

2 農 業

令和2年の農業経営体数は29,022経営体、基幹的農業従事者数は48,083人で、その男女比は、男55.3%、女44.7%となっています。また、令和5年度の耕地面積は14万8,400haで、うち田が52.6%、普通畑が23.9%、樹園地が14.8%、牧草地在が8.6%となっています。

1) 米

①青森の米づくり

青森県の米づくりは、本州最北端の厳しい気象条件に対応するため、冷害の克服が大きな課題でした。その振興方針は、昭和40年代には「冷害克服」、昭和50年代は「安定多収稲作の確立と品質向上」、近年は販売環境の変化を背景に、県産米の一層の評価向上に向け、市場ニーズに対応した「良食味・高品質米の安定生産」を進めています。

栽培品種は、多収品種から良食味・高品質品種への切り替えが進み、うるち米の作付品種構成割合は、「まっしぐら」「つがるロマン」「青天の霹靂」の3品種が中心でしたが、令和5年から「はれわたり」がデビューし、「つがるロマン」からの切り替えが進んでいます。

また、品質の良さを示す一等米の比率も全国平均を上回っています。

■作付品種構成割合と検査数量及び等級割合（令和4年産）

区分	作付品種構成	検査数量	1等米比率
まっしぐら	79%	157,537 t	92.7%
つがるロマン	13%	18,462 t	90.3%
青天の霹靂	5%	11,224 t	96.3%
その他	3%	4,612 t	—
計	100%	191,835 t	91.8%

注1)検査数量及び1等米比率(水稻うるち米)は確定値
注2)作付品種構成割合は種子申込み量からの推定値

(出典:青森県及び農林水産省)

②豊かな自然が育むあおり米

●水の恵み「豊かな水系に恵まれた平野」

我が国有数の透明度を誇る十和田湖から流出する清水が青森県東部（南部）の農業用水に、また、白神山地にその源を発する岩木川が津軽地方の穀倉地帯を、北上山地から流れ出た馬淵川は三八地域を潤しています。



岩木山と田んぼ

●森の恵み「豊かな森林資源と肥沃な土壌」

青森県南西部には、東アジア最大級のブナ原生林を有する世界自然遺産「白神山 地」、中南部の八甲田連峰にはブナ、カツラ、ナラなどの広葉樹林が広がり、落葉は朽ち果て、降り積もった膨大な雪が春先になって解け、清流となって栄養分を平野に運び、肥沃な土壌を作り出しています。

青森県の主なお米



せいてん へきれき 青天の霹靂

日本穀物検定協会で開催している米の食味ランキング（以下、食味ランキング）で、県産米として初の「特A」評価を獲得した、青森県を代表する良食味品種です。青天の「青」は青森の青、「天」は遥かに広がる北の空。「霹靂」は稲妻。稲妻は稲に寄り添い米を実らせませます。晴れわたった空に、突如として現れる稲妻のような、鮮烈な存在になりたいと考え、名付けられました。

粒はやや大きめでしっかりとしており、粘りとキレのバランスが良い、さっぱりとしたおいしさのお米です。



はれわたり

令和5年に全国デビューした新品種で、令和5年の食味ランキングにおいて「特A」を取得した良食味品種です。白くてきれいな見た目と「青天の霹靂」とは異なる、軟らかく粘りが強い食味が特徴です。寒さやいもち病に強い一方で、暑さにも強く、胴割粒が発生しにくく、県内の広い地域で栽培可能です。



まっしぐら

青森県で最も多く栽培されている本県の主力品種で、収量性が高く、優れたブレンド特性を有していることから、主に業務用米として人気のお米です。いもち病に強く、農薬の使用回数を減らした栽培にも向いているほか、家庭用米としても需要があります。

③米の流通

生産された米が家庭に届くまでには、様々な流通経路があります。一般的なものでは、JA（農業協同組合）などに集められた後、卸売業者を經由してスーパーマーケットや米販売店の店頭並び、消費者が購入します。その他直接農家やJAから購入することなども可能です。

青森県産米は、県内外に出荷され、県内の学校給食にも使用されています。

2) 野菜

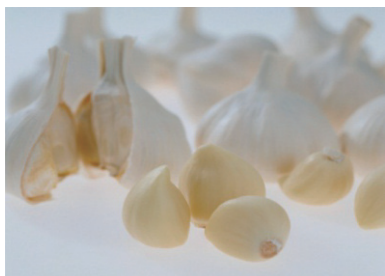
青森県で生産される野菜のなかには、全国一の生産量を誇るにんにく、ごぼうをはじめとして、ながいも、だいこん、かぶ、にんじんなど、生産量が全国の10位以内に入る品目が数多くあります。

夏でも比較的冷涼な青森県の気候が、品質の優れたおいしい野菜づくりに適しています。東京都中央卸売市場への出荷量は、東北で第1位です。

青森県 農業全国ランキング	
第1位	りんごの生産量(R3)
	にんにくの生産量(R4)
	ごぼうの生産量(R4)
	採卵鶏の1戸当たりの飼養羽数(R4)
第2位	ながいもの生産量(R4)
	豚の1戸当たりの飼養頭数(R4)
第3位	西洋なしの生産量(R3)
	だいこんの生産量(R4)
	かぶの生産量(R4)
	食料自給率(生産額ベース)(R2)
第4位	たばこ耕作面積(R4)
	牧草地面積(R2)
	食料自給率(カロリーベース)(R2)
	耕地面積(R3)
	にんじんの生産量(R4)
	さくらんぼの生産量(R2)
第5位	ブロイラー飼養羽数(R3)
	メロンの生産量(R4)
第8位	ピーマンの生産量(R4)
第10位	ばれいしょの生産量(R4)
	ねぎの生産量(R4)

(出典:あおもりの農林水産業)

①にんにく



国内生産量の約7割を占める青森県のにんにくは、大玉で一片が大きく、実が引き締まって雪のような白さが特徴です。

にんにく独特のスパイシーな香りはアリシンによるもので、殺菌作用があるとされています。アリシンは、食品中のビタミンB1と結びつくことで、動脈硬化や疲労回復などに効果があるとされています。

青森県におけるにんにくの栽培は、昭和30年代まではほとんどが自家用でしたが、旧福地村(現南部町)に際だって品質の良いにんにく「福地ホワイト」があると評判となり、これが県全体に広まって一大産地に成長しました。

青森県のにんにくは、品種の良さのみならず、栽培に適した気候風土・土壌、種づくりや土づくりといった基本技術、さらには高い乾燥・貯蔵技術によって、日本一品質の良いにんにくとして市場から高い評価を得ています。

主な産地は十和田市を中心とした上北地域や、「田子にんにく」で有名な三八地域などの県南地方で、貯蔵技術などの進歩により通年で全国に出荷されています。

また、にんにくは加熱加工処理を行うと、処理の程度（温度、期間）によって果肉が白色→こはく色→黒色に変化し、機能性成分であるS-アシルシステイン等が生成されます。この処理を行ったにんにくは「黒にんにく」として販売されています。

②ごぼう



日本一の生産量を誇る青森県のごぼうは、香りや風味が良く、繊維質が邪魔にならない程度に身が締まり、シャキシャキとした食感が特徴で、高品質なごぼうとして市場から評価を得ています。

ごぼうは主要野菜の中でも食物繊維を特に多く含む野菜として一般的に知られています。また、ポリフェノールなどが機能性成分として注目されています。

産地は三沢市を中心とした本県の太平洋側に集中しており、夏場に「偏東風（ヤマセ）」と呼ばれる冷たい風が吹く夏季冷涼な気候のため、病虫害の発生が少なく、そのため防除回数が少なく済みます。出荷は、秋から春先にかけて全国に向けて行われます。

③ながいも



青森県のながいもは国内生産量の約4割を占め、全国第2位（令和4年）です。県内で広く栽培されているのは、青森で誕生した首が短く肉付きの良い「ガンクミジカ」という在来種に由来する系統です。ちなみに「ガンク」とは首のことで「首が短い」という意味です。

ながいもはアミラーゼなどの消化酵素を多く含むことから、昔から消化促進、滋養強壮によい食べ物として食されてきました。

青森県のながいもは色白で粘りが強く、柔らかい肉質とアクが少ないのが特徴で、全国の市場から品質の高いながいもとして評価を得ています。また、国内だけではなくアメリカや台湾などにも輸出され、薬膳用などとして食されています。

収穫は、11月から12月の秋掘りと越冬後の3月から4月の春掘りの年2回で、主な産地は太平洋側の上北・三八地域に集中しています。各産地には低温貯蔵庫が整備されているため、年間を通して全国に出荷されています。

④だいこん



だいこん畑

青森県のだいこんは、全国第3位（令和4年）の生産量を誇ります。全国的にだいこんの生産は秋冬が中心ですが、本県では高冷地の涼しい気候を利用した夏場の生産も盛んです。

だいこんには、消化を促進する酵素アミラーゼが豊富に含まれています。

⑤にんじん



青森県のにんじんは全国第4位（令和4年）の生産量で、やわらかくて甘味があることに定評があります。

にんじんは、β-カロテンが豊富です。β-カロテンは体内でビタミンAに変換され、目や皮膚の健康を保ったり、抗酸化作用による生活習慣病の予防に効果があるとされています。

β-カロテンは、芯よりも皮に近い果肉部分に多く含まれていますので、よく洗って皮ごと調理することをおすすめします。

また、β-カロテンは油と一緒に摂取することで吸収が高まるため、生でサラダやジュースにするよりも、油を使った料理がおすすめです。

⑥トマト



青森県のトマトは、夏場の生産が中心です。昼夜の気温差が大きい本県で生産されるトマトは、色が鮮明で味が良いことに定評があります。

野菜の中ではクエン酸やビタミンC、リコピン、γ-アミノ酪酸が多く、品種や栽培方法によって含有量は大きく異なります。

リコピンは抗酸化作用が高く、生活習慣病の予防に効果があるとされています。また、果色が黄色やオレンジの品種はβ-カロテンが多いと言われています。

⑦ばれいしょ（じゃがいも）

青森県のばれいしょ生産量は全国第10位（令和4年）です。品種は、煮崩れの少ない「メークイン」や、加工用の「トヨシロ」、「オホーツクチップ」が多く栽培されていますが、最近では「キタアカリ」、「グラウンドペチカ（通称：デストロイヤー）」、「インカのめざめ」なども生産されています。

ばれいしょに含まれるビタミンCは加熱しても壊れにくく、カリウムも豊富に含まれています。

