



## 東京で茨城県産「常陸秋そば」の食べられるお店

- |             |              |
|-------------|--------------|
| 1 松翁        | 15 蕎麦善       |
| 2 かんだ やぶそば  | 16 蕎亭大黒屋     |
| 3 神田まつや     | 17 並木藪蕎麦     |
| 4 大川や       | 18 江戸蕎麦 ほそ川  |
| 5 眠庵        | 19 布恒更科      |
| 6 手打ちそば石月   | 20 掌庵 蕎麦 石はら |
| 7 茅場町 長寿庵   | 21 手打蕎麦 まるやま |
| 8 手打ち蕎麦 成富  | 22 そば光林      |
| 9 蕎麦前銀座 東風庵 | 23 手打ち蕎麦 鞍馬  |
| 10 手打きだ     | 24 手打ちそば にはち |
| 11 巴町砂場     | 25 長兵衛       |
| 12 手打ちそば 友庵 | 26 日曜庵       |
| 13 総本家 更科堀井 | 27 玄庵        |
| 14 蕎麦たじま    |              |

## 常陸秋そばの由来



「常陸秋そば」は昭和53年茨城県久慈郡金砂郷村（現在の常陸太田市）の在来種から選抜し育成され、異形粒が少なく粒揃いや品質も良く、特にそば特有の香り・風味・甘味があり、昭和60年に県の奨励品種として採用、現在は県内各地に作付されており、全国の有名そば職人からも高い評価を受け「日本一」との呼び声もあるほどです。

## そばの栄養



そばは健康によい栄養分が多く含まれています。毛細血管壁を強化し、高血圧や動脈硬化に効果があるとされるルチン、抗酸化作用があるカテキン、抗脂肪肝因子のコリンなどを含んでおり、これらの点から健康づくりに有効な食品といえます。

## そばの生産量

(単位：トン)

年度	H19	H20	H21
全国	26,300	23,200	29,700
茨城	2,520	1,600	1,640
茨城県のシェア	10%	7%	6%
茨城の順位	2位	5位	6位

※全国生産量については調査を実施した主産県の合計。(出典：農林水産統計)

[ 発行 ]

茨城県農産物販売推進東京本部

〒143-0001 東京都大田区東海3-2-1 大田市場事務棟4階

TEL.03-5492-5242

<http://www.pref.ibaraki.jp/bukyoku/nourin/tono/>



# 茨城の 常陸秋そば

東京で常陸秋そばの食べられるお店



茨城県農産物販売推進東京本部