

KK NEWSPAPER

No.336

2025.11
北九州青果
業務課



もっといっしょに!
もっと楽しく!
もっと変わろう!



.....
これからの柑橘のご紹介
北九州近郊野菜のご紹介
しめじについて
りんごについて
野菜と果実の入荷状況
10月売上前年比

これからの柑橘

デコボン



デコボンは「清見」×「ボンカン（中野3号）」の交雑種
日園連に加盟する全国のJAのみがこの"デコボン"という商標を使用でき、加盟していない農園などでは使えません。

晩白柚



ボンカン

ボンカンオレンジの「ボン」はインド西部の「Poona」から「カン」は柑橘の「柑」から付けられたと言われ漢字にすると「椗柑」または「凸柑」と書きます。



美娘



美娘はおおいた中央柑橘連の特選ブランドで、大分県内の温室栽培で作られた天草のうち、最新鋭の光センサーで外観・味・品質がチェックされ、基準をクリアしたものだけが出荷されます。



ふたりっ娘

佐賀県唐津産
(れいこう)

麗紅



果肉はずっしり詰まり
果汁がたっぷり。
味はさわやかな甘み。
果肉を包んでいるジョウノウ膜が非常に薄い。

レッドウインク 佐賀県唐津産

柑橘栽培歴50年の大ベテラン
脇山さん、重さんが育てた「幻の柑橘」!!



種なし、果汁が豊富な幻の柑橘!!
食感がサクサクなみかん!!
完全有機肥料栽培の柑橘です。



- ・果汁もたっぷり、種もほとんどありません。
- ・皮は薄くツルツルで光沢があり、手でむくのが簡単です。

紅まどんな



紅まどんなは愛媛県でしか生産されない愛媛オリジナルの柑橘です。その名のとおり紅色をした美しい果実で、果肉はとても甘くやわらかく、口の中でゼリーのようにとろけます。のどごしもなめらかで、今までにない新しい食感の柑橘です。
贈答用として大人気で、12月が食べ頃の高級柑橘です。

北九州近郊野菜

大葉春菊



大葉春菊

北九州市内で生産される大葉春菊は、在来種の突然変異を選抜して出来た北九州市独特の野菜です。アクがなく繊細な風味は「ふぐ鍋」や「ちり鍋」との相性もピッタリです。冬は「鍋匂ぎく」夏は「サラダしゅんぎく」の名で販売されます。

小松菜



小松菜

元々はカブを品種改良した野菜で四季を問わず栽培しやすいことから1985年頃北九州市でも栽培が始まりました。現在は小倉南区を中心に栽培されています。

水菜



水菜

北九州市内産のものは生でも食べられるようにアクが少ない若い株を収穫します。ひ弱な見かけに寄らず鉄分やカルシウム、カロテンが豊富な野菜です。

小かぶ



小かぶ

北九州市内で作られる小かぶは有機質肥料をたっぷり含んだ柔らかな土で、葉まで美味しく栽培されています。

ホーレン草



ホーレンソウ

北九州市内のホーレンソウは露地栽培、ハウス栽培の2種類があります。露地物は甘みが強く風味が豊で、ハウス栽培物は、柔らかくアクが少ないため食べやすいものになっています。

はくさい菜



はくさい菜

最初は夏場に不足する葉物野菜としてハクサイを早採りして出荷し始めたのが「はくさい菜」の始まりです。昔から「なっば」の愛称で親しまれています。うまく栽培するには栽培経験がいる野菜です。

潮風キャベツ



北九州市内のキャベツは平たく中身がギュッと詰まった寒玉系と、丸っこく柔らかな春系の両方が生産されています。若松はキャベツの大産地です。小倉南区も田んぼの裏作として作られています。

かつお菜



かつお菜は、漢字では「勝男菜」と書くことから縁起物として正月には博多の雑煮には欠かせない野菜の一つとされてきました。

小葉春菊



小葉春菊

別名「菊菜（きくな）」と呼ばれています。北九州市内産の小葉春菊は茎まで柔らかくしゅんぎくく全部を楽しめるのが特徴です。北九州市では香りや歯触りの違いを活かして料理によって使い分けます。





し め じ



天然のシメジ（本シメジ）は、まだ人工栽培に成功していません。

秋にコナラやアカマツの林に群生する貴重なキノコで

「シメジ」の名で流通しているものの多くは、

カサが茶色くて丸い形をしたフナシメジや、

平らなカサのヒラタケで、本シメジとは別種です。

この他茶色いものもあります。

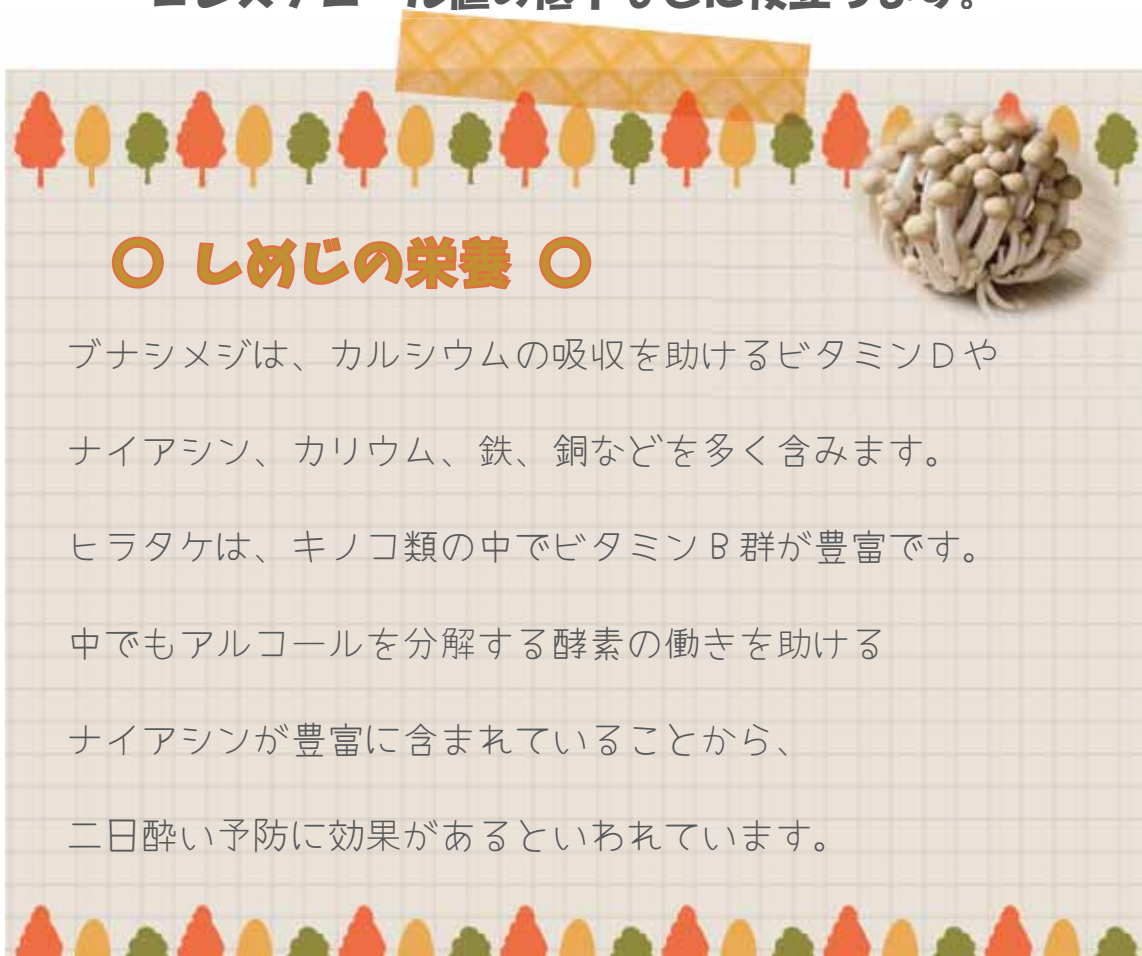
フナシメジ、ヒラタケともにうま味成分のアミノ酸が豊富で

食感がよいので、煮物や炊き込みご飯、汁物、炒め物、

天ぷらなど、幅広く利用できます。

食物繊維が豊富なので、便秘の解消や

コレステロール値の低下などに役立ちます。



○ しめじの栄養 ○

フナシメジは、カルシウムの吸収を助けるビタミンDや

ナイアシン、カリウム、鉄、銅などを多く含みます。

ヒラタケは、キノコ類の中でビタミンB群が豊富です。

中でもアルコールを分解する酵素の働きを助ける

ナイアシンが豊富に含まれていることから、

二日酔い予防に効果があるといわれています。

カサの色が濃く、小ぶりで開きすぎず、

ハリと弾力のあるものが新鮮です🍄☆*°



りんご



日本では明治時代から栽培が始まりました。

栄養価が高く、食べやすいため、世界中で好まれています。

欧米では「一日一個のりんごは医者をお金を払って遠ざける」といわれてきました。低カロリーで腹もちが良いのも魅力です。

食物繊維は皮に多いので、皮ごと食べましょう。

食べごろは、皮の色で見分けます。熟すに従って、皮が赤い品種は、赤くなり、お尻のくぼみの部分も緑から黄になります。

切ると茶色に変色するのは、果肉のポリフェノールが酸化するためです。しばらく食塩水かレモン水に漬けると変色を防げます。



○ りんごの栄養 ○



りんご酸やクエン酸など、豊富な有機酸が疲労回復を促進します。

豊富な水溶性食物繊維のペクチンには、整腸作用、

コレステロールの吸収抑制効果が期待できます。

抗酸化作用や脂肪低減作用、

老化防止効果の期待できるポリフェノールも豊富です。



国内で生産量の一番多いりんごは「ふじ」です😊☆*°



