



主な産地

ながさきの食  
MADE IN NAGASAKI

# 長崎いちご

色よし、味よし、日持ちもする。  
いいことづくしの長崎ゆめのか。

## 環境

栽培に適した土地で作られるいちごは、やっぱり美味しい。

日本本土の最西端に位置する長崎は、年間を通して温暖な気候と、太陽の光をいっぱい浴びることのできる、いちご栽培に適した環境。また、栽培時に注意したい霜もおりにくい土地なので、安定した美味しさをお届けすることができます。

**長崎市内のいちご生産**

- 部会員数：60戸
- 生産量：約376t
- 生産面積：約9.8ha
- 出荷先：東京・大阪・千葉等

## 効果

香り高く、甘みと酸味のバランス絶妙。ビタミンCも豊富です。

血管、骨、筋肉の形成に必要なコラーゲンの生成を促進し、免疫力を高める効果や、日焼けを防ぎ、鉄分の吸収を助ける効果が期待されるビタミンCを豊富に含んでいるいちご。大粒のものであれば、1日に5〜6粒も食べれば、1日の必要量を摂取できるといわれています。また、クエン酸も含まれているので、疲労回復や風邪の予防効果も期待されます。他にも、貧血予防に効果的な葉酸、血糖値の上昇やコレステロールの吸収を抑制するペクチン、歯に良いとされるキシトールも含んでいるなど、体にも美味しい果物です。

エネルギー	34kcal
ビタミンC	62mg
ビタミンB1	0.03mg
ビタミンB2	0.02mg
ビタミンE	0.4mg
タンパク質	0.9g
炭水化物	8.5g
カルシウム	17.0mg
鉄分	0.3mg
コレステロール	0

いちごの食品成分表(可食部100gあたり)  
日本食品標準成分表(七訂)より

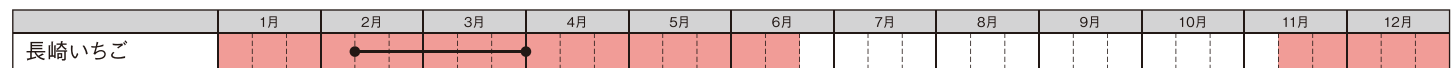
## 特徴

甘みと酸味のバランスが絶妙な長崎いちごの優良品種「ゆめのか」

- 1 とってもジューシーな果肉ですが、果皮は程よく硬いことが特徴。そのため痛みにくく、完熟に近い状態でも収穫可能で、糖度も高めです。
- 2 平均20g前後の大粒な果実は、食べ応えも抜群。
- 3 形はよく揃い、果肉、果心ともほのかに赤いので、見た目も魅力的です。
- 4 病気に比較的強いので、農薬を減らした安全・安心な栽培が可能です。

## 出荷時期

■ 出荷可能時期 ● 旬の時期



# 長崎と いちごの 関係



いちごの歴史は意外にも古く、石器時代にはすでに食べられていたともいわれています。ただ、そのいちごは現在のようなものではなく、野生のいちごでずっと小粒だったようです。

また、今から千年以上も前、平安時代の随筆『枕草子』の一説にも「あてなるもの…いとうつき稚児のいちごなど食いたる」とあることからわかるように、古くからいちごは、暮らしに彩りを添えるものだったのかもしれない。

さて、そんないちごが本格的に栽培されるようになったのは、およそ200年ほど前のこと。現在のようになり、日本に入ってきたのは1830年～1843年頃で、オランダ人によって長崎に持ち込まれたことが始まりといわれています。そのため、当時は「オランダいちご」と呼ばれていました。

ただ、その頃はまだ、いちごの鮮や

かな赤色になじみが薄かったのでしょうか、食用としてではなく観賞用程度の普及だったそうです。

明治32年、福羽逸人博士により「福羽」という品種が育成されると、ようやく日本でも本格的ないちご栽培が始められることとなりますが、当初は門外不出の皇室用とされて、「御苑いちご」や「御料いちご」などと呼ばれていたのだとか。

それが、昭和時代になり、ビニール栽培の確立などの技術的な進歩も手伝って生産量が飛躍的に増えたことで、私たち一般の口にも運ばれるようになるのです。

その後も技術革新は進み、現在では新しいいちごの品種も続々と登場。世界でも日本のいちご消費量はトップクラスといわれるまでに成長しています。

## いちごの品種紹介

自慢の味をぜひ食べ比べてみてください



### 恋みのり

次世代のいちごの主力品種を目指して、久留米の試験場で育成されたいちご。平成28年度に品種登録の出願がなされている新しい品種であり、長崎市内のいちご産地においても試験栽培が始められている。果実は、18gほどの比較的大きな果実を实らせ、秀品率も高い。果皮が硬めであることから日持ちが良い。

### とよのか

香りが高く、甘み、酸味のバランスがよく調和したいちごで、かつては20年以上にわたって九州いちごの主力となっていた品種。



### 淡雪

「さがほのか」の突然変異株として発見されたのが始まり。完熟しても果実の色が淡いピンク色をしていることが最大の特徴であり、赤くなる通常のいちごよりも高単価で取引される。高い糖度と低い酸味をもつため、強い甘みを感じられる品種となっている。

### さちのか

糖度が「とよのか」よりも高く、食味が優れたいちご。果実が硬めであるため傷みの発生が少なく、濃い赤色が特徴。

## 加工品のご紹介

いちごの美味しさ、いろいろ。

### ●いちごジャム

丁寧に育てられた長崎いちごを贅沢に使用。小粒ながらもとても甘くて味が濃いう特徴を活かし、ごろりと粒感を残した、まるでフルーツのように召し上がっていただけます。収穫できた量だけつくっていて、着色料も保存料も使っていません。ジャムなのに季節限定、数量限定の贅沢ないちごジャムです。



### ●いちごのプティシュシュ

甘すぎない長崎いちごは、スイーツとの相性が抜群。もちもち食感の生地の中に、ふわふわ生クリームと長崎いちごの甘みと酸味が絶妙なバランスの一口クレープ。お子様にも大人気のスイーツ。冷凍して食べてもおいしく召し上がれます。



## 生産者の顔

日吉いちご部会  
野口 澄廣さん

interview  
生産者インタビュー

温暖な気候と日当たりの良さに恵まれ、11月から6月までコンスタントにいちごを出荷できていることが最大の強みだと思っています。多くても、少なくてもダメ。安定した量を出荷するために、植える時期を調節しているんです。1つの枝に実がなり過ぎることを防ぐため、摘果作業も欠かせません。それは、いちごの株がくたびてしまうと元気な実を生まないようになるから。1粒でも多く、おいしいと笑顔で言ってもらえるよう育てています。

これまでは「さちのか」が主流だった長崎いちご。今では色鮮やかで甘味が強く、程よい酸味の「ゆめのか」へ品種を転換。白いちごの「淡雪」と並べ、縁起のよい紅白の色が贈答用にも喜ばれているようです。また、小粒でも大玉でも味に違いなく育っていることも利用しやすい点だと思います。小さいものはジャムやソースなどに変わり、加工品としての価値がありますからね。

今まではバック詰めも各家庭でやっていましたが、ここ最近パッケージセンターができ、育てることに時間と手間をかけられるようになりました。これから、今まで以上に良い商品を作っていけると思います。

