなど）が取り入れられ、基幹品目に位置付けられています。土作りは畜産農家と連携して行われ、排水性も良く、水分管理が可能なほ場で作付けしています。栽培方法は研究を重ね、レタス栽培跡のトンネルを活用し、他産地には栽培できない時期にも栽培・出荷。加工業務用キャベツは大型鉄製コンテナで出荷し、省力化、低コスト化にも取り組んでいます。加工業務用では単価が安定しているので、生産者は経営計画が立てやすくなります。



## 真空予冷施設とは

水は平地では100℃で沸騰しますが、気圧の低い高地では沸騰する温度は下がります。水が液体から気体になると熱を大量に奪う現象を利用し、一時的に気圧を低くすることにより野菜そのものの温度を下げるのが、真空予冷システムです。収穫後の野菜の呼吸を抑えて、鮮度と栄養分を保持する技術です。



### 野菜おじさんからひとこと

#### 冬を越えて栽培するキャベツ

キャベツなどアブラナ科野菜は、一定の大きさに達した株が冬の低温にあうと花芽ができ、春になると花が咲きます。冬を越えて栽培するキャベツは、冬の寒さにあっても花芽ができにくい品種を選び、苗を植える時期を遅らせて、冬の間に生育が進みすぎないように注意を払って栽培されます。早春になるとヒヨドリがキャベツを食べに来るので、農家の方は防鳥対策にも気を配っています。

神戸市西区

# 神戸西



## 安心でおいしいキャベツづくり 年間25万ケースを出荷

神戸市西区は昔からキャベツ栽培が盛んな地域で、主産地の岩岡町をはじめ、平野町、玉津町の生産者が、夏の高温期以外は周年でキャベツを出荷しています。年間出荷量は25万ケースにのびります。

神戸のキャベツの栽培は、昭和10年頃、岩岡町で試作的に取り入れたのが、その始まりといわれています。

昭和22年頃から、畜産との複合経営として、キャベツ栽培が進められてきました。キャベツの残渣と牛ふんを有効に資源として活用することで、環境保全にも貢献してきました。

昭和35年〜40年に飛躍的に栽培面積が拡大。近年、安全で

おいしいキャベツづくりを進めています。

新しい栽培技術に関する情報収集を行うなど、生産者は日々技術の研鑽に努め、高い生産技術を誇っています。新規就農希望者などを研修生として受け入れるなど、積極的に次世代の育成に寄与している生産者もいます。



# 栽培暦を作成し安心なキャベツ栽培を

神戸市西区の岩岡町、平野町、玉津町の生産者で結成する神戸西キャベツ部会では、統一の栽培暦を作成し、安心なキャベツ栽培に取り組んでいます。一年を通じて出荷できるように、地域に合った品種を選びながら、8品種をリレー栽培。品質を統一するために、年に3回出荷規格検討会を行い、検査員を設けて集荷前検査に取り組んでいます。また、種苗メーカーや農業改良普及センターから講師を

招いて、栽培や病害虫の勉強会を適宜開催しています。こうべ版GAP（農業適正規範）に取り組み、出荷用段ボールの針をテープに替えるなど、部会として消費者へ安全・安心なキャベツを提供するように努力しています。地元で生産された完熟堆肥による土づくりや有機質肥料を中心とした施肥を行うなど、環境や人にやさしい取り組みを積極的にを行いながら、県内有数の産地維持に努めて



います。神戸市ブランドのこうべ旬菜と兵庫県認証食品に認証されています。



## 野菜おじさんからひとこと

### 兵庫県でのキャベツ栽培

兵庫県のキャベツ栽培は、品種・播種・定植時期を変えて、10月から翌年の6、7月まで、夏を除く約10カ月間県内の産地から出荷されています。

秋に収穫する品種は、寒玉系の中でも葉質が少しやわらかく、多汁で甘みに富む品種。冬に収穫する品種は、寒玉系の中でも耐寒性(0℃以下の低温に耐える性質)が強い品種。初夏に収穫する品種も、寒玉系の品種が栽培されています。いずれの寒玉系のキャベツも、細く切ってトンカツの添え物、お好み焼きなどに使われるのが定番です。春に収穫する品種は春系キャベツで、出始めは春キャベツと呼ばれます。葉がやわらかくて薄く、巻き方がゆるいキャベツで、葉は水分が多くてみずみずしく、甘みがあって、生食や浅漬けなどに適しています。



## 県内3位の一大生産地 昭和41年から国指定産地

東播地区は瀬戸内海に面した温暖な気候条件で、耕地の90%が平坦地で豊かな土壌条件に恵まれていることから、キャベツが古くから生産されており、昭和20年代には明石市、稲美町において県内の主産地となっていました。

昭和41年に国野菜指定産地制度が始まった当初から、冬キャベツの国指定産地に指定され、昭和54年には春キャベツの国指定産地となりました。現在は明石市から稲美町にかけて、兵庫県内3位の生産量

を誇る産地となっています。盛夏を除き、その時期に合った品種を栽培し、出荷されます。

都市近郊農業の強みを生かして、新鮮なものをいち早く大阪や明石、加古川、姫路に出荷しています。生産されるキャベツは市場用を中心に、加工・業者用やJAの直売所へも出荷するなど、多面的な販売が行われています。

JA兵庫南稲美キャベツ部会は、兵庫県認証食品「ひょうご推奨ブランド」に認証されています。



## ソウルフード「かつめし」は、 ボイルキャベツが必須アイテム！

「かつめし」は、お箸で食べられる洋食をコンセプトに、昭和20年代に加古川市内の食堂で考案されたのが始まりと伝えられています。お皿に盛ったご飯の上にビーカツ(または豚カツ)を乗せ、デミグラスソースをかけてゆでたキャベツを添えます。加古川市とその周辺の名物B級グルメです。

# 将来を見据えて新たな取り組み

近年東播地区では、集落営農組織や若手の新規就農者をキャベツ栽培の新たな担い手と位置付け、生産振興を図っています。

平成24年から、集落営農組織によるキャベツ栽培の取り組みが始まり、年を追うごとに、順調に栽培面積が拡大しています。

また、同地域では若い生産者により、キャベツ栽培の規模を拡大する取り組みが始まっています。

このように東播地区の産地で新しい動きが起こり、地区の農業が活性化してきています。



## 野菜おじさんからひとこと

### いなみの台地のため池と淡河川山田川疎水

東西を明石川と加古川、南北を播磨灘と美囊川に囲まれたいなみの台地には、多くのため池があります。この地域は、雨の少ない瀬戸内気候でその上水資源に乏しく、昔からため池が掘られていました。明治から大正時代にかけて神戸市北区の淡河川、山田川から全長26.5kmの農業用水を流すための水路である淡河川山田川疎水（淡山疎水）が造られ、練部屋分水所からいなみの台地の各方面へ水を流しています。このような先人の並々ならぬ努力のお陰で安定的に農作物ができるようになったことを忘れてはならないと思います。

豊岡市／香美町／新温泉町

# たじま



## 端境期にも出荷しブランド確立 北但馬の高原部で栽培

豊岡市日高町や美方郡の高原部を中心に、北但馬のさまざまな場所でキャベツが栽培されています。

神鍋高原園芸組合では、独自の出荷基準・検査を設けて、厳しく品質を検査しています。他の産地からあまり出荷がない端境期に出荷できる強みを生かし、品質の良さとも相まって、「神鍋キャベツ」として確固たる地位を築いてきました。ひょうご推奨ブランドに認証されています。

豊岡そ菜部キャベツ委員会では生食用に初夏どりキャベツを栽培し、最近では加工・業務用キャベツの生産も行っています。

ます。

みかたキャベツ生産組合は冷涼な気象条件のもと、慣行栽培だけでなく、認証食品「ひょうご安心ブランド」に認証されています。

道の駅神鍋高原では、キャベツを用いたチップス、アイスクリーム、キムチを開発しています。特産品としてさらに知名度の向上、用途を拡大する動きがあります。





# 雪の下でじっくりと育って甘いキャベツに

但馬地方は日本海式気候に属し、冬期はシベリアからの季節風の影響で積雪が多いのが特徴です。中央山岳地帯は寒暑の差が大きい内陸式気候。冬は寒く、夏は暑い気候と、火山灰に由来し、水はけがよく肥料を保持する力もある黒ボク土と呼ばれる栽培土壌が、おいしいキャベツを育てます。

9月末に播種し、雪の下で越冬させて6月から7月にかけて出荷されるものが多い、但馬地方のキャベツ。中でも神鍋高原（豊岡市日高町）で栽培される「神鍋キャベツ」は、「しつかり詰まって日持ちがする」「甘くて歯ごたえがある」と、品質の良さで定評があります。



## 神鍋高原園芸組合 キャベツ部会の厳しい検査とは

神鍋高原園芸組合キャベツ部会では検査員6人が品質検査を行います。基準に合わない品は等級を落として出荷するなど、厳しい審査が特徴です。

### 豆知識

#### ケールがルーツ、色も形も違う仲間がたくさん

ヨーロッパでは紀元前から栽培されていたというケールが、キャベツのルーツ。仲間にブロッコリーやカリフラワー、葉ボタン、芽キャベツなどがあり、葉が発達し、結球したのが現在のキャベツです。日本では明治になって本格的に栽培が始まり、大正時代には広く食べられるようになりました。その後、昭和25年ごろから消費が急増しました。古代ギリシャの数学者ピタゴラスが「キャベツは元氣と落ち着いた気分を保つ野菜だ」と書いているといわれるほど、ほかの葉菜類に比べても健康に大切な栄養素を豊富に含んでいます。



小野市／加西市

# 兵庫みらい



## 高品質な加工用を安定供給 生産者をJAがしっかりサポート

転作のほ場を活用し農家の所得向上を目指して、小野市で平成17年にキャベツの栽培が始まりました。主にサラダ用カット野菜やお好み焼き用などの加工向けを栽培し、品質・量ともに安定していると、近年では市場で高い評価を得ています。現在は小野市、加西市ともに栽培面積は増加傾向にあります。

重量のあるキャベツを1月から2月下旬にかけて切れ目なく出荷できるように、6つの品種を栽培しています。生産者がJAに栽培日誌を提出し、安全確認をしてから出

荷。JAで育苗を行って栽培歴に沿った栽培を行うため、品質が安定しています。排水対策に重点を置いて栽培。栽培講習会を定期的に行って、生産者全体の技術の向上に努めています。

キャベツ栽培に向けて、有機石灰を使用したpH調整や堆肥などの有機質資材などを使用し、しっかりとした土づくりを行っています。



購入の問い合わせ

JA 兵庫みらい本店 TEL.0790-47-1255

宝塚市／猪名川町  
／三田市

# 阪 神



## 年2回出荷 学校給食にも使用

宝塚市、猪名川町は兵庫県南東部、六甲山地の東北側に位置し、瀬戸内式気候に属しますが、内陸部のため寒暖差が比較的大きいのが特徴です。キャベツは5月下旬～6月と10月下旬～3月の年に2回収穫、出荷されています。

三田市でもキャベツを栽培し、学校給食に使用する野菜の一つになっています。学校給食の野菜を提供する「JA兵庫六甲 三田野菜産直の会 学校給食部会」の生産者全員は、エコファーマーの認定を受け、品種から肥料、農薬までJA兵庫六甲の栽培基準を守って栽培。牛ふんなどの堆肥を使用する土づくりを行い、化学肥料や農薬の使用をできるだけ低減。環境への負荷を少なくした農業を実践しています。



購入の問い合わせ JA 兵庫六甲 三田営農総合センター TEL.079-563-4192

姫路市／神河町／たつの市  
／赤穂市／佐用町

# 兵 庫 西



## 堅調な増加が見込まれる品目 加工・業務用向けも生産

兵庫西では各地でキャベツが生産されています。市場出荷のほか、近年は集落営農による、主に加工・業務用向けのキャベツの生産が増加しています。

兵庫西では集落営農組織と、集落営農型の農業法人が多くあり、従来の稲・麦・大豆に加え、収益作物として新たに野菜に取り組む経営体が増加しています。その中で、比較的機械化が進み、稲・麦・大豆で使用する機械も活用でき、かつ需要も安定しているキャベツへの取り組みが広がっています。1経営体で約1haと大規模に栽培している組織もあり、今後も堅調に増加が見込まれる品目となっています。



購入の問い合わせ JA 兵庫西経済本店 TEL.079-281-5021



生食から煮込みまで幅広く



## キャベツとベーコンソーセージのハーブ煮

### 材料/4人分

キャベツ	400g
塊ベーコン	60g
ソーセージ	4本
タイム、ローズマリーなどのハーブ	各少々
だし(かつおと昆布)	3カップ
白ワイン	1/2カップ
塩	小さじ1/3
マスタード	適量

①キャベツは大きいザク切りにする。ベーコンはそぎ切りに、ソーセージは斜め半分に切る。②鍋に①、ハーブ、だし、白ワインを入れてフタをし強火にかける。③沸騰したら弱火にし、塩を加えて約40分煮、味を見て塩で味を調える。皿に盛り、マスタードを添える。

## 鶏片飯 チーペンファン (鶏肉の中華丼)

### 材料/4人分

米	2カップ
鶏むね肉	200g
下味	塩・こしょう・酒・片栗粉・油 少々
スープ	3カップ
酒	大さじ1・1/2
塩	大さじ1/2
調味料	こしょう 少々
油	適量
水溶き片栗粉	大さじ3杯
キャベツ	200g
にんじん	30g
むき海老	50g

①米は洗って炊く。②鶏むね肉はそぎ切りにし、下味をつける。③にんじんはゆでて薄切りにする。④キャベツは短冊切りにする。⑤鍋を熱して油を入れ、②③④、海老の順で炒めて調味液を加え、沸騰したら味をみて水溶き片栗粉でとろみをつける。⑥ご飯を盛り、⑤をかける。



## キャベツの ミートグラタン

### 材料/2皿分

キャベツ	200g(ざく切り)
ミートソース	200cc
とろけるチーズ	50g
サラダ油またはオリーブオイル	適量
粉チーズ	適量
バター	適量
塩・こしょう	少々

①ざく切りしたキャベツをサラダ油またはオリーブオイルで炒める。(固さが残る程度)②耐熱のグラタン皿に、炒めたキャベツとミートソースを入れ塩・こしょうし、上からとろけるチーズ、粉チーズを振りかける。③180~200℃のオーブンで、チーズが溶けこんがり色づくまで焼く。

