

いちご

福島県は全国有数のいちごの産地です。県内のいちごの作付面積は約 116ha で、主に「とちおとめ」や「べにほっぺ」、福島県のオリジナル品種の「ふくはる香」などが栽培されています。県南地方では、東白川郡の矢祭町を筆頭に、塙町・棚倉町のいちごが甘さと酸味のバランスが良いと、たいへん好評を得ています。



JA 東西しらかわのいちご

いちごは、傷みやすく鮮度が命のため、早朝に摘みとられ規格サイズ毎にパック詰めされると、翌朝には県南地方をはじめ、県内外のスーパーなどの店頭並びます。サイズはスーパーデラックス(1粒 35g~38g)から 2L、L、M、S、粒の不ぞろい A、B、バラ詰めなど粒の大きさ形などで約 15 種類に分けられます。(JA 東西しらかわ管内)



サイズ別にパック詰めし、出荷される

《 生産者からひと言 》

(有)そらの社 金澤孝幸さんにお話をうかがいました。

「ハウス栽培のいちごの旬は 1 月~2 月の寒い時期で、暖かくなると色づくのが早くなり酸っぱいいちごになってしまいます。また、購入する際、傷んでしまうことを心配する方もいますが、いちごの旬である今(2~3 月)の時期、へたのきわまで真っ赤な、完熟した甘いいちごを購入して食べてもらいたいです。」

県南産の旬で甘いいちごは、県南地方の農産物直売所や大手スーパーなどで購入することができます。見つけたらぜひ食べてみてくださいね！

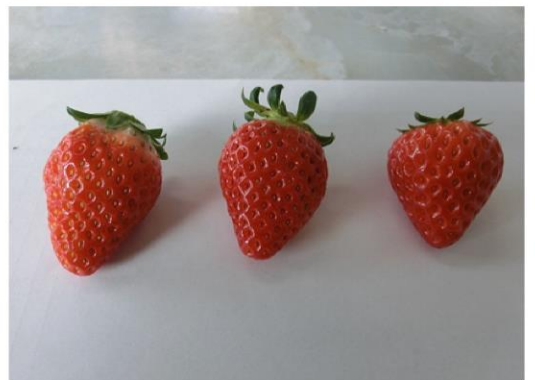
いちごは品種改良やハウス栽培の技術向上によって収穫期間も長くなり、11 月中旬から 6 月上旬までの長い期間、おいしいいちごを味わうことができます。

いちごはビタミン C が豊富で、1 日に 5 粒ほど食べることで 1 日のビタミン C の必要量が摂取できるといわれています。ビタミン C は風邪の予防にも効果があり、また、美肌などの美容効果も絶大です。更に、抗酸化作用、ストレスの緩和にも効果があります。いちごを食べることで、現代人に欠かせないビタミン C を手軽に摂取することができます。



寒い時期に旬を迎えるいちごは、風邪予防に効果的

県南地方では、実がしっかりしていて甘みと酸味のバランスが良い「とちおとめ」、甘みが強く形が整いやすい「ふくはる香」、甘み酸味の味が濃い「べにほっぺ」など数種類のいちごが栽培されており、それぞれ収穫時期が異なるため、食べ頃のいちごを長期間楽しむことができます。



左から「とちおとめ」「ふくはる香」「べにほっぺ」