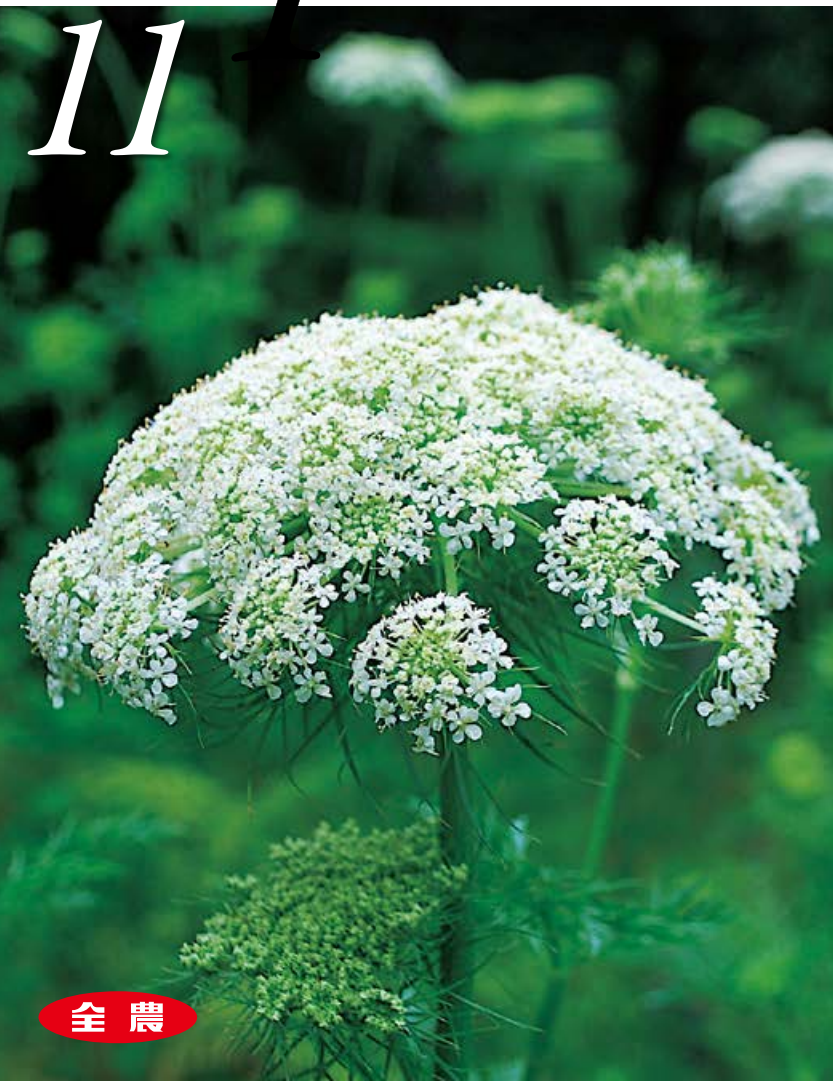
食と農の情報誌

No.544
2023
November

Apron エプロン

11



ふるさと探訪
大塚にんじん

連載「食」と「農」のエッセイ
松本 猛 さん

今月のおすすめレシピ
豚肉と根菜の中華風煮物

全農

ふるさと探訪

大塚にんじん

驚きの長さ、香りと甘みが際立つ

【山梨県西八代郡市川三郷町】

文◎編集部　撮影◎磯野博正

「大塚にんじん」は、甲府盆地の南に位置し、八ヶ岳を見渡す丘陵地にある市川三郷町大塚地区で古くから生産されている伝統野菜です。11月下旬から1月に出回り、1mを超えるものもある圧倒的な長さを誇ります。一時期は生産者が減ったものの、地域の特産を見直す機運により、現在は再び生産者が増えてきています。地元で親しまれ、お正月料理に好まれる「大塚にんじん」。その魅力に迫るべく、JA山梨みらいを訪ねました。

「昔から親しまれてきた伝統野菜なので、次の世代にも受け継がれていってほしい」と、大塚にんじん部会の岩下七郎部会長

肥沃な大地の恵みで長く成長

大塚にんじんは、昭和30年代まで全国で広く生産されていた「国分鮮紅大長（こくぶせんこうおおなが）」という、根の長さが50㎝以上になる長根種の西洋にんじんです。色が鮮やかで肉質は緻密、独特の香りと強い甘みがあり、現在の一般的な五寸にんじんよりも濃い味わいが特徴です。

「市川三郷町大塚地区は、甲州の方言で『のっぺい（のっぺらぼう）』と呼ばれる八ヶ岳や茅ヶ岳などの火山灰が堆積した土地です。ミネラルが豊富で石や岩がほとんどなく根の成長を妨げないため、昔からごぼうやにんじんなどの根菜類の栽培が盛んに行われてきました。普通は50～60㎝が標準サイズなのですが、肥沃でやわらかなのっぺいで大きく成長し、120㎝を超えるものもあります」と、JA山梨みらい大塚経済センター伊藤天紀（たかのり）さん。

生育期間は一般的なにんじんの場合は約4ヵ月、大塚にんじんは約半年もかかります。6月中旬に種をまき、11月下旬に収穫します。

「大塚にんじんの栽培は種まきが一番大変です。種まき直後は水分が十分にないと、発芽しなかったり、発芽してもすぐに枯れてしまったりします。土壌の水はけがよくて保水力が弱いため、梅雨の降

ふるさと探訪

ショベルカーで畝の横の土を掘り上げ、根を露わにさせて、1本ずつ手で取り出します

雨を利用して発芽を促すようにしています」と話すのは、生産者の岩下七郎さん。岩下さんは20年前から大塚にんじんの栽培を行うベテラン生産者。現在は約30アールの畑を手掛け、大塚にんじん部会の部会長を務めています。空梅雨のときは一度で発芽せずにまき直すこともあり、天候の見極めが大切だといいます。7～10日くらいで発芽すると、次は間引き作業です。

「だいたい5㎝前後の間隔で間引きますが、地区内でも少しずつ土壌成分が違います。太く育てたいときは広く、細めに育てたいときは狭くと、畑ごとの微調整も必要です」と岩下部会長。しっかり根付けば一安心。収穫時期まで手作業での除草作業や、周囲を柵で囲って獣害対策を行うなど、こまめに生育管理を行います。

1本ずつ手で丁寧に抜き取り作業

甲府の街と八ヶ岳を見渡せる丘に大塚にんじんの畑が広がっています。収穫は、品質を揃えるために部会で例年11月下旬に解禁日を決めて行われます。

「この辺りは11月下旬になると霜が降り、にんじんが寒さから身を守るために糖分を蓄えるようにな

「大塚にんじんの際立つ長さはもちろんですが、β-カロテンやカリウムなどの豊富な栄養素も注目されています。多くの人に知ってもらいたいです」と、JA山梨みらい大塚経済センターの伊藤天紀さん

鮮度を保つため、予冷庫で保管されます

甲府市街地を望む見晴らしの良い丘陵地で作られています

大塚にんじん専用の長い化粧箱。長さ60cm以上、重さ400g以上のものを選別して箱詰めします

●JA山梨みらい

【大塚にんじん】生産概要
生産者：約50名
栽培面積：約2ヘクタール
出荷量：約5600kg（2021年実績）
主な出荷先：山梨県内

ります。それで甘みがのった高品質なものが収穫できます」と、岩下部会長。

まず、地上に生い茂った葉を刈り取り、ショベルカーで畝の横を1・5mほど掘り上げて、側溝（そっこう）をつくっていきます。側溝を覗くと、きれいに伸びた大塚にんじんが並んでいました。

「堀り棒で周りの土を崩しながら、1本1本折らないよう丁寧に手で抜き取っていきます」と話す、岩下部会長。収穫した大塚にんじんは、曲がりなどをチェックして洗浄し、4～5本ずつ束ねて出荷します。毎年12月中旬には地区内の直売所で即売会も開かれ、県内外の人で賑わうそうです。

岩下部会長はさらなる栽培面積の拡大を目指し、栽培ノウハウをまとめたマニュアルの作成を部会で進めています。新規就農者がチャレンジしやすいよう環境を整備したいと意気込みを語ってくれました。

「いろいろな地域の人に大塚にんじんを知ってもらえるよう広めていきたいです」と話す、JA山梨みらいの伊藤さん。町役場や県の農務事務所など、関係機関とも連携を進めていくといいます。

岩下部会長のおすすめの食べ方は、シャキシャキとした食感が楽しめる松前漬けや野菜スティック。揚げると甘みが増すので、かき揚げなどもおいしいとのこと。また、油揚げやきのこと炊いた「大塚にんじん飯」は、郷土の味として学校給食にも採用されています。お正月料理の紅白なますや煮しめにも活躍間違いなし。地区内の直売所やJAタウン等で販売していますので、ぜひ食べてみてください。

（取材：2022年12月上旬）

にんじんのお惣菜

1枚分：約490kcal　調理時間：約35分

にんじんとじゃがいもは3:1の割合です

にんじんガレット

岩手県・平賀あけみさん

【材料】直径18cm×2枚分
にんじん…2本（300g）　じゃがいも…1個（100g）
ピザ用チーズ…160g　オリーブ油…大さじ2　刻みパセリ…適量

1 にんじん、じゃがいもを2〜3mmの厚さにせん切りにする。
2 1をボウルに入れてチーズを混ぜる。
3 フライパンに油大さじ1を熱し、2の半量を直径18cmに薄く広げ、フライ返しで押しつけながら、焦げないように弱〜中火で加減しながらパリッとするまで両面を焼く（片面約7分）。もう一枚も同様に焼く。
4 放射状に切り分けてパセリをふる。

お弁当のおかずにもおすすめ

にんじんのハッシュドチキン

埼玉県・松岡典子さん

【材料】4人分（約40個）
鶏むね肉…2枚（500g）
にんじん…360g
A［おろしにんにく…小さじ2
砂糖、しょう油…各大さじ1
マヨネーズ…大さじ2
鶏がらスープの素（顆粒）…小さじ2
黒こしょう（粗びき）…少々］
片栗粉、米粉…各大さじ4
サラダ油…大さじ8
リーフレタス…適宜

1人分：約480kcal　調理時間：約35分

1 にんじんは200g分を5mm角に切り、残りはすりおろす。
2 鶏肉は皮を除き、粗みじん切りにする。
3 ボウルに1、2、Aを入れてよく混ぜ合わせてから、片栗粉、米粉を加えてさらに混ぜる。
4 フライパンに油を熱し、3を山盛り大さじ1ずつ落とし、焼き色がつくまで片面約2分ずつ揚げ焼きにして油をきる。
5 器に盛り、リーフレタスを添える。

作り置きして
たっぷりいただきます

にんじんのみそ炒め

愛媛県・高岡美津子さん

【材料】作りやすい量
にんじん…3本（450g）
麦みそ…大さじ3
酒、みりん…各大さじ2　塩…適量
ごま油…大さじ1

全量：約450kcal　調理時間：約20分

1 にんじんは長さ3〜4cmのせん切りにする。
2 フライパンに油を熱し、1を入れ、中火でやわらかくなるまでしっかりと炒める。
3 みそ、酒、みりんを2に加えて混ぜ合わせ、塩で味を調える。

イラスト◎かとうともこ　監修◎山崎弘一郎

November

イチゴ

みんな大好きなイチゴは、家庭菜園でも人気です。秋に植えて越冬させ、春から初夏にかけて収穫する品種がおすすめ。お好みの品種を選び、育ててみましょう。翌年からは子株で増やせます。

苗の選び方

本葉3〜4枚で、クラウン（葉のつけ根の膨らんだ部分）が太くしっかりして、葉が病気や害虫に侵されていないものを選びます。

植えつけ

クラウンに成長点があるので、葉のつけ根を土に埋めないように浅めに植えつけます。
イチゴの実はランナーの反対側につくので、ランナーの向きを揃えると同じ側に実がついて収穫がしやすくなります。

イチゴは越冬させて栽培します。冬の寒さにあうことで花芽の準備をして休眠し、春の気温上昇とともに目覚め、開花・結実します。小形なので鉢やプランターなど狭いスペースがあれば楽しめます。

2月になったら、株元をきれいにしてマルチ張りや追肥を行いましょう。プランターの場合は、わらなどを株元に敷きます。3月には茎葉も伸びて、花も咲き始めます。受粉がうまくいかない環境（ベランダなど）では人工授粉を行います。受粉後、約1ヵ月で食べられる大きさに育ち、いよいよ収穫です。

収穫が終わる6月頃から、ランナー（ほふく茎）を根付かせて子株を作り、翌シーズンの苗にします。初年度、購入苗を植えつければ、翌年からは子株で栽培することができます。

連作障害があるので、同じ畑は1〜2年あけましょう。

●土づくりワンポイントアドバイス

指導：岡本 保（元JA全農 肥料研究室技術主管）

定植の2週間以上前に、1㎡あたり完熟堆肥1kgと苦土石灰100g程度（いずれも過去1年以内に施用していれば不要）を散布し、深く耕しておきます。
元肥は定植の1週間前に、1㎡あたり油かす（5-2-2など）200gまたは化成肥料（8-8-8）100g程度を散布し、土に混ぜ込みます。

●イチゴの栽培スケジュール

（ベランダでも畑でも栽培できます）

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
植えつけ										●	●	●
収　　穫				●	●	●	●					

※地域や品種によって多少の違いがあります

冬を越して茎葉が再び活動を始める直前に、1㎡あたり化成肥料（8-8-8）50gを施用し軽く土寄せします。マルチ張りは追肥の後でもよいですが、先に張ってある場合は、マルチの穴から株元に追肥をまいてから水やりして、肥料を土となじませます。

追肥

冬の管理

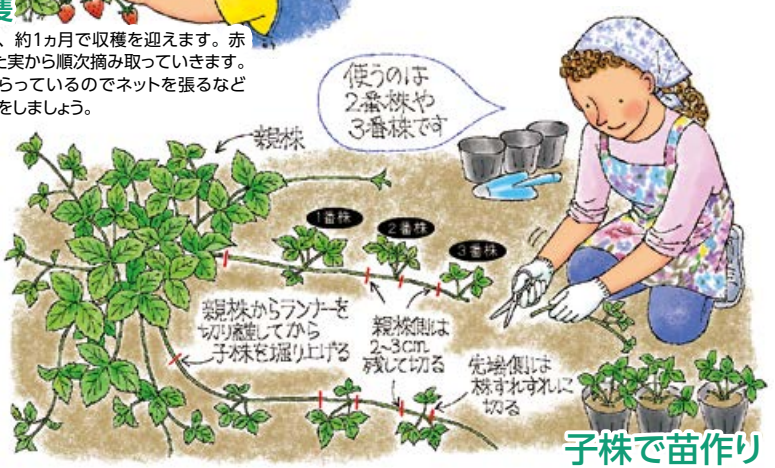
冬の間は休眠するので、霜が降りる頃には葉が枯れてきます。病気の原因になるので、枯れ葉や傷んだ葉は随時摘み取り、株の周りの雑草も抜いておきましょう。

マルチ張り

穴なしの黒色マルチを畝にかぶせ、四隅を仮留めします。株で持ち上がっているところをつまんで、ナイフやハサミで十字に切れ込みを入れて株（茎葉）を引き出します。最後にマルチの周囲を土に埋めてしっかり留めましょう。マルチを張ると地温が上がって生育が早まり、雑草も防げます。

収穫

開花後、約1ヵ月で収穫を迎えます。赤く熟した実から順次摘み取っていきます。鳥がねらっているのでネットを張るなどの対策をしましょう。



子株で苗作り

収穫が終わったら、親株からランナーが伸びてくるので誘引して根付かせます。成長点を持った子株がたくさんできますが、親株から1番目と先端の方の子株は使わず、2番目や3番目の大きさのそろった子株を次の苗として畑に仮植えしておくか、育苗ポットに植えて育てます。親株は処分して翌シーズンは育てた子株を植えつけます。

「わが家の菜園」
募集中
https://apron-web.jp/mysaien/

次回はキッチンハーブです

すぐ使える料理の基本

マッシュポテトの作り方

料理◎大森いく子　撮影◎黒部徹

肉料理の付け合わせはもちろん、グラタンやコロッケにも応用できるマッシュポテト。滑らかな口当たりがおいしさの秘訣です。

1. ゆでる

たっぷりの水を張った鍋に洗ったじゃがいもを入れ、竹串がすっと通るまでゆでる。

2. つぶす

熱いうちにペーパータオルなどを使って皮をむき、フォークやスプーンなどでつぶす。

3. 混ぜる

鍋にバターと牛乳を加えてよく混ぜる。

4. 練り上げる

弱火にかけ、木べらで滑らかになるまで2〜3分練り上げる。塩、こしょうで調味する。

●牛乳の量は目安です。じゃがいもの種類や作る料理によって加減してください。

マッシュポテトのミートグラタン

【材料】4人分

［マッシュポテト］

じゃがいも…4～5個（500g）　牛乳…1/2カップ　バター…20g　塩、こしょう…各適量

［ミートグラタン］

合いびき肉…300g　たまねぎ…1/2個　まいたけ…1/2パック（50g）　にんじん…50g
小麦粉…大さじ2　ケチャップ…大さじ4　ウスターソース…大さじ2　塩、こしょう…各適量
サラダ油…大さじ1

1. 右頁を参考にマッシュポテトを作る。
2. たまねぎ、まいたけはみじん切り、にんじんは7mm角に切る。
3. フライパンに油を熱してたまねぎを入れ、中火でしんなりするまで炒めてから、まいたけ、にんじんを加えて炒める。
4. 3にひき肉を加え、ほぐすように炒め、小麦粉を全体に加えてさらに炒める。
5. ケチャップ、ウスターソースを加え、塩、こしょうで味を調える。
6. 耐熱器の内側にバター（分量外）を塗り、5を底に敷き詰めて1を上にのせ、表面にフォークで筋をつける。
7. 210℃のオーブンで、表面にきれいな焼き色がつくまで20分程焼く。

◎1人分：約360kcal　調理時間：約60分

連載
「食」と「農」のエッセイ

第59回

松本 猛さん

猿に食われてたまるか！

東京から安曇野へ移り住んで30年近くになる。北アルプスを望む安曇野の林の中に家を建てたのは2000年だった。田舎暮らしの喜びはたくさんあるが、その一つに新鮮な地元の食材が手に入ることがある。やがて、畑仕事や山菜やキノコ採りを得意にしている知人が増え、採れたての野菜や野山の幸が届くようになった。いつも貰うばかりで恐縮していたが、林の中では家庭菜園もできない。もっとも土地があったとしても、野菜を作る"ずく"（精を出す気力、の信州弁）など持ち合わせていない。そんなとき、安曇野ちひろ公園の体験交流館で椎茸農家が原木の駒打ちから育て方まで指導してくれ

イラスト：はやしみこ

るという情報が入った。椎茸ならできるかもしれない、といそいそと出かけた。果たせるかな、椎茸が実った。毎年原木の数を増やし、春と秋の収穫時にはご近所さんにも少しは配ることができるようになった。

ある年、たくさんの小さな椎茸が顔を出し、今年は豊作だと喜んでいた。大きくなったころ、収穫をしようと朝起きて見に行くと、食べ頃の椎茸がことごとくなくなっていた。盗まれた！と思った。田舎にもひどいことをする人がいると悲しくなる。ところが原木をよく見ると、小さな椎茸までむしり取られている。取り方も雑だ。数日前、ご近所さんが猿に家庭菜園を根こそぎやられたと憤懣やるかたない顔で話していたことが思い出された。もしや、と調べたところ、猿の好物の中に椎茸もあるではないか。「猿のやつめ！」と怒りがふつふつと沸き上がり、仕事も手につかなくなった。丹精込めて育てたとは言い難い椎茸を取られただけで、これだけ悔しいのだから、農作物を荒らされる農家の人の怒りや悲しみはいかばかりだろうと想像する。

安曇野の自治体もサル対策には本腰を入れて取り組んでいるが、なかなか結果は出ない。猿の立場に立ってみれば、悪気があるわけでもなく、うまいものを食いたいだけなのだ。これは自衛するしかないと、金網で覆った椎茸小屋を、〝ずく〟を出して作り、金網には猿が嫌いだという、本物と見紛うほどのヘビの模型を置いた。

来客に自慢の椎茸小屋を見せたところ、「ギャ！」と叫んで逃げ出した。効果あり!? 以来、椎茸小屋に近づく猿はいない。

松本 猛
（まつもと たけし）

1951年生まれ。美術・絵本評論家、作家、横浜美術大学客員教授、ちひろ美術館常任顧問。1977年にちひろ美術館・東京、97年に安曇野ちひろ美術館を設立。同館館長、長野県信濃美術館・東山魁夷館（現・長野県立美術館）館長、絵本学会会長を歴任。著書『いわさきちひろ 子どもへの愛に生きて』（講談社）ほか。

〈公式HP〉
http://www.takeshi-matsumoto.jp/

「ちひろ美術館の窓から」
かもがわ出版

（社）日本ペンクラブ会員によるリレーエッセイです。さまざまなジャンルの著名な文筆家の皆さんが登場しますので、どうぞお楽しみください。バックナンバーはこちら。

野菜や果物にも広がる【機能性表示食品】

健康に役立つ情報を上手に選び バランスのとれた食生活を送りましょう

2015年に制度がスタートした「機能性表示食品」。
届出件数は7000件を超え、加工品だけでなく生鮮食品にも広がり、
野菜と果物では合計166件※の届出があります。
そもそも機能性表示食品とは何か、
生鮮食品で届け出されている機能性食品などを紹介します。

機能性表示食品とは、制度化されている3つの保健機能食品のひとつで、特定保健用食品（トクホ）と同じように「○○の機能があります」と健康の維持や増進に役立つ機能性を表示することができる食品です。

トクホは有効性や安全性を国が審査し、許可を受けたものですが、機能性表示食品は事業者の責任で保健機能を表示します。その食品の安全性や機能性に関する科学的根拠などを消費者庁に届け出ることにより、表示できます。

3つ目の栄養機能食品は、ビタミンやミネラルなど特定の栄養成分について、含有量などの基準を満たしていれば、国への許可申請や届け出の必要はなく、「カルシウムは骨や歯の形成に必要な栄養素です」など、決められた表現に限り使うことができるものです。

機能性表示食品の届け出には、保健機能に関わる成分の含有量を明らかにして、1日当たりの摂取目安量を設定する必要があります。しかし、工業製品とは違い、生鮮食品では、生産物に含まれる成分量にバラつきがでるため、届け出は容易ではありません。

生鮮食品で初めて表示が登録されたのは「三ヶ日みかん」です。機能性関与成分であるβ-クリプトキサンチン

※農林水産省「機能性表示食品（野菜・果実）の消費者庁への届出状況」（2023年8月16日現在）より

の濃度と糖度との相関が高いことを示し、光センサー選果機による糖度選別が含有量の保証に有効であることが判明。その後、JAみっかびから静岡県下の産地で次々と申請が受理され、全国各地のJAや個人農園へと広がっていきました。「β-クリプトキサンチンは骨代謝の働きを助けることにより、骨の健康維持に役立つことが報告されています」とパッケージ等に表示できます。味や風味などの特徴だけでなく、「1日当たり可食部270g(約3個)を目安に摂取することで骨の健康維持に役立つ」ことも、温州みかんの魅力のひとつになるのです。

また、全農長野県本部では「長野県JA産えのきたけ」という商品名で届け出、「GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能がある」と、パッケージに表示して出荷しています。ぶどうも同様に関与成分GABAで、商品名「毎日グレープ(ナガノパープル)」が受理されています。ほかにも、かぼちゃやほうれん草のルテイン、ナス由来コリンエステル(アセチルコリン)、リンゴ由来プロシアニジンなど、野菜や果物の機能性関与成分は多彩です。

トマトに含まれるGABAの例ですが、トクホでは認められていない「疲労」「ストレス」も機能性表示食品なら、「GABAには、仕事や勉強による一時的な精神的ストレスや疲労感を緩和する機能があることが報告されています」という表示が可能です。

ただし、これらの食品は、成人で健康な人を対象としています。医薬品と同じような効き目があると誤解しないよう注意しましょう。また、たくさん摂取すればよいものではありません。パッケージには、1日当たりの摂取目安量、摂取の方法、注意事項が表示されていますので守るようにしましょう。健康を維持するためには主食、主菜、副菜を摂り入れたバランスのとれた食生活が基本です。自分に合った保健機能食品を上手に選んで活用し、健康で豊かな食生活を送りましょう。

機能性表示食品
(野菜・果実)の
詳細はこちら

【農林水産省】

豚肉と根菜の中華風煮物

ごろりとした豚バラ肉を旬の根菜とともにいただきます

料理◎大森いく子　撮影◎黒部徹

【材料】4人分

豚バラかたまり肉…500g　ごぼう…1/2本（150g）
にんじん…1本（150g）　れんこん…中1節（120g）
ねぎ（緑の部分）…10cm分　にんにく…1片　しょうが…2片
八角※…2個　赤唐辛子…1本　酒…1/4カップ
しょう油…大さじ3　砂糖…大さじ2　水…適量　サラダ油…適量
パクチー…適量

【作り方】

1. 豚肉は4等分に切る。しょうがを2mm厚さの薄切りにする。
2. 鍋に油小さじ2を熱して豚肉を入れ、表面に焼き色をつけたら、ねぎ、にんにく、しょうが（半量）、八角、唐辛子、酒、水5カップを加えて中火にかける。
3. 沸騰したらアクを取って火を弱め、1時間程、豚肉がやわらかくなるまでゆでる。表面に浮いた油は取り除く。
4. しょう油、砂糖を加えて中火にし、煮汁が少なくなってきたら弱火にし、30分程、煮汁が煮詰まり、豚肉に味がしみこむまで煮る。
5. ごぼうは皮をこそげ、にんじんは皮をむき、いずれも長めの乱切りにする。れんこんは皮をむき、1cm厚さの半月切りにする。
6. 別の鍋に油大さじ1を熱して、残りのしょうがと5を入れ、中火で2～3分炒めてから水3/4カップを加え、蓋をして中火で10分程、蒸し煮にする。
7. 4の鍋に6を加え、強火で全体を混ぜながら煮からめて仕上げる。
8. 器に盛り、パクチーをのせる。

※八角は独特の甘い香りを持つ香辛料で、肉の臭みを消してさっぱりと香りよく仕上げます。

ココがポイント!

豚肉と根菜を別々に下煮して、素材の味わいをキープします。
豚肉だけ前もって煮ておくと、根菜と合わせるだけで短時間で仕上がります。

1人分：約420kcal　調理時間：約90分

冬瓜のあんかけ料理

毎月楽しみにしています。8月号では実家岡山の冬瓜の特集が感慨深かったです。今更ながら岡山に全国トップクラスの生産量があることを知り驚きました。2年前に他界した母がよく作ってくれた冬瓜のあんかけ料理を娘と懐かしく思い出します。母の味にはなかなか近づけませんが、試行錯誤しています。岡山の冬瓜を探してみます。

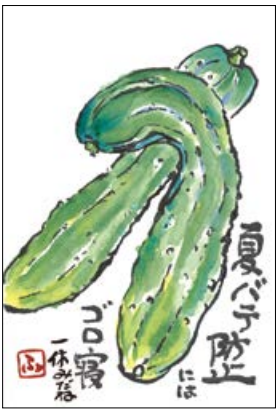
（東京都・福美さん）

新たな目標

毎月入手して、野菜作りや料理作りに活用させてもらっています。先日、63歳の誕生日を迎え、新たな目標を「男の手料理にチャレンジします」としました。若い頃から苦手な料理を克服したいと思っていますし、そのためにもエプロンはありがたい冊子です。

（埼玉県・飯村康夫さん）

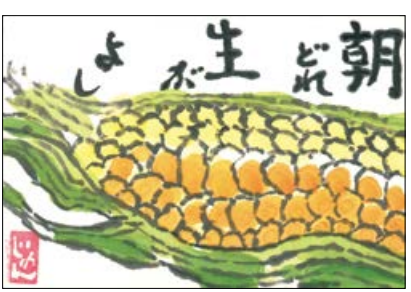
大阪府・山本文子さん



愛知県・丹羽二三子さん

愛知県・藤本澄江さん

岡山県・串馬敬子さん



佐賀県・武富淳子さん

今月の表紙
にんじんの花

Apron WEBマガジン

3年分のバックナンバーや
WEB限定の家庭菜園、
わが家の菜園を掲載中。
食材からレシピ検索もできます。

https://apron-web.jp/ Apron webマガジン 検索

わが家の味、お便りなどを大募集

毎月変わるテーマに合わせた**「わが家の味」**を募集しています。
分量や手順は正確でなくてもかまいませんので、どしどしご応募ください。

2月号／冬に食べたい野菜の煮物 2023年11月10日(金)締切
3月号／アスパラガスを使った料理 2023年12月11日(月)締切

また、**「ApronPLAZAへのお便り」「絵手紙」「わが家の菜園」**は
いつでもご応募をお待ちしております。掲載分には薄謝を進呈いたします。

あてさき 〒101-0048 東京都千代田区神田司町2−21
㈱日本制作社「エプロン編集部」係

ApronWEBからの応募はこちら▶

＊本誌の年間定期購読をご希望の方は、
12カ月(12冊)分の送料として1,000円(現金書留または定額小為替)を添えて編集部までお申込みください。

今月のPRESENT

写真はイメージです

ふるさと探訪で紹介したJA山梨みらいから「大塚にんじん1箱(4〜5本/約2kg)」を20名様にプレゼントします。香りと甘みの強さが際立つ濃い味わいをお楽しみください。

応募方法
はがきに郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、エプロン誌の入手先(○○スーパー○○店など)、プレゼント名を書いてご応募ください。本誌への感想もお寄せください。

締切
2023年11月20日(月)当日消印有効

あてさき
〒101-8691 日本郵便㈱神田郵便局私書箱16号
「JA全農エプロンプレゼント」係

当選発表
プレゼントの発送をもって
発表にかえさせていただきます。

ApronWEBからの応募はこちら▶

プライバシー保護について | エプロン誌に投稿・申込みいただいた読者の皆様の個人情報は、発送やお返事、誌面、ホームページでの紹介に使用させていただきますのでご了承ください。また、これらの個人情報は、前記の目的以外には使用しません。

JA全農が提供するTOKYO FMのラジオ番組

★**SCHOOL OF LOCK!** (23:00〜23:06 毎週(木)放送) 虹コンが食と農の魅力を発信
●**JA全農COUNTDOWN JAPAN** (13:00〜13:55 毎週(土)生放送) 旬な音楽を紹介
●**あぐりずむ** (15:50〜16:00 毎週(木)放送) 農業に携わる人の想いや未来にフォーカス

※全国のFM38局ネットで放送中。「あぐりずむ」は、放送局により放送曜日・時間が異なります。

11月29日は「いい肉の日」食べて納得！ 海外にも知られる格別なWAGYUをどうぞ召し上がれ

焼肉やステーキ、しゃぶしゃぶ、すき焼きなど、みんな大好きな牛肉。
中でも和牛は、網目のような霜降り（サシ）がきめ細やかで見た目も美しく、
甘みとうま味が口の中にとろけだすような食感が特長で、外国人も絶賛です。
和牛は、日本で長い時間をかけて品種改良されてきた黒毛（くろげ）和種、
古来より守られてきた褐毛（かつもう）和種、無角（むかく）和種、日本短角（たんかく）種の4品種と、
その4品種間の交雑種のことを指します。
日本全国で飼育されている和牛のほとんどは黒毛和種です。
銘柄牛は日本各地で320種類以上あります。
それぞれの銘柄牛にはブランドを推進する団体が厳しく規定を決めていて、
それを大切にしながら育てられます。
JAタウンでは、日本各地の逸品として育てられた和牛を取り揃えています。
お子様からお年寄りまで、みんなを笑顔にしてくれる和牛をどうぞお楽しみください。

おいしい日本と暮らそう JAタウン

JAタウンはJA全農が運営する産地直送通販サイトです。

詳しくはJAタウンのサイトをご覧ください。 www.ja-town.com JAタウン 検索

JA全農がプロデュースする生産者と生活者をつなぐ交流の場「みのりみのるマルシェ」を開催します。
当日は現地JAの担当者や生産者が、その土地ならではの美味しい食べ方などを紹介、販売しますのでぜひお越しください。

みのりみのるマルシェ

●JR大阪駅2Fアトリウム広場（11:00～18:00）：2023年11月3日（金・祝）・4日（土）「熊本の実り」
2023年11月18日（土）「和歌山の実り」
●JR広島駅（11:00～15:00）：2023年11月3日（金・祝）・17日（金）「みのりみのるマルシェat広島駅」
開催時間は状況によって前後する場合がございます。

新型コロナウイルス感染拡大や諸事情等により、マルシェの開催を変更・中止する場合がございます。
www.minoriminoru.jp/

Apron エプロン
No.544 2023.11
エプロン11月号（No.544）2023年11月1日発行　発行人=新妻成一　編集人=田久保美由紀
全国農業協同組合連合会（JA全農）　www.zennoh.or.jp
〒100-6832　東京都千代田区大手町1-3-1 JAビル
☎03-6271-8055（広報・調査部）　受付時間：平日9：00～17：00
※本誌掲載記事の無断転載を禁じます。
全農
Apron WEBマガジン