



地域で育む梨栽培

家の農業を継ぐため帰郷し、今年で就農10年目になる茂内信也さん。現在、梨や水稲のほか、りんごやぶどうなどの栽培にも力を入れていきます。祖父の代から続く梨栽培ですが、就農するまでは全くの素人でした。

「一からのスタートだったので、講習会などに積極的に参加し、JAの営農指導員からも栽培について学んできましたが、一番助けになったのは地元で梨農家の方々ですね。親身になって技術や知識を教えてもらい、

それを糧に自分なりに試行錯誤を繰り返したからこそ、今があるのだと思います。」

愛情たっぷりの梨

茂内さんの作る梨は、大玉で果汁たっぷりなのが特徴です。それは7月から8月にかけて行う摘果作業で、大きく育ちそうな実をきちんと見極め、一枝花を確認する地道な努力があるからです。

「ただ農作物は天候に左右されるので、うまく摘果したからといって全てが大玉になるわけではありません。また梨は黒星病やカメムシなど病害虫のほか、猿害や鳥害などがあるので収穫まで気が抜けません。しかし手間をかけた分だけ必ず結果がいつてくるので、とてもやりがいのある仕事ですね。」と茂内さん。

今後は地域の特産品である梨を、より多くの消費者にPRするとともに、次世代にしっかりと引き継いでいきたいと、力強く話してくれました。

農産物の豆知識



梨 ~たっぷりの水分が熱を冷まし、美しい肌を呼び戻す

梨園で、もぎたての梨をほおばると、ほんのり甘い水分が口の中いっぱい広がって、幸せな気持ちになります。果物のことを「水菓子」とも呼びますが、まさに梨はその名にぴったりです。

梨は約88%水分ですが、同じ様に水分の多いスイカと比べると、体内の水分調節を行うカリウムが、より多く含まれています。カリウムは火照った体を冷まし、熱を出した時は熱を下げ、不足した体液を補います。

また梨のほんのりとした甘味は、ソルビトールという成分によるもので、のどの痛み

を和らげ、咳を鎮める効果があります。また梨そのものを食べなくても、薄切りにした梨を冷水に半日浸した汁を飲んだり、梨の搾り汁でうがいをしたりしても効果があり、のどが潤って声を楽に出せるようになります。

もう一つ、梨の特徴である、ザラツとした食感、石細胞と呼ばれる繊維の固まりによるものです。この石細胞は、便通を良くするのに役立ち、美しい肌を呼び戻します。さらに、大腸がんの予防にも繋がるとの研究報告もあり、健康食材としても活躍しています。



△爽やかな食感とあふれる果汁！

●栄養の比較 可食部 100g 当たり

	梨	スイカ
水分(g)	88.0	89.6
カリウム(mg)	140	120
食物繊維(g)	0.9	0.3

