

GREEN PEPPER

# ピーマン

果  
菜  
類



## たじまは近畿一の産地

ピーマンは昭和30年代後半に消費が急速に伸び、その後食べやすい味に品種改良されました。たじまは近畿一の夏秋ピーマンの産地で、京阪神市場では濃いピーマンとして高い評価を得ています。県全体の生産量は全国16位となっています。

ビタミンCとβ-カロテンが豊富なことが特長。  
ビタミンCの含有量は、大きめのピーマンならレモン1個分に相当するほどです。

主な  
出荷時期

6月~10月

豊岡市／養父市／朝来市  
香美町／新温泉町

# たじま



肉厚・濃緑色の「たじまの濃いやつ」  
まぶしい太陽と夜の  
冷え込みがおいしさの源

「たじまピーマン」が栽培されている但馬地域は、近畿一の夏秋ピーマンの産地で、京阪神の市場や地元に出荷しています。品種は「京波（きょうなみ）」「京ひかり」という、鮮やかな濃緑色が特長の肉厚のピーマンです。肉厚で皮も柔らかいたじまのピーマンは「たじまの濃いやつ」と呼ばれ、夏に出荷の最盛期を迎えます。

栽培地は夏季に昼夜の温度差が大きく、土質のよい山間部の転作田がほとんど。但馬地

方の夏は37℃以上にも気温が上がり、夜間は冷え込みます。15℃～20℃もの気温差が、日持ちの良い高品質のピーマンを育てます。昼にいっぱい太陽で栄養分を作り、夜間の冷え込みで栄養素を蓄えて、やさしくおいしい味になるのです。

JAたじまピーマン協議会として兵庫県認証食品の認証を受け、農薬散布を少なくした栽培法に取り組んでいます。



## 新規参入者を組織で指導

但馬地域のピーマン生産者で構成するJAたじまピーマン協議会では、生産者大会を毎年開催しています。産地規模の拡大と活力ある産地を作るため、講習会やほ場巡回などを実施して、産地の維持・発展に努めています。

協議会では役員やJA職員が経験の浅い生産者・新規生産者を対象に講習会や巡回指導を行い、生産者の育成に組織的に取り組んでいます。このようなきめ細かい指導が後継者の育成に役立っています。新規参入者には定年退職を機に農業を始めた人や若い女性もいます。

# 但馬の特産品としての地盤形成

およそ40年前、水田の転作を契機に、豊岡市但東町からピーマンの栽培が広がりました。ピーマン自体が軽くて取り扱いやすく、農作業が比較的軽労なため、高齢化が進んだ但馬地域で受け入れられ、産地づくりに繋がっていきました。共同育苗施設が設置されて生産基盤が整い、栽培が拡大。ピーマン生産者で構成するピーマン協議会は、平成27年現在188人。生産者の多くは高齢者や女性となっています。

ピーマン栽培農家にとって大きな課題は、選別・袋詰め作業です。

だが、平成10年度には、自動選別・袋詰め機を備えたピーマン包装センターが完成。生産者はピーマンの栽培だけに専念できる体制が整いました。より大きな産地づくりを目指して、今まで栽培していなかった地域やより多くの仲間呼びかけ、ピーマンの栽培を促進。現在では近畿一の産地となっています。

豊岡市の産地では、拍動かん水装置をいち早く導入して、高品質のピーマン生産に取り組んでいます。導入した生産者は、収穫量・秀品率が向上しています。



## 拍動かん水装置とは

かん水用のタンクの水位が一定に達すると排水弁が開き、点滴チューブで少量の水を多くの頻度でかん水できる装置です。タンクに水をくみ上げるポンプは、ソーラーパネルで発電した電力で動き、日射量に応じてかん水することができます。これは国立研究開発法人農業食品産業技術総合研究機構近畿中国四国農業研究センターで開発されたものです。



## 野菜おじさんからひとこと

### 辛みの全くない濃緑色のピーマン「石井みどり」

昭和35年(1960年)に佐用郡佐用町上石井の釜谷亀氏が栽培していたピーマンが濃緑色で従来の品種とは大きく異なり、辛みが全くないことが分かりました。これが「石井みどり」として農産種苗法に基づき名称登録され、当時の有名ブランドとなりました。「辛みのないピーマンは兵庫県から始まった」と言っても過言ではないでしょう。

洲本市／淡路市  
／南あわじ市

# 淡路島

三原・日の出



## 淡路島が一つになって共販体制 肉厚で濃緑な「さらら」を栽培

淡路島で現在栽培されているピーマンは、「さらら」という品種です。従来の品種よりクロロフィルとビタミンCを約50%、アミノ酸を約70%多く含んでいます。「さらら」は緑色が格段に濃く、形はやや長め。肉厚で柔らかく、臭いや苦味などのくせが少なく、甘みが強いのが特徴です。

この品種の栽培は全国的にまだまだ少なく、淡路島に適した栽培技術を模索しながら、栽培管理の向上に努めています。淡路島のピーマンは昭和37年頃から津名町中田で集団栽培が行われており、昭和40年に五色町でピーマン出荷組合が誕生。

10年後には育苗施設が設置され、良質な苗が確保されたことにより、生産者280人、17haまで拡大しました。昭和52年には五色町以外からここに出荷していた生産者を加え、島内6農協(洲本市・津名東・都志・鮎原・五色丘・湊)が参加した淡路島ピーマン出荷連合会を組織し、共販体制が整えられました。昭和50年、同54年には三原郡農協、緑町農協がそれぞれにピーマンの新産地づくりに着手しました。平成19年から肉厚で濃緑な品種「さらら」が採用されます。



## 環境にやさしい栽培技術

年平均気温15.5℃の温暖な気候を生かして、小型トンネルを用いた早熟栽培に取り組んでおり、大畝づくりで長期栽培を実現しています。マルチ栽培、完熟堆肥の施用、ロング肥料の採用、シルバーテープの利用、谷間への防草シートの活用など、環境にやさしい栽培技術を積極的に導入しています。

購入の問い合わせ

JA あわじ島 TEL.0799-42-5211

JA 淡路日の出 TEL.0799-62-6200

三田市

# 阪神



## 上質の夏秋ピーマンブランド 三田の伝統野菜、今も手詰めで出荷

三田市は兵庫県内でも有数のピーマン産地です。六甲山地の北側の山間部にあるため昼夜の温度差が比較的大きく、これがピーマンの栽培に適しています。

ここで栽培されるピーマンは「三田ピーマン」と呼ばれ、「京まつり」「京ひかり」という品種。肉質がやわらかく、苦み・青臭さが少なく、緑色が非常に濃いのが特徴。上質の夏秋ピーマンブランドとして知られています。

本来のピーマン栽培は排水対策をきっちり行い、水が溜まりすぎることがないようにしますが、三田ピーマンはほ場の谷にたつぷりと水を溜め、うね

を高くして栽培。6月から10月にかけて収穫、主に大阪方面の市場に出荷されます。

三田では50年以上も前からピーマンの栽培が行われ、一大産地として名をはせ、三田の伝統野菜となっています。現在の生産者が子供のころ、学校から帰ったらピーマンの袋詰めを手伝ったと振り返るほど、栽培が盛んでした。現在もその伝統を守り、生産者自ら一つ一つ選別を行い、袋の中で動かないように、丁寧に手で詰めていきます。高品質で安全・安心なものを消費者へ届けることができますよう、配慮されているのです。





ビタミンたっぷりのピーマンは和洋中の万能素材



## 焼きピーマンと椎茸の だし浸しおかかかけ

### 材料/4人分

ピーマン	4個(約160g)
生しいたけ	3枚
花かつお	軽くひとつかみ
だし(かつおと昆布)	1/2カップ
しょうゆ	小さじ2

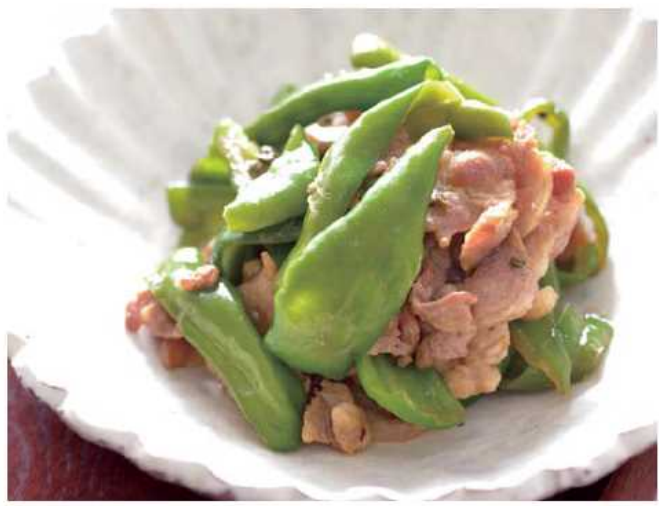
①ピーマンはヘタと種を除き、大きめに切る。生しいたけは石づきを除き、縦半分に切る。②①を焼き網やオーブントースター(高温)で焼き、しんなりしてやや焦げ目がついたら取り出す。③だしとしょうゆを合わせ、焼いたピーマンとしいたけを浸しなじませる。④花かつおを耐熱皿に広げ、ラップをかけずに、電子レンジ(600W)に約30秒ほどかける。さわってみてまだしんなりしているようなら再び10~20秒かけ、乾いたら手でもんで粉がつかおにする。⑤③を器に盛り、④の粉がつかおをふりかける。

## 豚バラとピーマンの 山椒甘辛炒め

### 材料/2~3人分

豚バラ肉	200g
ピーマン	6個
山椒	少々
かつおだし	30cc
濃い口しょうゆ	大さじ1
ざらめ糖	大さじ1
塩・こしょう	少々

①豚バラ肉をひと口大に切り、塩・こしょうをしておく。②4~6等分に切ったピーマンと①を炒め、かつおだし、ざらめ糖、濃い口しょうゆを加えてさらに炒める。③山椒の粉を少しふりかける。



## フォアグラのフラン ピーマンソース キヌアとフルーツマトの サラダ雲丹添え

### 材料/10人分

① フォアグラの フラン	フォアグラ	200g
	全卵	2~3個
	ブイヨン	150cc
	牛乳・生クリーム・セロリピューレ	各100cc
	ルビーポルト酒・ブランデー	各少々
② ピーマン ソース	ピーマンピューレ	200cc
	オリーブオイル・カイエンペッパー	各少々
	キヌア・エシャロットのみじん切り	各20g
	フルーツマト	1個
	マイクロリーフ	適量
	雲丹	10粒

①①を全て混ぜ、シューターグラス1/3位入れ、蒸して固まったら冷やす。②ピーマンはスライスし、ソテーシキサーにかけ、冷やす。③キヌアはボイルし冷やす。④トマトの果肉とエシャロット、オリーブオイル、塩、こしょう、レモン汁で調味する。⑤①のシューターにピーマンソース、キヌアのサラダを盛る。⑥雲丹とマイクロリーフ、フルーツマトを飾る。

