

京のブランド産品

ブランド京野菜



公益社団法人
京のふるさと産品協会



おいしさと信頼の目印

京みず菜



一年中

○葉に深い切れ込みがあるのが特長です。
○シャキシャキとした、くせのない味わいで、肉の臭みをとる働きもあります。
○油揚げなどの煮もの、サラダ、からし和え、浅漬けなど生食から加熱まで、料理の汎用性も高く、毎日の食卓に欠かせない存在です。
〔主な成分〕 ビタミン、カルシウム、鉄分

京壬生菜



一年中

○みず菜の自然交雑でできたもので葉がヘラの形をしています。
○特有のピリツとした辛味と香りが特長です。
○さっぱりとした風味で、和え物、炒め物、一夜漬けなどに使われます。
〔主な成分〕 ビタミン、カロテン、カリウム、カルシウム、鉄分

九条ねぎ



一年中

○美しい緑の葉がまっすぐに伸びています。
○葉がやわらかく、甘味があるのが特長です。
○たいへん香りが良く、葉味のほか、煮物、鍋物、ぬたなどに適します。
〔主な成分〕 カロテン、ビタミンB

京はたけ菜



12月中旬～4月上旬

○もともとは採油を目的に栽培されていた在来種の「なたね」で、葉の欠刻がやや大きいのが特徴です。
○2月の最初の午の日に「はたけ菜のからし和え」を食べる風習が、京都の食文化として受け継がれています。
○軟らかくアクが少ないやさしい味わいで、煮物、和え物、炒め物など幅広い料理に適します。
〔主な成分〕 カロテン、ビタミンC、カルシウム、鉄

花菜



12月中旬～4月中旬

○伏見桃山付近で切り花用として栽培されていた寒咲きなたねの蕾を食用にしたものです。
○心地よい歯ごたえと独特の風味があり、抗酸化能力に優れています。
○からし和え、お吸い物、おひたし、漬物などに適します。
〔主な成分〕 ビタミン、カルシウム、鉄分、カリウム、葉酸

京たけのこ



3月上旬～5月上旬

○えぐ味がなく、肉厚でやわらかく、甘味があります。
○お吸い物、木の芽和え、若竹煮、てんぷら刺身など幅広く楽しめます。
○特に、象牙色をした最高級のたけのこは、「シロコ」と呼ばれています。
〔主な成分〕 タンパク質、ミネラル、食物繊維

賀茂なす



5月上旬～10月下旬

○1個220g～400g以上もある大きさと肉質の良さを「ナスの女王」と呼ばれています。
○肉質が緻密で、煮炊きしても型くずれしません。
○丸形をいかした田楽や揚げ物に適しています。
〔主な成分〕 カルシウム、ビタミン

伏見とうがらし



5月上旬～10月下旬

○古くは伏見を中心に、今では京都府内全域に栽培が広がっています。
○細長い品種のとうがらしで、辛くありません。
○網でかるく焼いたり、煮物、てんぷらなどに適します。
〔主な成分〕 カルシウム、ビタミンシ、食物繊維

万願寺甘とう (万願寺とうがらし)



5月中旬～11月下旬

○舞鶴市生まれの大型のとうがらしです。
○ポリウムたっぷりの肉厚に甘さとやわらかさが特長で辛味はありません。
○皮膚や粘膜の健康維持に欠かせないビタミンAはピーマンの約2倍。
○種が少ないので、焼く、煮る、揚げるなど様々な楽しみがあります。
〔主な成分〕 ビタミン、カロテン、食物繊維

京山科なす



6月中旬～10月下旬

○卵を大きくしたような丸みのあるふくらとしたなすです。
○肉質が緻密で、煮炊きしても型くずれしません。
○表皮には活性酸素の働きを抑えるナスニンを含みます。
○煮物、焼きなす、ぬか漬けなど最高の味わいです。
〔主な成分〕 カリウム、リン

鹿ヶ谷かぼちゃ



7月中旬～8月上旬

○肉質が緻密・粘質で、煮炊きしても型くずれしません。
 ○ひょうたん形の空洞をいかし、中にひき肉を詰めるなどの料理法もあります。
 ○成人病の予防が期待できる、リノレン酸は、西洋かぼちゃの約7倍です。
 ○形のおもしろさから、観賞用としても利用されます。
 (主な成分) リノレン酸、食物繊維

京夏ずきん



8月上旬～8月下旬

○丹波黒大豆から生まれた夏のえだ豆です。
 ○粒が大きくコクがあり、甘味がたっぷりでもちもちした食感が楽しめます。
 ○十分に甘さのつた大粒のものを厳選しています。
 ○ゆでた京夏ずきんは、豆ごはんやサラダ、かき揚げなどでも楽しめます。
 (主な成分) タンパク質、ビタミン、カルシウム

紫ずきん



9月上旬～10月下旬

○丹波黒大豆から生まれた秋のえだ豆です。
 ○粒が大きくコクがあり、甘味がたっぷりです。
 ○豆の薄皮が薄紫色で、頭巾のような形をしていることからこの名が付けられました。
 ○含まれているメチオニンやビタミンB1は、アルコールの分解を促し、肝機能の働きを助けます。
 (主な成分) タンパク質、ビタミン、カルシウム

京こかぶ



5月上旬～7月中旬
9月中旬～12月中旬

○真っ白い肌、美しい形状のこかぶです。
 ○きめ細かで緻密な肉質、繊細な甘味があります。
 ○京漬物やかぶら蒸しをはじめとした京料理には欠かせない食材です。
 ○栄養価の高い葉も美味しく食べることができます。サラダにもおすすめです。
 (主な成分) ビタミン、鉄分、カルシウム、カリウム

堀川ごぼう



10月上旬～12月下旬

○越年栽培の大型ごぼう。中に空洞があり、空洞部分に肉やえびを詰めるなどして煮物にします。
 ○香り高く、繊維がやわらかいので味が中までしみ込みやすいのが特長です。
 ○ビタミンCの含有量は、細いごぼうの約3倍で抗酸化能力が高い食材です。
 (主な成分) ビタミン、食物繊維、カルシウム

えびいも・こえびちゃん



10月上旬～2月下旬

○さといもの一種で、表面に縞模様があり、形がえびに似ていることから縁起の良い食材として重宝されています。
 ○肉質が緻密で煮込んでも型くずれせず、中までじっくり味がしみ込みます。
 ○棒鱈とともにゆっくり煮付けた炊き合わせが有名です。
 (主な成分) ビタミン、カリウム、葉酸

京の金時にんじん



11月上旬～1月下旬

○表皮だけでなく中まで真っ赤です。
 ○肉質がやわらかで、甘味があります。
 ○粕汁や正月の煮しめなど冬の料理の彩りとして欠かせない食材です。
 ○煮炊きすると、甘味と肉質のやわらかさがひきたちます。
 ○加熱調理で抗酸化機能が増加します。
 (主な成分) ビタミン、カロテン、リコピン

京のやまのいも



11月上旬～2月下旬

○一般に「つくねいも」とも呼ばれる丸いもの一種です。
 ○肉質がしまり、水分が少なく、たいへん粘り強いのが特長です。
 ○すりおろしてとろろ汁にするほか、饅頭などの菓子原料としても使われます。
 (主な成分) 食物繊維、カリウム、ビタミン

聖護院かぶ



11月中旬～2月下旬

○享保年間(1716年～1736年)に、聖護院の農家が近江かぶから作りだしました。
 ○球型でどっしりとした大かぶです。
 ○きめ細かで緻密な肉質、歯切れのよい食感が特長で、ビタミンCが豊富です。
 ○京漬物「千枚漬」に使用されます。
 ○かぶら蒸しをはじめ、サラダでの生食など幅広く使用することができます。
 (主な成分) カロテン、ビタミン、カルシウム、鉄分

聖護院だいこん



11月中旬～2月下旬

○文政年間(1818年～1830年)に、聖護院の農家が尾張の長大根から作りだしました。
 ○苦味がなく、ほんのりとした甘味があり、ビタミンCを摂ることができます。
 ○長時間炊いても煮くずれせず、とろっと仕上がるので、ふるふさだいこんやおでんで楽しめます。
 (主な成分) ビタミン、食物繊維、カリウム

京の伝統野菜と「ブランド京野菜」の関係図

京の伝統野菜 37品目

- | | | | |
|---------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 辛味だいこん | <input type="checkbox"/> 青味だいこん | <input type="checkbox"/> 時無だいこん | <input type="checkbox"/> 桃山だいこん |
| <input type="checkbox"/> 茎だいこん | <input type="checkbox"/> 佐波賀だいこん | <input type="checkbox"/> 松ヶ崎浮菜かぶ | <input type="checkbox"/> 鶯菜 |
| <input type="checkbox"/> 佐波賀かぶ | <input type="checkbox"/> 大内かぶ | <input type="checkbox"/> すぐき菜 | <input type="checkbox"/> 舞鶴かぶ |
| <input type="checkbox"/> もぎなす | <input type="checkbox"/> 田中とうがらし | <input type="checkbox"/> 桂うり | <input type="checkbox"/> 柗野ささげ |

- 京うど
- 京みょうが
- 京ぜり
- じゅんさい
- 聖護院きゅうり

絶滅したもの 2品目

- 郡だいこん
- 東寺かぶ

- | | | |
|----------------------------------|--------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 京みず菜 | <input type="checkbox"/> 京壬生菜 | <input type="checkbox"/> 九条ねぎ |
| <input type="checkbox"/> 京はたけ菜 | <input type="checkbox"/> 京たけのこ | <input type="checkbox"/> 賀茂なす |
| <input type="checkbox"/> 伏見とうがらし | <input type="checkbox"/> 京山科なす | <input type="checkbox"/> 鹿ヶ谷かぼちゃ |
| <input type="checkbox"/> 堀川ごぼう | <input type="checkbox"/> えびいも | <input type="checkbox"/> 聖護院かぶ |
| <input type="checkbox"/> 聖護院だいこん | <input type="checkbox"/> くわい | |

ブランド京野菜 24品目

- | | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 京 夏ずきん | <input type="checkbox"/> 紫ずきん | <input type="checkbox"/> 京こかぶ |
| <input type="checkbox"/> 京の金時にんじん | <input type="checkbox"/> 京のやまのいも | <input type="checkbox"/> 丹波くり |
| <input type="checkbox"/> 京都府産 丹波大納言小豆 | <input type="checkbox"/> 京都府産 黒大豆新丹波黒 | |



京の伝統野菜とは

(昭和63年3月京都府農林水産部)

- ① 明治以前に導入されたもの
- ② 京都府内全域が対象
- ③ たけのこを含む
- ④ キノコ、シダ類を除く
- ⑤ 栽培または保存されているもの及び絶滅した品種を含む

3つの魅力を持つ「ブランド京野菜」

京都府では、行政や関係機関が連携して平成元年から「京野菜ブランド戦略」を展開し、京マークのついた「京のブランド産品」は全部で31品目となりました。

その内24品目を占める京野菜は、次の3つの魅力を持つ「ブランド京野菜」です。



魅力 1

京都の歴史・伝統・文化を感じさせる!

- ・有職料理、懐石料理、精進料理等の素材
- ・舌の肥えた料理人や顧客に鍛えられた今日の京料理の礎
- ・古くから栽培され、歴史書等に掲載。例えば、
九条ねぎ(江戸時代から東寺周辺九条村で栽培始まる)
堀川ごぼう(豊臣秀吉聚楽第廃墟跡で生育)
伏見とうがらし(1638年～歴史書記載) 等



魅力 2

生産農家のこだわりで栽培!

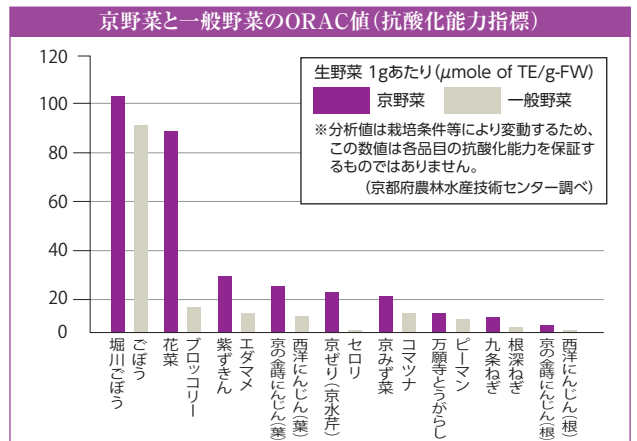
- ・京都の肥沃な土壌、美味しい水、寒暖差のある気候に合った栽培(野菜栽培に適す)
- ・生産農家や試験研究機関等が切磋琢磨して品種改良し、種と技術を伝承
- ・GAP(農業生産工程管理)の先駆けとも言える「京都こだわり生産認証システム」を導入して生産、検査もしっかり!



魅力 3

機能性成分を多く含む!

- ・人体に大切な栄養成分、機能性成分を多く含む(グラフはORAC値の比較)
- ・「京野菜機能性活用推進連絡協議会」で一般野菜に比べて多く含むことを確認



おいしさと信頼の目印 京マーク ～「京のブランド産品」の証です～

京のブランド産品は、安心・安全と環境に配慮した「京都こだわり生産認証システム」*により生産された京都産農林水産物であり、品質・規格・生産地を厳選したものです。



京都の頭文字をシンボル化し、京都の「農」「林」「水」の豊かな実りを3つの丸に、その源である「大地」「水」「太陽」を3本のラインで表現しています。

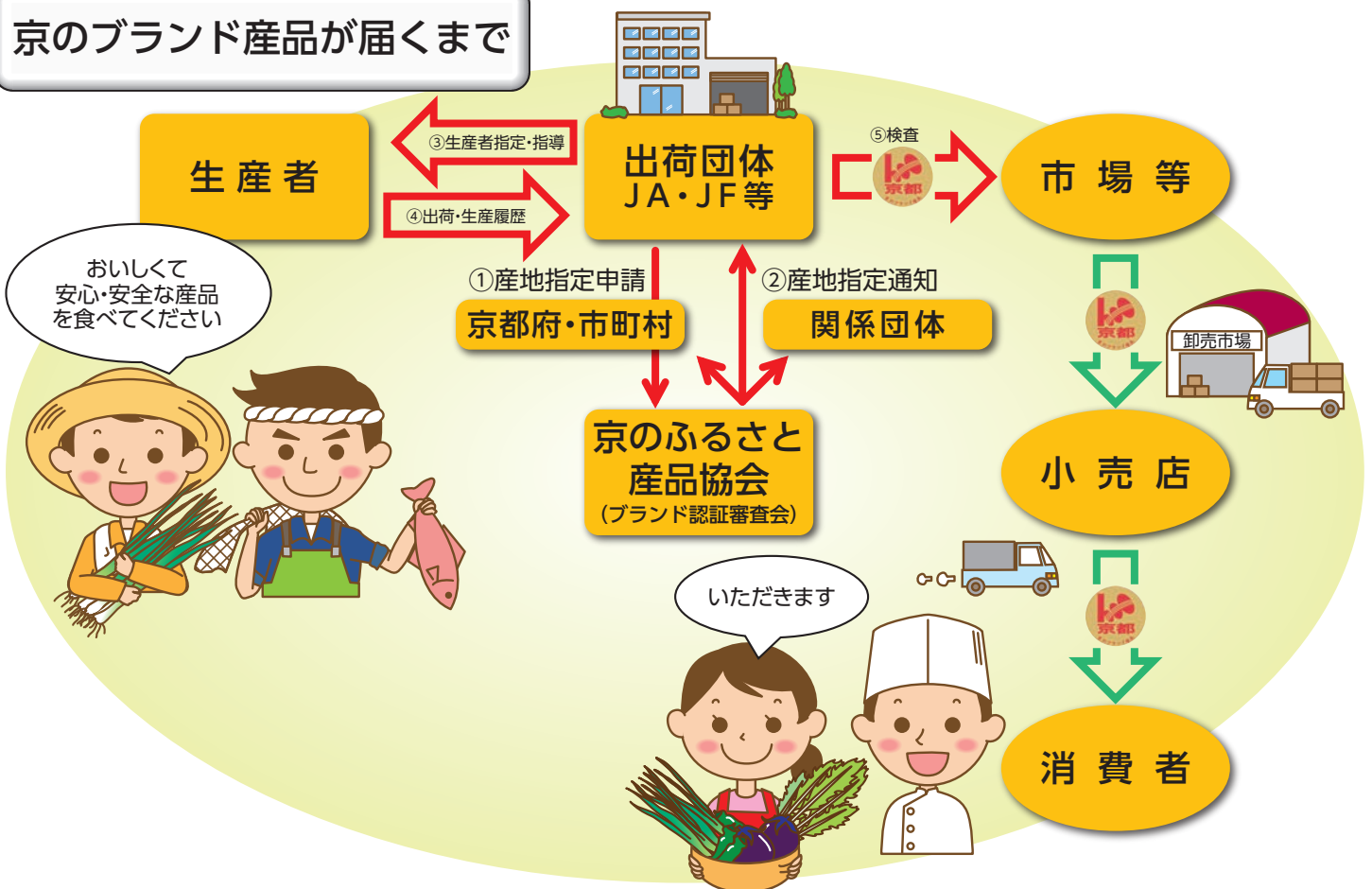
【認証基準】

- ① イメージが京都らしいもの
- ② ①以外のもので販売拡大を図る必要があるもの
- ③ 次の要件を備えているもの
 - ・出荷単位として適正な量を確保
 - ・品質・規格を統一
 - ・他産地に対する優位性、独自性の要素がある

【京都こだわり生産認証システムの特徴】

- ・農薬・化学肥料の使用を減らした環境にやさしい農法（京都こだわり栽培指針）
- ・認証検査員による栽培状況と記帳のチェックを実施
- ・情報の開示により生産者の顔が見える農産物（水産物についても同等のシステムで運用されています。）

京のブランド産品が届くまで



公益社団法人 京のふるさと産品協会

〒601-8585 京都市南区東九条西山王町1番地 京都JAビル B1F
 TEL 075-925-8315 FAX 075-366-8316
<https://kyoyasai.kyoto> e-mail furusato@kyoyasai.kyoto



@kyoyasai.kyoto



京のふるさと産品協会

ホームページ



2026年3月時点
 ※無断転載・複製禁止