

Apron

食と農の情報誌 エプロン

2
2025
February

ふるさと探訪

三重なばな



「食」と「農」のエッセイ

里中満智子さん

今月のおすすめレシピ

なばなと鶏肉のグリルサラダ

全農

ZEN-NOH

ふるさと
探訪

ほのかな苦みの中に甘さのある

三重なばな





「寒い時期こそおいしいので、冬の青菜としてたくさん食べてほしいです」。左から生産者の丹羽守仁さん、奥様の郁子さん、娘の里菜さん

「江戸の灯りは伊勢の菜種(でんづ)」と言われていたほど、

伊勢(現在の三重県)は搾油用菜種の栽培が盛んな地域でした。

菜の花(アブラナ科アブラナ属の花の総称)の蕾を食べる産地は

全国にあります。摘み取った莖葉を商品として出荷したのは

1960年代の旧長島町の生産者が始まり。

「三重なばな」の先駆的な産地、JAMみえきたを訪ねました。

菜種栽培から生まれた 「みえの伝統野菜」

美しい国「みえの伝統野菜」のひとつ、「三重なばな」は、西洋種の

菜の花の芯を若菜とともに摘み取ったものです。栽培の中心とな

っている旧長島町(現・桑名市長島町)は江戸時代から菜種の一

大産地。生産者はわき芽の成長を

促し、種がたくさん採れるよう、芯の部分摘み取っていました。

これを冬場の野菜として食べて

いたのがとてもおいしく、「ツミ

ナ」として市場に出荷したところ

好評で、1970年頃に商品名を

「なばな」に統一して、JAMによる

共同販売が始まりました。198

9年に「三重なばなブランド化推

進協議会」を設立、同協議会が生

産者に提供する種子で栽培され

ただのだけが「三重なばな」の名

称で出荷されるなど、ブランド化

が進められ、水稲の裏作として県

内全域に生産が拡大されました。

「なばなは、米作りが終わった後

の水田などを利用して栽培され

ます。早生種と晩生種を組み合

わせ、8月末に種をまき、9月末

に定植し、例年11〜4月まで長期

出荷しています」と、JAMみえき

た販売部園芸畜産課の伊藤大洲

さん。

「一番手がかかるのは、定植です。

トラクターで畝を立てて、苗を1

本ずつ手で植えていきます。まだ



撮影◎磯野博正



高い畝に身をかがめて風を避けながら、どんどん収穫していきます

ふるさと 探訪

暑い時期なのでなばなの苗が弱らないよう、午前中は畝づくり、気温と地温が下がる14時以降から数時間かけて植えつけます」と話すのは、栽培歴7年の生産者、丹羽守仁さん。公務員を退職してなばな農家の3代目となり、約70アールの畑を手掛けるとともにそら豆、モロヘイヤなども栽培しています。



専用ナイフでなばなのわき芽部分を切り取ります

「9月は台風も心配です。この辺りは海抜ゼロメートル地帯なので、長雨が続きと畑が冠水する恐れがあります。根腐れを起こさないよう畝を高くして水はけを良くしています」と、丹羽さん。苗が根付いた後は追肥や防除を行い、こまめに生育管理します。

寒風吹きすさぶ中、 1本1本手で収穫

西に鈴鹿山脈を望み、木曾川、長良川の大河に挟まれた水田地帯になばな畑が点在しています。「収穫は1シーズンに4〜5回行います。定植から約1カ月で摘芯を兼ねた1回目の収穫。その後、わき芽が約15〜20cmに育つたびに収穫を繰り返します。適期を逃さないよう、収穫時は家族4人で一気に刈り取ります」と、丹羽さん。葉のうま味が増し、茎がほんのり甘くなるのは寒さや霜に当たる



「長島地区一帯が冬場に一面の緑と化すくらい、なばなの生産が広がるよう頑張っていきたいです」と、JAみえきたの伊藤大洲さん



葉や茎の状態を確認しながら計量し、丁寧に袋詰め



冬でも青々としたなばな畑があちこちに点在



●JAみえきた(長島)

【三重なばな】生産概要

生産者：70名

栽培面積：約14ヘクタール

生産量：約125t(2023年度)

主な出荷先：東海、新潟、北海道

1〜2月。伊吹おろしと呼ばれる北からの季節風が吹く中で、腰をかがめ、かじかむ手をさすりながら専用のナイフで1本1本炙り取ります。「大変な時もあります。が伝統の味をつなぐ役割もあるし、消費者の『おいしい』の声を聞くと頑張ろうって思いますね」と、笑顔でやりがいを語る丹羽さんです。

収穫したら、作業場に運んで選別し、袋詰めします。多い日は20袋入り段ボールで40箱ほどを翌朝9時までにJAの集荷場へ出荷します。

「県内の全生産量の4割をJAみえきた長島地区で出荷しています。出荷最盛期の2月は1日の収穫量が約2・4tにもなり、集荷場の冷蔵庫がなばなでいっぱいになります」と、伊藤さん。JAを挙げて生産者の負担軽減とさらなる収量アップを目指すことで、新規就農者の増加へつなげていきたいと意気込みます。

みずみずしくてやわらかく、ほのかな苦みの中に甘みを感じる癖のない味わいで、地元では冬の青菜として親しまれています。おひたしや炒め物、和え物などの定番から天ぷら、パスタなど、どんな食材とも合い、いろいろな料理で楽しめる万能野菜です。「三重なばな」はビタミンCが豊富！お鍋に入れてもおいしいとのこと。寒いこの季節にぜひ食べてください。

(取材：2023年12月中旬)

自慢の鍋

読者からの応募料理
わが家の味!



カマンベールミルフィーユ鍋

長崎県・すもむーさん

1人分：約625kcal 調理時間：約50分

材料 4人分

豚バラ薄切り肉	400g	水	4~5カップ
白菜	1/2個	コンソメスープの素	大さじ1
カマンベールチーズ	大1個(約200g)	黒こしょう(粗びき)	少々
塩、こしょう	各適量		

- 1 豚肉の両面に塩小さじ1/2、こしょう少々をふる。
- 2 1と白菜を交互に重ね、幅を、鍋の深さに合わせて切る。
- 3 鍋に2の白菜の切り口を上になるように詰め、水を加えて蓋をして火にかけ、煮立ってきたら、弱火で30分ほど白菜がやわらかくなるまで煮る。
- 4 コンソメ、塩小さじ1、こしょうをふってチーズをのせ、蓋をしてさらにチーズがとろっとするまで煮て、最後に黒こしょうをふる。



豆腐チゲ

秋田県・雪だるまさん

1人分：約470kcal 調理時間：約40分

材料 4人分

豚こま切れ肉	300g
絹ごし豆腐	2丁
たまねぎ	1個
じゃがいも	2個
まいたけ	2パック(250g)
にら	1束(100g)
おろしにんにく	2片分
水	3~4カップ
A コチュジャン	大さじ4
酒	大さじ3
みそ	大さじ3
鶏ガラスープの素	小さじ2
ごま油	大さじ2

- たまねぎは縦半分に切り、繊維に沿って1cm幅に切る。じゃがいもは皮をむいて縦半分に切り、1cm厚さの半月切りにする。まいたけはほぐし、にらは4~5cm長さで切る。豆腐、豚肉は食べやすく切る。
- 鍋に油を熱して豚肉を入れてほぐすようにして炒め、肉の色が変わったら、にんにくを加えて炒め、水を注ぎ、合わせておいたAを入れる。
- 2にたまねぎ、じゃがいも、まいたけを入れて蓋をし、10分ほど煮てから豆腐を加え、温まったら、にらをのせて火が通るまで煮る。



れんこんパワー鍋

東京都・湯本公子さん

1人分：約235kcal 調理時間：約40分

材料 4人分

鶏ひき肉	300g
れんこん	300g
ほうれん草	300g
おろししょうが	小1片分
卵	1個
中華スープ	6カップ
豆乳	1/2カップ
塩	適量

- れんこんは皮をむいて1/3量は薄い半月切りにする。残りはすりおろす。ほうれん草は食べやすく切る。
- ボウルにひき肉、卵、しょうが、1のすりおろしれんこん1/2量、塩小さじ1/3を加え、手で粘りが出るまで混ぜ、水で濡らした手でピンポン玉大に形作る。
- 鍋にスープを入れて煮立ってきたら塩小さじ1/2~1/3で調味し、2を入れてから1の薄切りれんこんを加え、蓋をして弱火で6~8分ほど煮る。
- 残りのすりおろしれんこん、ほうれん草、豆乳を加え、ほうれん草がしんなりするまで煮る。

わくわく菜園づくり ジャガイモ

イラスト◎かとうともこ
監修◎山崎弘一郎

ジャガイモの栽培スケジュール

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

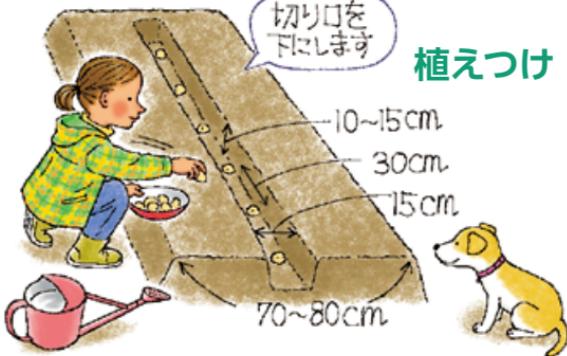
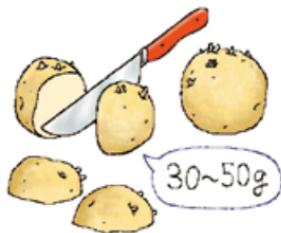
※ 地域や品種によって多少の違いがあります。

初心者も育てやすい、家庭菜園の人気野菜です。春と秋の2回栽培チャンスがあります。ジャガイモの生育適温は15〜20℃、新芽が霜に当たらない時期になったら早めに植えつけます。自家採りしたのや青果物として購入した種イモは、ウイルス病などの病害を広げる原因となるので、必ず検査に合格した種イモを使いましょう。品種がいろいろあるので、好みのものを選ぶ楽しみがあります。大きな種イモは切り分けて、腐りにくくするために切り口を2〜3日陰干してから植えつけます。新しいイモは種イモの上に出せるので、必ず土寄せをしてイモが土から顔を出して緑化するのを防ぐことがポイントです。

連作障害を防ぐため、ナス科野菜を3年は育てていない場所を選びます。また、気温と湿度が高くなると病気になるやすく、ナス科野菜に影響を及ぼすので、トマトやナスなどの近くは避けましょう。

種イモ

種イモ用を購入し、大きいものは芽が均等につくように30〜50gに切り分けます。小さなものは丸ごとでもOK。切った種イモは日陰で2〜3日乾燥させます。



植えつけ

畝の中央に深さ10〜15cmの溝を掘り、種イモを30cm間隔に切り口を下にして並べます。10cmほど土をかぶせて表面を平らにし軽く押さえます。

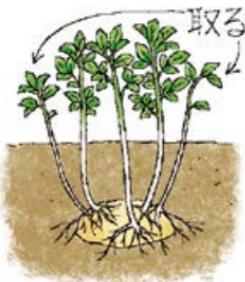
土づくり

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)

種イモ植えつけの2週間以上前に、1㎡あたり完熟堆肥1kgを散布し、深く耕しておきます。植えつけ直前の堆肥施用や未熟堆肥の利用は、イモの表面の肌荒れを起こすことがあるので、時間がない場合や良質堆肥が入手できない場合には、堆肥施用は省略してください。土壌がアルカリ性に傾くそうか病が発病しやすくなるので、通常は石灰類を使用しませんが、過去1年以上石灰類を施用していない畑には、状況に応じて1㎡あたり苦土石灰50〜100g程度を、堆肥と同時に施用してください。元肥は植えつけの1週間前に、1㎡あたり化成肥料(8-8-8なら100g、14-14-14なら50g)を散布し、土に混ぜ込みます。

株元を押さえて
残す芽を傷めな
いように抜きま
しょう。



芽かき

芽が10cmくらいに伸びたら、元気のいい芽を2~3本残し、他の芽はかき取ります。芽をかき取ると大きなイモに育ちます。

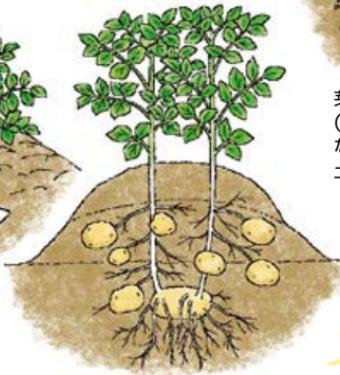
土寄せ

子イモは種イモより浅い場所にできるので、土寄せが足りないとイモが日に当たって緑化し品質が低下します。芽かきをした後と、草丈が20cm程度になった頃の2回、土寄せをします。しっかり土寄せをしてイモができる場所を作りましょう。

追肥



芽かき後に、1㎡あたり化成肥料(8-8-8-なら100g、14-14-14なら50g程度)を散布し、株元に土寄せしてください。



収穫

下葉が黄色くなって枯れてきたら収穫時期です。試し掘りで確認してから、晴天が2~3日続いた後に収穫します。イモを傷つけないようにスコップで掘り起こし、土をつけたまま陰干ししてよく乾燥させてから、冷暗所に貯蔵しましょう。



「わが家の菜園」
募集中

<https://apron-web.jp/mysaien/>

【材料】3本分

乾しいたけ …… 6～8枚
かんぴょう …… 15g
糸三つ葉 …… 100g
しいたけの戻し汁とだし汁
……合わせて1.5～2カップ

A [みりん …… 大さじ2
砂糖 …… 大さじ2～3
しょう油 …… 大さじ2
卵 …… 4個

B [だし汁または水…大さじ2
砂糖 …… 大さじ2
塩 …… 少々
サラダ油…… 少々
炊きたてのご飯 …… 2合分のり…… 3枚

C [米酢 …… 60ml
砂糖 …… 大さじ2～3
塩 …… 小さじ2/3

おいしく作る
料理のポイント

お祝い事に重宝します。美しい巻き方をマスターしましょう。

太巻き寿司



料理◎大庭英子 撮影◎榎本修

Point



最初に軸になる具材(卵焼き)を置くと、巻きやすく、きれいに仕上がります。



向こう側のすし飯の端に向かって、両指で具を押さえながら一気に巻き込みます。



1回ごとに水で濡らした布巾で包丁を濡らしながら、素早く切り分けます。

1 具を作る

①乾しいたけは水で戻し、水気を軽く絞って軸を取る。かんぴょうは水で濡らして塩小さじ1(分量外)でもみ、洗って熱湯で10分ほどゆで、ざるにあげて冷ます。鍋に両方を入れて、しいたけの戻し汁とだし汁を加えて中火にかけ、煮立ってきたらAを加えて混ぜ、再び煮立ったら蓋をして弱火で約20分、汁気がほぼ無くなるまで煮る。冷めたら、しいたけは1cm幅に切る。

②卵をボウルに割りほぐしBを混ぜる。卵焼き器に油を熱して卵焼きを作り、巻きすで幅6cmくらいに形作る。冷めたら縦3等分にする。

③三つ葉は熱湯に塩少々(分量外)を入れてさつとゆで、冷水にとってから水気を絞る。

2 すし飯を作る

飯台にご飯を入れ、混ぜ溶かしたCを全体にふってしゃもじで切るようにして混ぜ、あら熱を取る。

3 巻く

まな板に巻きすをのせてのりを縦長に置き、すし飯の1/3量をひとまとめにしてのせる。のりの向こう側2cmを残して全体に広げ、卵焼き、かんぴょう、しいたけ、三つ葉を1/3量ずつのせる。手前の巻きすを持ち上げて巻き込み、残りののりの部分に水を塗って巻いたら、巻き終わりを下にして両手で形を整える。両端は軽く押さええて整える。残り2本も同様に巻く。

4 切る

半分に切り、さらに4等分に切って器に盛る。

MEMO

三つ葉の代わりに、きゅうりやほうれん草でも彩りよくおいしく作れます。

◎1本分：約630kcal

調理時間：約60分(乾しいたけの戻し時間は除く)

連載

「食」の
「農」セ
「エ」

第74回

里中満智子さん

タコ焼きは平和の味

近年は私が今住んでいる東京でも、あたり前のように「タコ焼き」を目にする。テイクアウトのお店もあるし、スーパーやコンビニでも簡単に手に入る。タコ焼きの姿をみるたびに「時代が変わったなあ」と思う。

今から60年ほど前、上京した際、ごくわずかの身のまわりの品以外はすべて新しく買いそろえた。家具、寝具。

キッチン用品e t c.。大阪育ちなのでキッチン用品の中には当然「タコ焼き器」も含まれている。池袋の大きなデパートのキッチン用品売り場でタコ焼き器を探した。無い。店員さんに聞いてみた。置いてないと言う。商店街の小さな店まであたったがどこにもない。東京の人の生活の中には「タコ焼き器」は存在していなかったのだ。仕



イラスト：はやしみこ



里中満智子

(さとなか まちこ)

マンガ家。16歳の時『ピアの肖像』で第1回講談社新人漫画賞受賞。代表作は『あした輝く』『アリエスの乙女たち』『あすなる坂』『天上の虹』ほか。(公社)日本漫画家協会理事、(一社)マンガジャパン代表理事、大阪芸術大学キャラクター造形学科学科長等を務める。



『漫画を描く一凛としたヒロインは美しい』

中央公論新社

方なく大阪の親に頼んで送ってもらった。タコ焼き器が届き自分で作ったタコ焼きをようやく味わえたのは引越してきて三週間ほど経っていたころだったか。

大阪で暮らしていた時は、近所の友達の家や親せきの家ではタコ焼きも大好み焼きも各家の味があった。「わが家の味」を極めて、いかに独自色を出すか、で盛り上がるのが楽しかった。

小麦粉をとく出汁は、カツオ、昆布、鶏ガラ、好みで。具は各家庭で好きなものを入れれば良い。タコ、ネギみじ

ん切り、紅シウウガは定番。ちくわの小口切りもおすすぬ。うちでは時々合いびき肉をカラ煎りしたものを入れたりもした。これはインパクトが強く、男の子たちに受けた。最近ではチーズ入りも流行しているとか。具沢山のタコ焼きは主役になれる。返すのに技術がいるが、その腕を競い合うのも盛り上がる要素だ。

今はタコ焼き器は全国どこでも手に入る。食文化…という大げさだが、地域独自の味もあつという間に全国区になる。「こんな食べ物やこんな食べ

方があつたのだ」と知ることで、地域の違いを知るようになるのは楽しい。地域の違いを知つた上で「やっぱりわが古里のが一番」と言つて盛り上がるのがまた楽しい。

こんなことで楽しめるのも平和だからだ…とありがたく思う。

併日本ペンクラブ会員によるリリースです。パツクナンバーはこちら。



じゃがいも栽培の原点【種馬鈴しよ】

品質や収穫量を左右する

じゃがいも生産の要、種いもづくり

じゃがいもは17世紀初めにジャカルタから来たので「ジャガタライモ」と呼ばれ、やがてそれが「じゃがいも」に。行政や生産現場では、いもの形が馬の首につける鈴に似ていたことから「馬鈴しよ」と呼ばれています（以下馬鈴しよ）。

馬鈴しよは種いもの検疫が義務付けられ、国産の馬鈴しよが安定供給されているのは、この検疫制度があつてこそ。生産の要、種馬鈴しよを探ります。

馬

鈴しよは、種馬鈴しよ（種いも）

を植えて栽培します。種

子で増殖する稲は増殖率が

100倍以上なのに対して、馬鈴しよは

約10倍と低く、また、種いもが病害に

感染していると、収穫量が激減するな

ど大きなリスクがあります。特にウイ

ルス病は種いもを介してまん延するの

で、防止するためには病気がない健全

な種いもの確保が大変重要なのです。

1947年、農林省は無病の種いもの

「原原種」を増殖・供給するため、原原

種農場（現在の独立行政法人種苗管理

センター）を設立し、1951年から植

物防疫法に基づく検疫制度を開始し

ました。原原種を栽培して増殖する種

いもを「原種」、原種を栽培して一般の

生産者に供給する種いもを「採種」と

呼びます。原原種→原種→採種の増

殖過程の各段階で検査を行い、一般の

生産者に病害虫のない優良な種いも

を供給しているのです。70有余年の歴



史ある検疫制度が確立されています。

検査は、①植えつけ前の畑、②栽培期

間中の畑、③収穫後の種いもの3区分

で行われ、すべてに合格すると、検査合

格証明書が発行されます。それを添付しないと、種いもを出荷(移出)できません。全国の種馬鈴しょ生産の9割以上を占めるのは北海道です。種いもは道内流通用の”更新用”と、都府県に出荷される”移出用”に分けられ、遠くは鹿児島奄美地方まで送られています。

種馬鈴しょの栽培は、病変株を見つけて防除を行う知識や経験が不可欠



なため、原種や採種の生産者は登録を受けた人しか携われません。一株ずつ目で確認して、異常な株を見逃さずに抜き取る作業は、栽培期間を通して何度も行うので手間がかかり、生食・加工用馬鈴しょを生産する労働時間の約2倍もかかります。さらに土壌伝染による病害虫を防ぐために4年かけて輪作するので、畑は4倍の広さが必要です。

また近年、ジャガイモシストセンチュウ(以下、センチュウ)発生地域の拡大により、畑の確保も難しくなってきたおり、種馬鈴しょの生産量は減少傾向にあります。喫緊の課題とされるのが、生産の省力化とセンチュウ対策です。消毒と施肥を同時に行い、種いもを効率良く土中にまくことができる機械の導入や、ドローンの撮影画像を活用してAIによる病株検出技術の開発など、対策が急がれています。根に寄生して収穫量を激減させるセンチュウ

ウは、一度発生すると根絶が困難なため、馬鈴しょ生産者にとっても恐れられている害虫です。センチュウが確認された畑では、種いもは栽培できません。センチュウに抵抗力のある品種への切り替えが、国の主導・支援で進められています。

馬鈴しょの国内需要は2022年で約330万t、国内生産量は218万tで自給率は約7割です。ロシアのウクライナ侵攻から食料安全保障を求める声が強まり、国内生産量の引き上げ目標が掲げられ、種いもの安定供給は必要不可欠です。ポテトサラダ、肉じゃが、コロッケなど料理に欠かせない食材は、種いもが無ければ生産できないのです。

普段何気なく食べている馬鈴しょの裏側には、生産者やJAグループ、植物防疫官ら関係機関が連携して担ってきた種馬鈴しょの生産体制がありました。

参考：農林水産省「いも・でん粉に関する資料」
(ばれいしょをめぐる状況について 令和5年6月時点)
<https://www.maff.go.jp/j/seisan/tokusan/imo/siryou.html>





料理◎大庭英子 撮影◎榎本修

おかずにもなるサラダです
レモンをたっぷりかけていただきます

なばなと鶏肉のグリルサラダ

1人分：約250kcal 調理時間：約25分

- 1 鶏肉は室温に戻して3cm四方に切り、塩小さじ1/3、こしょう少々をふる。
- 2 なばなは長さを半分に切る。
- 3 フライパンに油大さじ1/2を熱して1の鶏肉の皮目を下にして入れ、中火で3分ほど、時々ヘラで押しつけて焼き、裏に返して同様に3分ほど焼きつけて取り出す。
- 4 3のフライパンに油大さじ1/2を足し、2を入れてフライパンより一回り小さい鍋の蓋を乗せ(重石)、中火で3分ほど焼く。裏に返してさらに3分ほど焼き、なばながやわらかくなったら、3を戻し入れて塩小さじ1/2、こしょう少々を加えてひと混ぜする。
- 5 器に盛り、レモンを添える。

【材料】4人分

鶏もも肉…………… 大1枚(360g)
なばな…………… 400g
塩、こしょう ……各適量
オリーブ油……………適量
レモン…………… 1個(4切れ)



ココがポイント

なばなを炒めずに、蓋で重石をして焼きつけます。
苦みが抑えられ、茎の甘みをしっかり感じられます。

こんにゃくの思い出

11月号のなるほど全農「こんにゃく」を読んで、50年近く前の事を思い出しました。私の住んでいる栃木県鹿沼市も山の方ではこんにゃくいもを作っていて、今は群馬県の方が有名ですが、まちの駅の売店には「鹿沼こんにゃく」として今でも売っています。母は、よくそのこんにゃくいもを使い大変な作業でこんにゃくを作っていました。手が荒れるから、必ずゴム手袋をしてこねていた姿が今でも目に浮かびます。私は見ているだけで手伝いませんでした。今でもこんにゃくは大

好きです。無くならないよう、これからもたくさん食べます。

(栃木県・川上弘子さん)

和名で世界に通用

11月号の裏表紙「JATAWON」を読み、私の一番好きな果物「柿」がpeshimmon以外に「BEN」として世界に通用していることを知り、とても嬉しくなりました。北海道育ちの私は地元では柿の木を見たことがなく、進学で関東に来て初めて見た時のことを懐かしく思い出しました。ポゴツとした実が大きく色づいた時は本当に感激しました。

(東京都・斉藤郁子さん)



東京都・中嶋壽子さん



東京都・伊藤順子さん



愛知県・深栖和江さん



兵庫県・佐藤良子さん



福井県・山崎郁代さん

INFORMATION

大募集!



お便り・絵手紙・わが家の味・WEB限定 わが家の菜園

お便り、絵手紙、レシピのご応募をお待ちしています。

「わが家の味」は、毎月のテーマがあります。

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。

5月号／ひき肉のボリュームおかず

2025年2月10日(月)締切

6月号／とっておきの豆腐料理

2025年3月10日(月)締切

掲載されたレシピは、エプロンを発行する全農・全農グループ等の広報に使用させていただく場合がございますので、ご了承ください。

あてさき

〒101-0048 東京都千代田区神田司町2-21

(株)日本制作社「エプロン編集部」係

ApronWEBからもOK



掲載者におこめ券プレゼント



写真はイメージです

今月のプレゼント

三重なばな

ふるさと探訪で紹介したJAみえきたの「三重なばな (150g×20袋)」を20名様にプレゼントします。

抽選で
20名様に
当たる

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(〇〇スーパー〇〇店など)、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。



ApronWEBからの応募はこちら▶

応募先

〒101-8691

日本郵便(株) 神田郵便局私書箱16号

「JA全農エプロンプレゼント」係

応募締切

2025.2.20(木)当日消印有効

※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。



今月の表紙

菜の花

WEBマガジン

<https://apron-web.jp/>

3年分のバックナンバーやWEB限定コンテンツ(家庭菜園)を掲載中。食材からレシピ検索もできます。



定期購読

本誌の年間定期購読をご希望の方は、住所・氏名をお書きの上、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。

あてさき

〒101-0048 東京都千代田区神田司町2-21

(株)日本制作社「エプロン編集部」係

プライバシー | エプロン誌に投稿・申込みいただいた読者の皆様様の個人情報は、発送やお返事、誌面、ホームページでの紹介に保護について 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。



丸ごと、皮ごと、生で食べてみてください さわやかな甘さが口いっぱいに広がります

直径3~4cm前後の小さくかわいい「きんかん」。
のど飴や甘露煮を思い浮かべる方が多いかもしれません。

ところが、皮ごと生で食べてもらうために、
ハウス栽培で樹上でじっくり完熟させてから
出荷されるきんかんがあります。

ジューシーでさわやかな酸味とほのかな苦味、驚くほどの甘さ！
宮崎の「たまたま」や熊本「夢小町」、静岡の「こん太」など
産地では栽培方法や出荷基準を設けて、ブランド化をしています。

きんかんのイメージが変わる甘さを
ぜひ味わってみてください。

JAタウンでは産地厳選の完熟きんかんをお届けします。



JAタウンはJA全農が運営する産地直送通販サイトです。



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」です。

- JR大阪駅2Fアトリウム広場(10:00~18:00):2025年2月8日(土)「愛媛の実り」
- JR広島駅(11:00~15:00):2025年2月7日(金)・21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。

諸情勢等により、マルシェの開催を中止・変更する場合がございます。 www.minorimorinoru.jp/



みのり
みのる
マルシェ

エブロン2月号(No.559)2025年2月1日発行 発行人=澤田洋志 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。

