

おすすめの  
食べ方



【おろし方】

おいしいおろし方は①  
茎の方を鉛筆状に削る  
②黒い部分を削り取る  
③目の細かいおろし器  
で、茎の方から円を描  
くようにゆっくり、練  
るようにおろすの順  
だ。残ったワサビは  
ラップをして冷蔵すれ  
ば、約2週間ほどもつ。



遠野牛に！



おしや刺身に！

【相性の良い料理】

遠野産根ワサビの上品な辛味は、  
どんな料理にも合う。特におス  
スメなのが、おしや刺身、ステーキ  
など、素材を味わいたい料理。遠  
野名物のジンギスカンと遠野牛  
は、塩とワサビで食べると絶品だ。



ジンギスカンに！



食べてね！

ワサビ応援キャラ  
遠野ミー君

【買い方】

遠野産根ワサビは市  
内の産直などで買う  
ことができる。価  
格は1本3000、  
1000円程度。色  
が良く、目が詰まっ  
ているものがおいし  
いとされる。



名水が育むワサビは極上の味わい

この地域で生産が始まったの  
は今から百年前の、大正4年の  
こと。自家消費用として栽培さ  
れ始めたそうだ。昭和30年頃か  
ら生産を本格化。度重なる水害  
に悩まされながらも、昭和50年  
代には、一定の流量を保つ柵  
田をビニールハウスで被覆す  
る、現在の生産スタイルを確立  
した。平成3年には、品種改良  
や育苗を行う、現在の遠野わさ  
び公社を設立。公社が高級品種  
の苗を安価で提供する取り組み  
が実を結び、東北随一のワサビ  
生産地として知られるように

生産開始は大正4年

日本古来の薬味として、和食  
には無くてはならない存在のワ  
サビ。宮守町達曽部では、  
豊富な湧水を使ったワサビ栽培  
が盛んだ。



1\_ 宮守町達曽部の湧水地区  
の沢沿いには、ワサビ田がズ  
ラリと並ぶ 2\_ ワサビ田は  
ハウスの中を水が流れる仕組  
み。写真は苗を植えて間もな  
いワサビ田。植えてから約1  
年半で収穫時期を迎える



ワサビ名人に  
聞きました！



遠野わさび生産者協議会 会長  
(葵食品加工生産組合 代表)

佐藤 昭悦 さん  
=64歳=(宮守町)

湧水地区のワサビ農家。祖父の佐藤  
裕福さんが生産の礎を築いた。根ワ  
サビの生産のほか、ワサビを使った  
加工食品作りにも取り組んでいる。  
同協議会の会長として、遠野産ワサ  
ビの生産拡大に尽力している。

写真/根ワサビの収穫に  
励む佐藤さん。1本1本  
手作業で収穫し、東京の  
築地市場に出荷している

極上の根ワサビ

遠野産根ワサビは、品質が高  
いことで有名だ。築地市場に出  
荷され、都内の料亭やすし店な  
どに卸されている。

日本の名水20選の「稲荷穴」に  
代表される、豊かな湧水が育む  
根ワサビは、上品な辛味と甘み  
が特徴で、身が詰まっていて見  
た目も良い。これまでに数々の  
賞を受賞。本年度は、全国ワサ  
ビ品評会で福地孝市さんの根ワ  
サビが優秀賞に輝いた。  
築地市場青果部で卸売に携わ  
る新川洋幸さん(東京シティ青  
果㈱)は「遠野産ワサビは味も香  
りも良く、品質も向上してきて  
います。市場での需要も高まっ  
ています」と太鼓判を押す。

ワサビの波が来ている

遠野産根ワサビは、この5年  
で1キあたりの市場価格が約  
3千円から約6千円に倍増。そ



(一社)遠野わさび公社  
Tono Wasabi, public corporation.  
遠野市宮守町達曽部28-46  
電話 67-6673



左/ワサビの苗は同公社の育  
苗施設で丁寧に育てられてい  
る上/培養されている真妻  
品種。将来は高級根ワサビと  
して市場に出荷される

平成3年に設立され、25年から現・  
公社。苗を市内のワサビ農家に安価  
に提供することで、生産を下支えし  
ている(平成26年度は約6万株を生  
産)。最近では遊休しているワサビ  
田を借り上げ、自らもワサビ栽培に  
取り組んでいるほか、附馬牛地区で  
ワサビ栽培の可能性を調査中。遠野  
わさび公社は、遠野のワサビ生産に  
なくてはならない存在だ。



根ワサビ  
若手生産者  
**木戸 健** さん  
=34歳、宮守町=



カネ弥(株)  
代表取締役社長  
**金崎 公威** さん  
=26歳、釜石市=



(一社)遠野わさび公社  
主任技術員  
**菊池 陽** さん  
=46歳、宮守町=

魅力ある農作物のワサビ  
100年の伝統を継承したい

父の代からワサビ田を引き継ぐ2代目として、大手食品メーカーとの契約栽培やわさびの醤油漬けの加工・販売に取り組んでいます。ワサビは販路がしっかりとしていて、魅力ある農作物と言えます。生産者の高齢化が問題ですが、若手生産同士が力を合わせ、しっかりとワサビ生産100年の伝統を引き継いでいきたいと思っています。

畑ワサビの生産拡大で  
震災復興を成し遂げたい

練りワサビの原料を安定的に供給するため、今年から遠野を拠点に生産・加工に取り組んでいます。今後は、遠野の畑ワサビ農家の皆さんと連携し、高まる需要に対応していきたいと思っています。また、遠野を拠点に6次産業化することも視野に入れています。畑ワサビの生産拡大で、震災からの復興を果たしてみせます。

農家と二人三脚で  
遠野ブランドを確立したい

ワサビの波は確実に来ています。ニーズに応じた高品質な苗を提供し、市内のワサビ農家を後押しするのはもちろんのこと、自らもワサビ生産に取り組み、需要の高まりに追いつきたいですね。100年のノウハウは、他の地域には決して負けない力があります。農家と二人三脚で遠野ブランドを確立し、全国に発信していきたいです。

ワサビ使用  
遠野の味

【わさびみそ】

ワサビが入っている特製味噌。ピリッと香るわさびみそは、ご飯のお供や酒のつまみ、料理の隠し味としても楽しめる。



【わさびラーメン】

ワサビはラーメンとの相性も抜群！宮守町では、わさびラーメンを提供する店が何軒もあり、その味を競い合っている。



【わさびの醤油漬け】

葉ワサビの醤油漬けは、シャキシャキした歯ごたえとほどよい辛味が美味。宮守町達曽部の伝統料理だ。



【わさびソフト】

道の駅みやもりでは、わさびソフトが有名。ワサビの爽やかな香りがするソフトは、観光客に人気だ。



上\_道の駅みやもりでは、ワサビ関連商品がズラリ  
右\_春の新名物として注目の「花ワサビ」



ら加工、販売まで行う6次産業化で、その魅力はさらに高まる。道の駅みやもりでは、ワサビを使った加工品や料理を販売し、誘客につなげている。遠野ふるさと村では、村内にワサビを植栽。高級食材として有名な「花ワサビ」を使用した食事を提供し、春の新名物として、観光客に目と舌で楽しんでもらうことを計画している。このほか、ワサビは肉料理との相性も抜群なので、「いわて遠野牛」や遠野

名物「ジンスカン」の新たな食べ方を遠野から発信できればおもしろい。ワサビは、観光資源としても期待できる存在だ。  
**味力をぜひ、あなたも**  
百年の歴史を誇る、遠野産ワサビの味力は、味わってみなければ分からない。ぜひ、あなたも、その舌で確かめてもらいたい。ツンと香る爽やかな辛味に、きつと涙するはずだ。



カネ弥(株) Kaneya, Inc.

本社：釜石市甲子町

大槌町のワサビ加工業者。震災で2つの工場が全壊するも、平成24年に釜石市の仮設工場を拠点に操業再開。大手食品メーカーに練りワサビの原料を提供している。今年から上郷町のしいたけ栽培施設を借り受け、本市で畑ワサビの生産・加工に取り組んでいる。写真上/釜石市の仮設工場 下/上郷町の拠点施設



畑ワサビ



1\_青笹町の中沢畑わさび研究会(佐々木隆光会長)は、木工団地の未利用地などを活用した畑ワサビの生産に挑戦中 2・3\_附馬牛町の小出地区特産物生産組合(佐々木良一代表)は、今年の夏、初めて畑ワサビの収穫に成功。4\_木漏れ日を浴びてすくすくと成長するワサビ

今、畑ワサビが熱い！

ワサビの需要増加に伴い、現在注目されているのが、主に練りワサビの原料になる「畑ワサビ」だ。ワサビ田で栽培される根ワサビに対し、畑ワサビは主に林間で露地栽培されるのが特徴。涼しい気候と豊富な山林、肥料となる堆肥の確保が容易で

の背景には▽遠野ブランドが市場に定着した▽海外の日本食ブームによるワサビの需要増加▽国内生産量の減少などがあ

あることなど、遠野は畑ワサビの生産にびったり。眠っている山林を活用する、新たな産業として期待されている。  
市内では平成25年から生産が始まり、現在は5団体が取り組

市内の畑ワサビの生産面積

