

つなぐ・つながる

# ぐーがら

GOOGARU

2020 July  
Vol. 14

発行/令和2年7月3日  
ふくしま未来  
農業協同組合

特集1

販売高2年連続日本一!

## 夏秋キュウリ



特集2

旬を迎える桃が  
消費者へ届くまで

## 福島桃



# 夏秋キュウリ日本一



**日本一の産地** 福島といえば「くだもの王国ふくしま」です。赤い宝石と呼ばれるサクランボから始まり、これから旬を迎える桃やリンゴ、あんぽ柿など1年の中で様々な果物が生産されています。

実は、果物以外にも全国トップクラスの農産物があります。それが「キュウリ」です!!JAふくしま未来管内で生産される「夏秋キュウリ」の年間出荷量は10,000tを超え、8月上旬～中旬に出荷最盛期を迎えます。販売高は平成30年に約42億円、令和元年は約35億円にのぼり、2年連続日本一に輝いています。

## 日本農業賞受賞

伊達地区きゅうり生産部会は、今年3月のJA福島中央会の臨時総会において、第49回日本農業賞集団組織の部で優秀賞を受賞しました。JGAPの団体認証取得や農業・産地振興など安全・安心やキュウリ産地発展への取り組みが高く評価されました。



## 暑い季節はキュウリ最高!

### おいしい見分け方

太さが均一で、持った時にずしりと重みがあり、色つやの良いものを選びましょう。イボのある品種は、イボがチクチクするくらい尖っているものが新鮮です。



私たちが作った「甘くて瑞々しい日本一のキュウリ」を食べて、暑い夏を乗り切ろう!

**ここ大事!!**  
色つやチェック、チクチクは新鮮!



機械共選風景

### 栄養素

#### むくみ改善・疲労回復

成分の約95%が水分で、カリウムが比較的多く含まれています。カリウムには利尿作用があるので、むくみや二日酔いの解消が期待できます。また、ぬか漬けにするとビタミンB1が増加し、疲労回復にも効果があります。



### 豆知識

語源：キュウリは「黄瓜」が語源とされていて、大きく完熟すると黄色の瓜になります。  
原産地：インドのヒラヤマ山麓。インドでは約3,000年前から栽培され、日本には平安時代に渡来したとされています。

### サッパリ美味しい!

# ふくしまの桃が食卓に届くまで

直売所などに並ぶ新鮮な野菜や果物。みなさんはこの農産物がどのような工程を経て店頭に並べられるか知っていますか?これから旬を迎える「ふくしまの桃」がどのように生産されているか見てみましょう!



### 1 摘蕾(てきらい)

桃は前の年に蓄えた栄養で花を咲かせるから、今年の実に養分を多く残すために余計な蕾を取り除くんだ。開花前の3月頃に行うよ。



### 2 摘花(てきばな)

少しでも多くの貯蔵養分を確保するために、摘蕾作業で間に合わなかった作業を摘花作業で補うよ。4月頃の花が散るまで。この時期はとっても大忙し!



### 3 摘果(てきか)

摘果には予備、仕上げ、修正の3工程があるんだ。大きくて良い果実を残すため、規格外の果実を生育に合わせて取り除くよ。とても大切な作業だね!



### 4 共選(きょうせん)

収穫された桃は、みんなにバラツキのない果実を届けるため、ここで品質を管理しているんだ。多くの人の手で規格や糖度を検査して箱詰めされて出荷されるよ!

# これからが、旬!



たぐさんの工程を経て美味しい桃が出来上がります!

### 5 みんなの元へ



## 旬の野菜や果物満載!! JAふくしま未来の農産物直売所

- |                                                   |                                                 |                                                 |                                                    |                                                |                                                |                                                    |                                                |                                                     |                                                 |                                                |                                                    |
|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------|----------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| <br>こころ矢野目店<br>福島市北矢野目字原田東1-1<br>TEL 024-552-5881 | <br>こころ吾妻店<br>福島市在庭坂字薬師田1-1<br>TEL 024-592-1088 | <br>こころ大森店<br>福島市大森字西ノ内71-1<br>TEL 024-544-1766 | <br>Yショップこころ西店<br>福島市さくら三丁目1-6<br>TEL 024-593-1422 | <br>こころ黒岩店<br>福島市黒岩字北井14-1<br>TEL 024-544-0860 | <br>こころ清水店<br>福島市南沢又字前田7-3<br>TEL 024-555-6641 | <br>こころ川俣店<br>伊達郡川俣町大字鶴沢字東13-1<br>TEL 024-566-2670 | <br>みらい百彩館んめ〜べ<br>伊達市雪車町19<br>TEL 024-551-2223 | <br>こらんしょ市二本松店<br>二本松市杉田字駒子内6-1<br>TEL 0243-62-4218 | <br>こらんしょ市本宮店<br>本宮市本宮字戸崎41<br>TEL 0243-63-2822 | <br>旬のひろば<br>南相馬市原町区錦町1-13<br>TEL 0244-22-2860 | <br>ふれあい旬のひろば<br>相馬市尾浜字細田241-1<br>TEL 0244-38-6311 |
|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------|----------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------------|

# 生活習慣病にそなえていますか？



▶こんな生活習慣に心当たりはありませんか？

- ついついお酒を飲みすぎてしまう
- 最近、汗をかく運動をした記憶がない
- 喫煙がやめられない
- 甘いものを食べすぎてしまう
- 濃い味付けが好き
- ストレスを溜め込んでしまう

▶ひとつでも当てはまる方は  
**生活習慣病に要注意!!**

生活習慣病は **誰でもなりうる** 病気です

NEW 身近なリスクに

**そなえカード**

特定重慶疾病共済

三大疾病や重い生活習慣病などに  
重点的に備えます。



**POINT** 支払い対象となる疾病が多く、**幅広い保障**となっています。

**がん**

- 悪性新生物
- 上皮内新生物
- 脳腫瘍

**心・血管疾患**

- 急性心筋梗塞  
(急性心筋梗塞、再発心筋梗塞)
- 急性心筋梗塞以外の心・血管疾患  
(狭心症、不整脈、高血圧性心疾患、動脈疾患(大動脈瘤及び解離など))

**脳血管疾患**

- 脳卒中  
(くも膜下出血、脳内出血、脳梗塞)
- 脳卒中以外の脳血管疾患  
(脳動脈瘤、もやもや病、高血圧性脳症など)

**その他の生活習慣病**

- 糖尿病
- 肝硬変
- 慢性じん不全
- 慢性すい炎

●お問い合わせについては最寄りの支店までご相談下さい

[20070020169]

## 創造的自己改革実践中!!

“創造的自己改革へのさらなる挑戦”  
～食と農、地域を守る未来のJAづくり～



### JAポイントサービス『みらいろポイントカード』

地元の新鮮な農畜産物と消費者を結び、安定的な農業収入と地産地消の広がりを目指して12の直売所を拠点として安全・安心な農産物を提供しています。  
2018年3月にスタートした「みらいろポイントカード」もおかげさまで会員数60,590名を突破!!

「食べて応援!」農業の応援団の輪は、668店の地産地消の協力店も後押ししています。  
「旬なフルーツ」シーズンの到来とともに、ぜひ『みらいろポイントカード』にご加入下さい!!

※お問合せは、お近くの農産物直売所へ



### みらいろポイントカードのサービス概要

- ①JAふくしま未来の農産物直売所のご利用でポイントが貯まる!  
JAふくしま未来の直売所での、お買物の際に提示していただきますと、200円(税別)ご利用ごとに1ポイント貯まり、200ポイントごとに200円分のお買物券が発行されます。
- ②JA事業利用による会員ランク制度!  
JAふくしま未来の各種事業のご利用に応じて、お買物の際に貯まるポイントの倍率が上がります。(詳しくは下記参照)
- ③みらいろポイントカード協力店で様々なサービスを受けられます  
JAふくしま未来では、地域の活性化を図るため、当JAの趣旨に賛同いただいた地域の企業や店舗などに「地産地消サポーター」になっていただいております。「地産地消サポーター」の企業や店舗等で会員証を提示することで様々なサービスの提供を受けることができます。

ランクアップに係る JAふくしま未来の事業一覧

JAふくしま未来の各事業所を利用するほど、ポイント獲得率がアップします!



※ランクの反映は、お申し込み頂いた月の翌々月の1日となります。

贈答用に最適です

2020 おすすめセレクション

## ふくしまの桃

あかつき 申込締切 7/10まで

- A-1 15~16玉 5.0kg 6,200円
- A-2 18玉 5.0kg 5,600円
- A-3 9~11玉 3.0kg 4,800円

川中島白桃 申込締切 8/3まで

- B-1 15~16玉 5.0kg 5,700円
- B-2 18玉 5.0kg 4,800円
- B-3 9~11玉 3.0kg 4,000円

※価格はすべて送料・税込み ※直売所の店頭価格とは異なります。

営農部 食の旬みつけ課 受付時間: 9時~17時(土日祝を除く)  
TEL024-573-0759 FAX024-529-7894

## みらいろクイズ

【応募方法】  
はがきに①クイズの答え②郵便番号・住所・氏名・電話番号・年齢③「ぐ〜がる」を読んだ感想、今後読んでみたい企画、JAに関するご意見・ご要望をお書きのうえ、下記の宛先までお送り下さい。  
メールからもご応募できます。koho@ja-f-mirai.or.jp  
また、スマートフォンでQRコードを読み取っていただき、JAのホームページ内の専用フォームからもご応募いただけます。

【送り先】  
〒960-0185 福島県福島市北矢野目字原田東1-1  
JAふくしま未来「ぐ〜がる」プレゼント係

【応募締切】  
令和2年8月3日(月)必着

※当選発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。  
なお、ご応募いただいたお客様の情報は、目的以外には利用いたしません。

Q 旬のキュウリ。体を冷やす効果があり、夏場に最適な作物といわれます。そんなキュウリの水分量はいくつでしょうか?  
①約10% ②約30% ③約70% ④約95%

正解者の中から抽選で10名様にJAオリジナルキャラクターグッズをプレゼントします。