

虫にじのしずく

2020・秋
vol.10

大都市に深く根を張る大樹の葉に、虹色の朝露がきらり(虹は協同組合の象徴です)

札幌市の中でも果物の生産が盛んな南区。夏の終わりから秋にかけて、りんごの季節が到来します。イギリスには、「1日1個のりんごは医者を送る」ということわざがあるほど栄養満点。最も身近な果物のひとつであるりんご、南区の砥山地区や白川地区などで作られています。



栄養たっぷり、秋の味覚の代表格

「りんご」

知って、なっ得! JAのこと

組合員皆さんのアイデアをJA事業の活性化につなげる!

「JAさっぽろモニター会議」

JAさっぽろでは、組合員の皆さんとの対話を通じて様々なアイデアをJA事業の活性化につなげる取り組みとして「モニター会議」を行っています。

昨年度は、正組合員・生産者・准組合員など様々な立場の女性23名にモニターの役割を担っていただき、JAさっぽろの特産物を使った加工品のアレンジレシピの作成と、直売所の活性化に繋がるアイデアについて議論。モニターの皆さんには、机上での話し合いに留まらず、各自で当JAの直売所を訪れてもらうなどの調査にもご協力いただきました。

「モニター会議」は、組合員の皆さんの生の声を届けてもらう場として、今後も取り組みを続けていきます。



昨年の会場の様子

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、今年度の取り組みは未定です。

札幌 × 農

栄養たっぷり、秋の味覚の代表格 「りんご」



生産者の声
西本 恵美子 さん

南区砥山の西本果樹園では、レッドゴールド、つがる、マオイ、きたろう、ふじ、ハックナイン、ひめかみなど10種類以上のりんごを生産。農産物直売所等で販売しています。

「木づくり」が必要なりんごは、新たに始めにくい作物でもあり、この辺りの生産者もだいぶ少なくなりました。うちには90本の木がありますが、年間の作業は全て手作業で摘果は特に手間がかかります。収穫は、早いものだと8月下旬から始まり、全て終わるのは11月頃です。手のかかるりんごですが、その分、収穫するときの喜びは大きいですよ。

最近、札幌にも大きな台風がやってくることが多く、ちょうど収穫の時期と重なります。1年間の作業が台無しになる可能性があるのが一番の心配事です。また、シカの被害も深刻です。シカはりんごの木の皮が大好きで、畑に入ると根こそぎ皮をはがして木をダメにしてしまうんです。電気柵設置などで対策は取っていますが、100%被害を防ぐのは難しいのが悩みですね。

りんごは品種も多く、見た目・味・食感にそれぞれ特徴があって、収穫してすぐ食べるのに向いている品種、追熟させた方がおいしい品種と色々です。食比べをしてお好みのりんごを見つけてください!そのまま食べるのはもちろん、カレーのかくし味にすりおろして入れたり、ジャムにしても美味しいですよ!

りんごってどんな果物?

体内の塩分(ナトリウム)を排出する作用を持つカリウムを豊富に含んでいて、血圧の上昇を防ぐ働きがあります。食物繊維も豊富なので、便秘解消にも効果的。抗酸化作用や老化を促進させる活性酸素の抑制に効果があるといわれるポリフェノールも含み、健康・美容のためにも積極的に食べたい果物です。



りんごの保存方法

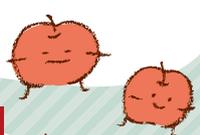
高温・乾燥に弱い果物です。熟成を促進するエチレンという成分を放出していて、一緒に保存している野菜や果物が早く傷んでしまうので、ポリ袋に入れ密閉して冷蔵庫で保存しましょう。なお、固いキウイやアボカドなどをあえて一緒に保存して早く熟成させることも可能なので、上手に活用しましょう。また、じゃがいもと一緒に保存すると芽が出にくくなるという効果もあります。



札幌のりんご栽培の歴史

かつての平岸村、山鼻村、札幌村などでは、盛んにりんご栽培が行われていました。中でも平岸地区を中心に生産が増え、明治末には全国一の産地となり国内外に出荷されていましたが、病害虫の発生や戦争、その後の都市開発によってりんご畑は姿を消していききました。現在も豊平区・美園の環状通のりんご並木などで、当時の面影を感じることができます。

かつての平岸村、山鼻村、札幌村などでは、



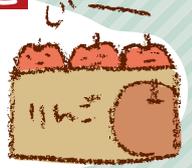
おいしいりんごの見分け方

色つやが良く、ずっしり重いものを選びましょう。表面がベタベタして光っているものがありますが、日本のりんご栽培では、ワックスはほとんど使われていません。これは、りんご自体が作り出す天然のもので全くの無害!「油あがり」とも呼ばれ食べごろの合図です。



どこで買える?札幌産りんご

各農園に併設された直売所や、とれたてっこ南などJAさっぽろの直売所を中心に販売しています。



「しのろとれたてっこ 生産者直売所」

札幌市北区篠路3条10丁目1-2
(JAさっぽろ篠路支店敷地内)
☎ (011)771-2130
🕒 月～土曜日 / 10:00～16:00
🏠 日曜日・祝日



10月下旬まで営業予定!

「とれたてっこ南 生産者直売所」

札幌市南区石山2条9丁目7-88
(JAさっぽろ南支店隣接)
☎ (011)592-6141
🕒 月～土曜日 / 9:30～15:00
🏠 日曜日・祝日



11月上旬まで営業予定!

「東経済センター厚別直売所」

札幌市厚別区厚別中央5条3丁目1-6
(JAさっぽろ厚別支店横・セブンイレブンさん裏)
☎ (011)891-2154
🕒 月～金曜日 / 9:00～17:00
🏠 土曜日・日曜日・祝日



10月末まで営業予定!

※農産物の販売は16:00まで

りんごとさつまいものサラダ

〈材料〉2人分

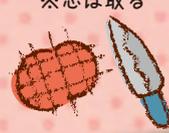
りんご……………1個(300g)
 さつまいも……………30g
 カッテージチーズ……………大さじ2
 しょうゆ……………小さじ1
 粒マスタード……………小さじ1
 マヨネーズ……………大さじ2

食物繊維たっぷり
 サラダ!!!

- 1 さつまいもの皮をむき、2cm角に切って10分ほど水にさらす。
- 2 ①の水気を切り、耐熱ボウルに入れてラップをし、500Wの電子レンジで5分温める。
- 3 りんごは皮つきのまま2cm角に切り、5分ほど塩水につける。
※芯は取る
- 4 ②に水気を切った③とカッテージチーズを入れ、しょうゆ・粒マスタード・マヨネーズで食べる。



500W
5分



彩りにパセリを
 トッピング

ニギハヤヒ
 てきまつて

りんご栽培のスケジュール

冬 【木の剪定】

日当たりなどを考えながら、不要な枝を落として春に備えます。



春 【肥料・消毒・病気のチェック】

腐らん病など病気のチェックは特に重要。症状が出ている時は、全て切り取ります。

～5月中旬に花が咲き、6月後半には小さな実が付き始めます～



夏 【摘果】

実が多いと養分を取り合ってしまうので、1本1本枝ぶりを見て良い実だけを残し、他は取り除きます。

～収穫の2週間前には、“葉とり(光を遮る葉を取る)”をして、実全体に日光を当ててムラなく色をつけます～



秋 【収穫】

いよいよ収穫です。台風の時期でもあり、最後まで気が抜けません。



真っ赤な
 見た目で甘味が
 強い。

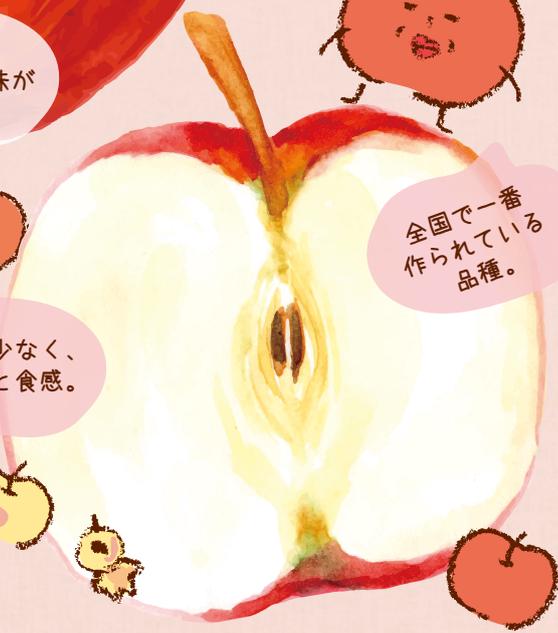
極早生品種。
 ほどよい甘さと
 酸味。

レディ
 ムーランド



酸味が少なく、
 パリッと食感。

全国で一番
 作られている
 品種。



またろ

クローズアップ 地産地消

炭火居酒屋 炎

SUMIBI IZAKAYA EN

清田店で札幌産野菜を使用・販売中!

道内や北関東で多くの飲食店を運営する(株)伸和ホールディングスは、6月に108店舗目となる新店「炭火居酒屋 炎 清田店」をオープンし、グランドメニューの食材として、清田区産を中心とした札幌産野菜を使用しています。

同社は、かねてから地産地消にこだわって食材の仕入れを行っており、清田区においてはブランドほうれん草「ポーラスター」をはじめ、多くの野菜が栽培されていることから、仲卸業者を通さずにJAから直接出荷する体制が実現。「新鮮な状態で入荷する地元の食材を訪れるお客様にも知っ

てほしい!という思いから、居酒屋としては新しい取り組みとなる店頭での札幌産野菜の販売も行っています。

飲食をするのはもちろん、野菜購入のみの来店も大歓迎とのこと!ぜひ一度足をお運びください。

※同店で使用・販売される野菜は、季節によって異なります。

炭火居酒屋 炎 清田店

札幌市清田区清田1条4丁目4-36

☎(011)883-0129

営 15:00～24:00 年中無休



インフォメーション

JAさっぽろ
准組合員コンベンション2020
「農と食をもっと身近に」の
開催中止について

10月に予定しておりました、准組合員コンベンション2020「農と食をもっと身近に」は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、開催を中止することといたしました。楽しみにされていた皆さまには大変申し訳ありませんが、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

今年も10月より販売予定!

「JAさっぽろ たまねぎギフト札幌黄」

JAさっぽろでは、今年も「札幌黄」をオリジナル化粧箱に詰めたたまねぎギフトの販売を予定しています。肉厚で柔らかく、甘さと辛さのバランスが良い札幌生まれのたまねぎ「札幌黄」。加熱すると、より甘味が増すのが特徴です。

生産者が丹精込めて育てた札幌黄を贈り物でどうぞー。

- ※10月初旬から、JAさっぽろ各支店にて受付を開始いたします。価格・送料等、詳細についても同時期のご案内となります。また、無くなり次第販売終了となりますので予めご了承ください。
- ※受付後、10~14日後に、宅配便にて発送いたします。
- ※長期保存には向かない品種のため、お早めにお召し上がりください。



たまねぎの芽はなぜのびる?

札幌産たまねぎの出荷も始まるこの時期。
置いておいたら芽がグングン伸びていた!という経験がある方も多いのではないのでしょうか。

たまねぎの芽は、暖かく湿気があり、光が当たるとどんどん伸びていきます。日が当たらず、風通しの良い場所で常温保存が基本ですが、気密性の高さなど現代の住宅事情を考えると適した場所がなかなか見当たらない場合もあるかもしれません。基本的に冷蔵庫はたまねぎ

保存には適さないとされますが、もし入れる場合は、たまねぎをひとつひとつ新聞紙でくるんでからビニール袋に入れ軽く口を結びます。一般的に野菜室は湿度が高めのことが多いので、冷蔵庫に入れる方が良いでしょう。

たまねぎの芽は伸びても傷んでいなければ食べられますが、味は落ちると言われており、見た目もあまり嬉しいものではありません。できるだけたまねぎに合った方法で保存し、美味しい状態をキープしましょう。



プレゼントクイズ!

応募方法

ハガキ・FAX・Eメールいずれかの方法で
①クイズの答え、②住所、③氏名、④年齢、⑤電話番号、
⑥「虹のしずく」のご意見・ご感想をお書きの上、
右記あて先までご応募ください。

※当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。
※皆さまからの応募で知り得た個人情報については
当選者を選定・プレゼントを送付する目的以外には
利用いたしません。



札幌市内では、南区の砥山地区や白川地区などで生産され、カリウムや食物繊維、ポリフェノールを豊富に含む、夏の終わりから秋にかけて収穫される果物はなんでしょう?

あて先

〒060-0010
札幌市中央区北10条西24丁目1-10
JAさっぽろ「虹のしずくプレゼント」係
FAX: (011) 621-1449
Eメール: kouhou@ja-sapporo.or.jp

締め切り

令和2年10月31日(土)
(当日消印有効)

クイズの正解者の中から抽選で
10名様に図書カード500円分を
プレゼント!



組合員の皆さまへ

- ・組合員資格、ご住所、ご連絡先等に変更がある場合は、お取引支店の窓口までお申し出ください。
- ・JAさっぽろの管轄地区外へ転居される場合は、所定の手続きが必要となります。



「イベントの詳しい情報は?」

「札幌の農産物って?」

「貯金や共済について知りたい!」



「近くの支店はどこ?」

JAさっぽろのホームページをご覧ください!
キャンペーン・催し物など情報満載

JA さっぽろ

検索

<https://www.ja-sapporo.or.jp/>

携帯・スマートフォンからの
アクセスはこちら▶

