

ナシの力は…

ずみずしく ヤリツと甘い

リンゴ、ブドウ、ナシ、モモ…。次々と魅力的な果物が市場にぎわす信州の、秋の味覚。この中で長野県ナシの生産量は、平成の初期頃まではリンゴに続いて2番目の多さを誇りましたが、近年は減少しています*。「みずみずしくヤリツとした食感がナシの最大の魅力」というJA全農長野果実専門委員会の梨部会で副部長を務める野澤文将さん(辰野町)。所属するJA上伊那では果樹部会梨部会専門部長でもある野澤さんに若手の生産者を代表してナシの魅力を改めて伺いました。



出荷が近い幸水を見詰める野澤文将さん

野澤さんはリンゴやナシを手掛けていた父のけがをきっかけに30歳で就農。こし15年目を迎えます。ナシは祖父が第2次世界大戦後に植えたもので、就農時、既に60年以上の樹齢に達していました。が、「毎年、十分な収穫があった」(野澤さん、以下同)そうです。このため「このまま切ってしまうのはもったいない」と思ったことが農園を引き継いだ大きな理由だったと振り返ります。

手間をかけて

物事が一朝一夕にはできない例えで「桃栗三年柿八年」と言われるように、果樹は植えてから実がなるまで、相応の年数がかかります。続きの「梨の馬鹿めが十八年」などといった文句も伝えられています。18年は大きくなって、手間がかかるのがナシです。野澤さんはリンゴも栽培しているだけに、ナシには別の苦労があると言います。

「リンゴのわい化栽培だと植えて3年目くらいから収穫



30年余で7割近く減少

*【ナシの生産量】長野県の収穫量は農水省の果樹生産出荷統計によると伊那谷を中心として1991(平成3)年は3万9800トありましたが、近年は減少を続け、2022(令和4)年は7割近く減り1万3000トに。一方で生産基盤の維持に努める動きもあります。長野県南信農業試験場では、病気に強く食味のよい品種を目標に「南農ナシ6号(天空のしずく)」を選抜、現在、品種登録を出願しており、新品种のナシへの期待が高まっています。

が見込まれますが、ナシの場合、一定の収穫ができるようになるまで、7、8年はかかります。授粉も、ナシの場合は異なる品種の花粉を「花花につくように人工的に授粉した上、良い果実を残して摘果を行う必要があります。リンゴの場合、摘花、摘果に薬剤を利用することもできますが、ナシでは利用できる薬剤がありません」。リンゴと同じバラ科でも、ナシはより細かな心配りが欠かせないようです。

そして近年は、花が咲く春先の凍霜害の対策も大変です。開花期の花が霜に当たってしまうと秋の収穫は減少してしまいます。

生産拡大へ模索

JA上伊那ナシ専門部では、新たな生産者を呼び込む

活動や省力化栽培にも力を入れています。新規就農者がすぐに収穫できるよう、ベテラン部員が前もってナシ園を整備しておく試みや、木と木をつなげて作業の効率性を上げるジョイント栽培の導入など省力化に向けた模索が続いています。今年、災害で一から植え直したナシ園が10年を待たずに成園化した例が福島県にあると聞き、研修に出向きました。

みんなに食べてほしい

今年、長野県では春先に凍霜害の被害があった地域もありますが、梅雨明け後は天候に恵まれ、順調なナシの生育・出荷への期待が高まっています。8月の幸水を皮切りに豊水、南水と続く出荷リレー。「ナシに限りませんが、頑張っ作っている人がいます。店頭でナシを見かけたらぜひ手を伸ばしてみてください。昔からある果物ですが、品種も改良され、一つ一つ糖度を測って選果するなど、期待を裏切らない出荷体制が整っています。今年の厳しい残暑は、みずみずしいナシを食べて水分補給をして乗り切ってください」と野澤さんはアピールしています。

【県内の主な生産品種】

メジャーな存在

出荷時期：8月中旬～9月中旬
全国で生産されるメジャー品種。果肉は白く、甘くみずみずしい。

幸水



甘くジューシー

出荷時期：9月上旬～9月下旬
果汁が多く酸味はさわやかで甘みも強い。

豊水



長野県独自品種

長野県南信農業試験場で育成された長野県オリジナル品種(1990年に品種登録)。糖度が14～15度と高いのが特徴で貯蔵性に優れる。

南水



持続可能な地域社会へ
JAは取り組んでいます

8 働きがいも経済成長も

13 気候変動に具体的な対策を

15 陸の豊かさも守ろう

17 パートナーシップで目標を達成しよう

食と農で地域に笑顔をつくります
次代につなげる農業・組織・経営基盤の確立

おはようございます

JAながの営農部販売企画課

勝野 珠樹



4月から入組した新社会人です。はじめは慣れない環境に緊張していましたが、現在は仕事を覚える楽しさを日々感じています。実りの秋を前に、農産物の出荷はいよいよ最盛期を迎えようとしています。生産現場は目が回るような忙しさですが、これこそ日々の「食を支える」農業の姿だと思います。まだ残暑が厳しいので、水分補給をしっかりと、体調に気をつけてお過ごしください。

健康 Q & A

食後休憩の良いとり方

Q 食後すぐ寝てしまってもいいの? (70代、男性)

A 完全には横にならずに少し体を起こした形で、15～20分程度の仮眠をとるのが良いです。

食後すぐに寝てしまうと、胃酸が逆流しやすくなり逆流性食道炎を起こしやすくなります。胃の手術を受けた人では胃も小さく、逆流もしやすいので完全に横になるのは良くありません。少し体を起こして寝ると逆流もしにくくなるので寝る姿勢は大事と言えます。

食事をすると、食べたものを消化するために胃や腸に血液が集まります。食べた直後に運動をすると、血液が胃に集中できず消化不良を起こし胃痛の原因となることもあります。体を動かさずに横になった方が消化は促進されます。

また、胃や腸に血液が集まるため、満腹になると頭に血液が行かなくなるので眠くなりぼーっとしてしまいます。短時間の睡眠であれば頭もスッキリしその後の作業もはかどるので、横になるのは良いことと言えます。

しかし、寝始めて30分程度からは深い睡眠となってしまうので、消化には2～3時間かかると言われていますので、食後すぐの長時間の睡眠では、脳への血液不足から脳卒中のリスクが高まるので注意が必要です。

食後の睡眠にはメリットもデメリットもありますが、消化にも脳の活性化にもつながるので、眠いのに無理して起きているよりは、椅子などに座り体を完全には寝かせないまま短時間の仮眠をとるのが良いと考えられます。

(JA長野厚生連長野松代総合病院 消化器外科部長 沖田浩一)

お知らせボード

★信鮮! 信旬! 直売所ツアー参加者募集

信州の新鮮な農産物を旬の時に楽しむ「信鮮! 信旬! キャンペーン」は10月28日(土)、リンゴ狩りなど秋の安曇野を楽しむ直売所ツアーを企画。9月19日(火)午前9時から右記QRコードより参加者を募集します(定員30人)。ツアーは参加費一人2500円(昼食付き)。午前9時50分、JR松本駅集合。バスで巡ります。農協観光長野エリアセンター 026・224・6114

