

山形の夏を涼しく遊ぼう



じゅんさい

スイレン科 ジュンサイ属 water shield(英)

旬 4月～9月

生育地 世界中で自生。日本では秋田山形辺りが産地。

特徴 沼地などに生息するスイレン科の多年草の水
草で、若芽や巻いた葉は透明なゼリー質に包ま
れ、特に小さいものは高級品。

ぬめり ガラクトース・グルクロン酸・フコース・マン
ノースなどの食物繊維で、血糖値の上昇を防ぎ、
便秘・肥満・生活習慣病を予防。

じゅんさい沼 Map



じゅんさい直売

直売日

6月19日(火)～8月中旬

毎週火曜日～日曜日(月曜日休み)

直売時間

午後1時30分～午後4時まで

(ただし、売切れ次第終了)

直売場所

じゅんさい沼管理棟

(村山市大字田沢2163-5)

販売価格

1,000円/袋(800g)

じゅんさい摘み体験

予約制

採ったものは持ち帰りできます。

料金 (1時間)

大人(中学生以上) 1,000円

子供(中学生未満) 500円

(ただし、大人同伴の場合300円)

小学生未満 無料

詳しくは村山市のHPをご覧ください。



絶滅しかけたじゅん
さいを守るための環
境活動が実践され
ている。地域共同活
動の草刈り(名)。生
態調査を通じた環
境保全活動(上)。



絶滅しかけた
じゅんさいを
地域の力で復活

涼

じゅんさい摘み

村山市じゅんさい沼



食べておいしい。摘んで楽しい
伝えつづけたい自然のめぐみ

豊かな自然が育む自慢の味わいが沢山ある山形県。村山市の大谷地沼、通称「じゅんさい沼」で採れるじゅんさいもその一つ。この場所で採れるものは全国的にも数少ない天然もの。プリプリする歯ごたえ、独特のぬめり、その絶妙な取り合わせがおいしさの魅力の水生多年草である。

じゅんさい沼では、舟に乗って楽しめるじゅんさい摘み体験ができるほか、じゅんさいの直売もしている。直売は午後から始まるが、すぐ売り切れるほどの盛況である。

このじゅんさいは、環境の影響を受けやすく、水が綺麗なだけでなく、周辺環境もきれいでなければならぬ植物である。

昭和40年代には上流側の農薬の影響で、じゅんさいがほとんど絶滅してしまったことがあるが、農薬を減らしたり、水のやり繰りなど、地域の努力で元のすがたに戻すことができている。

水土里ネット富並川伊蔵堰の方を中心としたメンバーは、この貴重な財産を将来とも多くの方々に伝えていくため、年4回の水質調査や年2回の草刈り、継続した生態調査で保全活動に取り組んでいる。

このように多くの方の地道な活動によって、豊かなめぐみが享受されている。