

信州の伝統野菜 第4弾

中野市

ぼたんこしょう



<訪問先>

斑尾ぼたんこしょう保存会

会長 大内 ふじ子さん(写真左)

保存会発起人 松野 富子さん(同中央)

兒玉 邦子さん(同右)

◇ 保存会会長 大内さんへのインタビュー

1. ぼたんこしょうの由来を教えてください。

→名称由来は、果実の先端が花のボタンに似ていることから付いたと言われています。ぼたんこしょうは、ナス科トウガラシ属の野菜ですが、見た目はピーマンのような形をしています。辛味と甘味を持ち合わせているのが特徴で、果肉はピーマンに似て肉厚です。



中野市永江地区でのみ栽培されていて、収穫時期は7月中旬から10月下旬まで、収穫量は地区全体で10トン位になります。

2. 隣接する信濃町で栽培されている「ぼたごしょう」(信州伝統野菜認定)との関連性は？

→元は同じ種です。隣町へ嫁いだりした際に種を持参し、その地で生産され受け継がれてきました。今はそれぞれの生産地域のみで栽培しています。





3. 斑尾ぼたんこしょう保存会の活動等について教えてください。

→保存会は平成20年3月設立。平成24年5月に「ぼたんこしょうファーム有限責任事業組合」を保存会会員有志16名で設立しました。同年10月、農林水産省が所管する6次産業総合化事業計画の認定を受け、選別・加工ができる施設を整備し、青果の生産～選別～販売及び加工品の製造～販売を行っています。

現在の会員数は25名。うち女性が8割で70～80歳代が中心。元地域おこし協力隊の方も参加し、広報等幅広く活動しています。[\(山の台所 - 諫山郁美 Instagram\)](#)

そのほか、地元の高校生15人ほどを受入れ、農業体験を実施しています。

4. 作業をする中で苦勞されていることはありますか。

→畑で1番大変な作業となる「支柱立て」です。

ぼたんこしょうは、苗が1メートルくらいまで成長し、果実がいくつも成るため、苗を支える支柱が必要となり、支柱を固定するのに労力がかかることから、男性会員の手を借りて作業をしています。



5. ぼたんこしょうの販路について教えてください。

→主な販売先は、「道の駅ふるさと豊田」、セブンイレブン等での店頭販売のほか、インターネット販売も行っています。

道の駅では、青果は7月から10月末頃まで、加工品は通年販売しています。

[\(道の駅ふるさと豊田 - 信州中野ふるさと公社\)](#)

セブンイレブンとは、10年ほど前から連携して、ぼたんこしょうを使用したおにぎりやパスタ商品などを地元の高校生と共同開発しており、8月中旬から9月末ころまで、山梨・長野各県のコンビニ各店舗で買うことができます。

・・・コラボ商品、店頭で見かけたらぜひ食べてみて下さいね。・・・



やたら(※) 味噌 なめ草 ごま醤油 ぼたんこしょうとたまねぎの炒め物

※ぼたんこしょうと、ミョウガ、ナス、ダイコンの味噌漬などを“やたら”刻んで混ぜた食べ物

【長野県拠点での試食！】

取材班も商品を購入し、ぼたんこしょうの「味噌」と「やたら」を味わってみました。

「味噌」は、生のきゅうりに添えて食べましたが、後からくるピリツとした辛さが、普通のもろきゅうとは違った味わいで、**ビールが欲しくなりました♡**

「やたら」は、昔からの代表的なぼたんこしょうの食べ方だそうです。おにぎりと一緒に食べましたが、程よい甘さと後からくる辛さが、ご飯とともに相性良く、美味しかったです♡



保存会の皆様、ご対応いただきありがとうございました。

令和7年7月8日 取材

📢 今回の第4弾「ぼたんこしょう」はいかがだったでしょうか？

ぼたんこしょうは、ビタミン A、C、ポリフェノール、ミネラル、GABA などの様々な栄養素が豊富に含まれています。暑い夏でも食欲アップ間違いなしのぼたんこしょうをぜひ味わってみてください。

取材の様子は、当拠点 HP で動画配信していますので、是非ご覧ください。

長野県拠点では、今後も「信州の伝統野菜」の産地を訪問して、現場の情報や取組、伝統野菜にまつわるお話などを取材し、皆さんにお届けしていきますので、どうぞよろしくお願いします。

*長野県拠点 HP: <https://www.maff.go.jp/kanto/chiikinet/nagano/index.html>

