

はまます日記

りんご特集 🍏 2022-2



NPO法人
ezorock
浜益ベース
チーム



編集後記

はまます日記「りんご特集」を読んでいたばかりがとうございました。いかがでしたでしょうか。

実は浜益では他にもたくさんのおいしい果物が採れます。昔はもっとたくさんさんの果樹農家さんがいたそうですが、担い手不足などにより、今では4軒まで減ってしまっていました。

浜益は今から長く深い冬に入ります。果樹農家さんは冬も樹の手入れと、1年中果樹と向き合っています。

何十年も浜益の自然と向き合い、樹と向き合っているおいしい果実。そんな浜益の風景を思い浮かべて、食べる果実はまたひと味違うかもしれません。

まだ浜益へ行ったことがない方はぜひどんな場所までできた果実なのか足を運んでみて下さい。きっとおいしさが3倍になるはず。

食べ物からつながる人・つながる場所。そんな出会いも素敵かもしれません。

※写真は浜益川から見える黄金山。浜益の秋の景色です。

果樹園プログラムに参加した人の声

遊びで果物狩りに行ったことはあったけれど、果樹園での収穫のお手伝いは初めてでした。いつもスーパーで買い物するときに、「なんで果物ってこんなに高いのだろう？」と思っていたけれど、今回さくらんぼの収穫をさせてもらって、その理由に納得しました。果物の収穫は機械ではできない。人手がいるし、収穫できても正規品として出荷できるのはほんの少し。ほとんどがハネ品(出荷できないもの)になってしまいます。人の手で収穫して、人の手で選別して、すごく手間がかかっているのだと一緒に作業させてもらう中で思いました。違った角度からの果物の世界と、そして浜益の魅力を体感できてよかったです！

ぽん
(鹿児島出身)

おまけのはなし

ゆーたは只今、来年度以降のドライアップル商品化に向けて試作中。もうすぐ一年中浜益のりんごが食べれる日がやってくる？

夏のプログラム以外にも秋のりんごの収穫作業にも参加させていただきました。ぜひ、浜益の果樹園へ足を運んでみて下さいね！おまちしています！

浜益ベースチームとは？

NPO法人ezorockのプロジェクトチームの1つ。石狩市浜益区に一軒家を借り、そこを拠点に週末などに宿泊滞在しながら、地域の方と一緒に活動をしています。関わっているのは札幌など浜益外に住む高校生から社会人まで、年齢も住んでいるところもバラバラ。拠点を中心に地域と関わる方法を模索しています。はまます日記はその活動の様子をまとめてお伝えする広報誌です。

活動の様子は
こちら



NPO法人ezorockとは？

“ezorock”は、「社会を揺り動かす」という理念のもと、2000年に行われた「RISING SUN ROCK FESTIVAL」における環境対策活動」をきっかけに2001年4月に設立。青年層のネットワーク拡大とともに、北海道の地域活動に対して、若者のアイデアやパワーを届ける事業を展開。活動を通して若者が自らの人生を切り開いていく機会を作り出しています。

ezorockの
詳細は
こちら



いってらっしゃい。

すあ、りんごからつながる世界へ

浜益のことにスマホになんかモレません。
これは浜益のりんごに関わるお話。
これを読めばもっと浜益のりんごのこと。

りんごはすきですか？
今、目の前にあるそのりんごは
どんな場所でどんな人たちの手で
あなたの前に届いたのでしょうか？

ゆーたと果樹園との出会い

ゆーたが初めて浜益に来たのは、2020年6月。浜益に滞在して果樹の収穫や剪定に参加する“きむら果樹園お手伝いプログラム”がきっかけ。

活動や滞在、地域の方々との交流を通じて浜益に愛着が湧き、地域おこし協力隊として浜益に移住することを決意。

斗内果樹園で、園主の斗内さんに指導を受けながら、果樹のことを修行中です。今回のりんごは、そんなゆーたが初めて、斗内さんと作ったりんご。1年間のゆーたの頑張り斗内さんとの愛が詰まったりんごをお届け。ご賞味あれ。



ゆーたのインタビュー記事はこちら



斗内寅雄さん 果樹園で育ち、自然のものをなんでも上手に使う名人！斗内果樹園の園主。

2020年10月から浜益の地域おこし協力隊で、浜益ベースに住んでいるゆーた（井上優太）です。

以前から子どもたちのキャンプの受け入れなどを一緒に行ってもらっていたきむら果樹園さん。浜益に一軒家（浜益ベース）を借りはじめたことをきっかけに、農繁期の人手が必要になる時期に、果樹の摘果や収穫などを行うプログラムがスタートしました。6〜7月のりんご・なし・ももの摘果からさくらんぼの収穫作業に参加しています。札幌から学生や社会人が休日に浜益へ足を運び、ベースに滞在しながら、きむら果樹園へ通います。初めは慣れないことばかりで、なかなか戦力にはなりません。少しずつ通っているうちにできるようになりました。一緒に働く浜益の方たちとの交流を通じて、浜益のことを教えて頂いたり、園主の木村さんからも果樹のことをたくさん教えて頂きます。観光だけでは絶対に知ることのできない、浜益の地の暮らしに触れ、大変さも浜益の素敵などころも存分に感じることもできる。そんなプログラムです。

- 一日の様子 🕒
- 5:30 起床・準備
 - 7:00 きむら果樹園で作業開始
 - 9:00 休憩
 - 9:15 作業開始
 - 12:00 お昼休憩
 - 13:30 作業再開
 - 15:00 休憩
 - 17:00 作業終了
 - フリータイム



浜益の果樹園紹介

森のくだもの屋さん さむら果樹園

明治10年開拓使事業に伴い創業した老舗の果樹園。さくらんぼ・りんご・ブドウ・梨・プラム・梅など豊富な作物と加工品を販売。もともとはニシン漁の親方。



さくらんぼの 善盛園 (ぜんせいえん)

広大な敷地で低木・平地・バリアフリー化した安心安全なさくらんぼ狩りを行う。徹底した品質管理で商品価値を高めている。



斗内果樹園 (とない)

自然のものを活用する有機・循環型の農業経営に力を入れている。風光明媚な景色は果物狩りにおすすめ！ゆうたの通う果樹園。



りんごのこと



りんごの収穫量ランキング

- 1位 青森県
- 2位 長野県
- 3位 岩手県



『1日1個のりんごは医者を選ばない』

欧州では「1日1個のりんごは医者を選ばない」ということわざがあるほど、りんごは私たちの体にいい効果があるそう！

<りんごに含まれる3つのいい成分>

カリウム・食物繊維・りんご酸

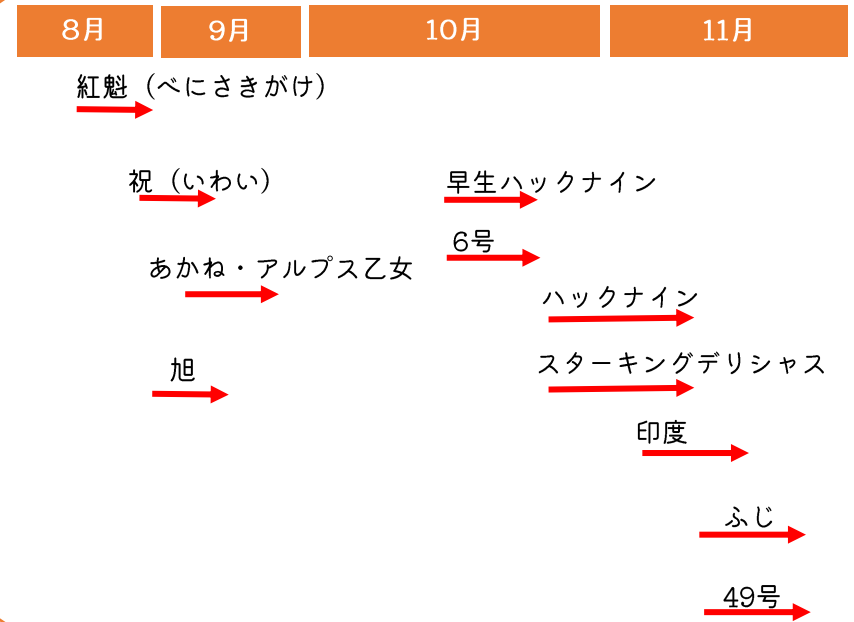
カリウム→体内の余分な塩分を外に出してくれる！塩分の取り過ぎの時は取ってほしい成分。

食物繊維→腸内の善玉菌を増やしてくれる！便秘解消にも。腸内環境を整える効果あり。

りんご酸→疲労の原因の乳酸を減らすサポートをしてくれる成分。疲労回復にGOOD！

りんごのはじまり

りんごの原産地は中央アジアのコーカサス地方、カスピ海周辺。約400年前にはすでにりんごが栽培されていたといわれているそう。その後、ヨーロッパに広まり、アメリカに伝わり盛んに栽培されてきました。日本には、平安時代に中国から持ち込まれ、□にしていたと言われていますが、本格的に栽培を始めたのは明治の初め（明治6年・1872年）。北海道開拓使がアメリカから苗木を入手して、無償で各地に配布。そのときに浜益にもりんごやさくらんぼ・あんずなどの苗木が配られました。初めのうちは放任で果樹栽培を行い、漁師がりんごを育てていたなんてことも。だんだん果樹だけで生計を立てる果樹農家が生まれてきたそうです。中でも、熱心に果樹栽培に取り組んだのが現在も果樹園の残る「幌地区」。浜益の気候が果樹栽培に適し、生育もよく品質も劣らない果物を生産し、札幌や増毛、留萌、稚内、樺太などまで販路を広げていきました。しかし、戦時中の人手不足で管理が行き届かず、収穫が激減した時期もあったそう。そこから何とかが戦後徐々に立て直してきました。昭和の最期には果樹組合に加入している果樹農家は多くいたそうですが、高齢化・担い手不足などにより現在果樹農家は4戸にまで減少しています。幌地区で果樹園を営む『さむら果樹園』では明治時代に配布されたりんごの木が今もなお花を咲かせ果実をつけます。



浜益のいろいろりんご

りんごには実はたくさんの種類があるんです！浜益で採れるりんごを集めました。

印度 (いんど)



かつては酸っぱいりんごが主流として流通する中、**酸っぱくないりんご**として人気が出た品種。贈答用高級りんごとして、一斉をふうびした時代もあったそう。**王林**などの**生みの親**。今はめっちゃ貴重でなかなか市場には出ないので**幻のりんご**と呼ばれる。11月に収穫し、食べ頃は1月頃。**収穫してからだんだん甘くなる！**

スターキング デリシャス



デリシャスの枝変わり。デリシャスは着色が悪く、色ついてから市場に出すと日持ちが悪い。スターキングは**着色**を改良したモノ。ただし、色がついていても味がついてないことがあるので低温で**1ヶ月程度放置**すると本当の味が出る。この品種は未熟なまま市場に出され、その後すぐ消費者に食べられたことでおいしくないと認知されてしまったりんご。ふじなどの台頭で人気落ちていった。 ※枝変わりとは…ある特定の枝だけが遺伝子変異をおこしたもの

ハックナイン



HAC-9でハックナイン。北海道アップルクロンの略。北海道の試験場ででき、寒冷地（北海道青森）以外ではなかなか定着しなかった。つるもとが割れやすく、摘果の際は少し多めに残す良い。**酸味があり、ジューシー**なため、**ジュースなどの加工**にも○**縞々**と**つぶつぶ**で見分けやすい。

旭 (あさひ)



明治時代からの主力品種で**酸味**が特徴。旭とスターキングの間をつなぐ品種として普及していった。現在は暖かい地域では栽培が難しく、北海道などの**寒冷地以外ではあまり栽培されていない**。

アルプス乙女

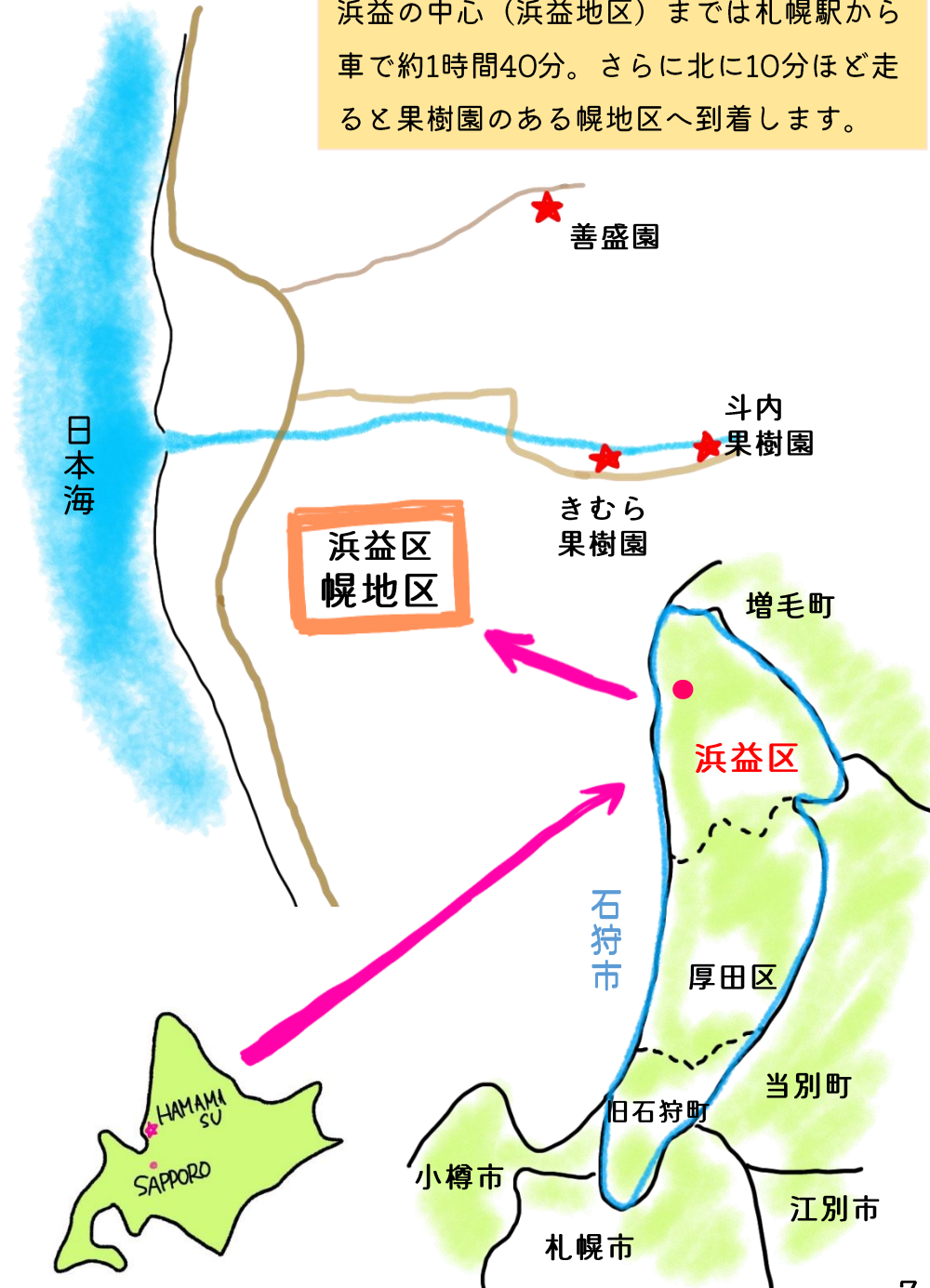


日本一小さな品種のりんご。25~50gほどしかない。種や芯の部分が少なく、ほぼ丸かじりで食べられる。花粉親がひめりんごと言われているが定かでない。

他にも何十種類ものりんごが栽培されています🍏
よく見るとそれぞれ見た目も味も全然違う！！

浜益の果樹園MAP

浜益の中心（浜益地区）までは札幌駅から車で約1時間40分。さらに北に10分ほど走ると果樹園のある幌地区へ到着します。



5月 花見の季節です



すべてを支える“土”
土が大事！！酸性雨で酸性に
近づいたものをアルカリ性の
肥料をまいて中和！

農地に肥料
をまいたり



4月 春だ～！

苗木を
植えたり



枝の雪下ろしなど…
果樹農家は冬も忙しい
そうこうしていると
春がやってきます

剪定作業

切った枝を
拾い集めたり



これが一番大事なかも！
次年度以降の収穫量を
決めます

12月～



トタンを
巻いたり

ネズミに
樹皮を
かじられない
ように…！！

夏にかけて

満開に。
白くてかわいいお花が咲き
ます。サクラムたい！
同じバラ科だからね～

レッドカー！
スピードスプレーヤーと言
います！かっこいいでしょ



草刈りや

薬をまいたり

森が近いから
虫がいっぱい！
虫さん入ってないでね～

りんごの1年
～日々樹と向き合う
浜益のくらし～

9月末～11月

ついに！！収穫～



大切に落とさないよう
に丁寧に袋に入れて収
穫していきます。



収穫したら
涼しくて凍らない所へ
保管します

収穫時期はりんごに
よってそれぞれ順番に。

6月中旬～

摘果作業



この中から
大きくなり
そうな子を
1つ選びます

スピードが大事なので、
この時はマンパワーが
必要！頑張り時です

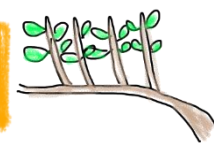


こんなハシゴに
登って

ファイト！



8月



徒長枝
切り

上にギュッと伸びようと
する枝を切る作業。
栄養よ実へ行ってくれ～



支柱入れ

りんごが大きくなると
支えきれなくなるので
支えを入れます

実が大き
くなってきたよ！

浜益のドライアップル活用レシピアイデア集

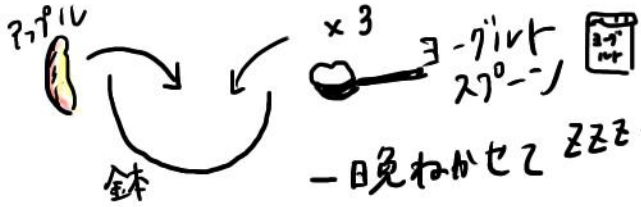
おまんこで
乾杯しよう!

わくわくしているあなたに!!
どねにしようかな〜

前日から準備したい極上レシピ

ドライアップル & ヨーグルト

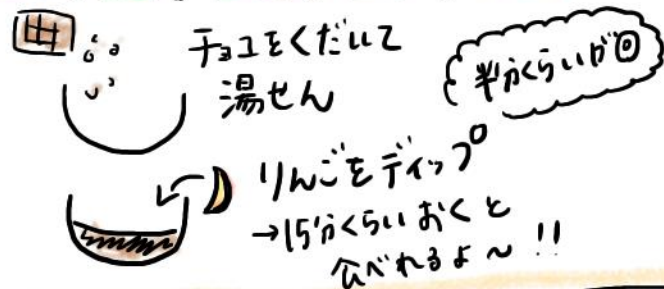
用意するもの 小鉢・ドライアップル・
ヨーグルト・はちみつ(あれば)



一晩ねかせて ZZZZ...
いただきます♡
+はちみつで SO GOOD ♡

ドライアップル & チョコレート

用意するもの ホール・トレイ・ドライアップル
チョコレート



5分でおいしい!!

お手軽オススメレシピ

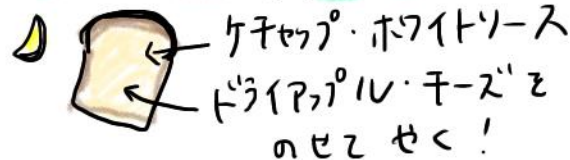
ドライアップルトースト(甘)

用意するもの 食パン・ドライアップル・
チーズ・はちみつ



ドライアップルピザ

用意するもの 食パン・ドライアップル
チーズ・ケチャップ・
ホワイトソース



ドライアップル + リッツ

用意するもの リッツ・ドライアップル
クリームチーズ or はちみつ



ドリンクメニュー

- ドライアップル × 系紅茶
ドライアップルを系紅茶へ in
いい香りのアップルティー
- ドライアップル × おゆ
せかんに水とドライアップルを
入れてお湯をわかすと...
ほんのりりんごのりんご湯。
せせいいおあじ

おまんこ SELECT //

オススメ? ティアップル選

- おまんこ 3点
悪くない。高血圧が気になる...
- お好みソース 4点
思いのほかマツチ!!!
- マヨネーズ 0点
おまんこが口に残る...
- ケチャップ 1点
ケチャップの主張が強い...
- しょうゆ 0点
これだけはやめよう...
- オーロラソース 0点
もはやりんごの味はしない
- マヨネーズ・ソース 5点 ★★★★★
よりマイルドなお味!! GOOD!