

むさし

M U S A S H I

特集 JA東京むさし管内が栽培発祥!
完熟ブルーベリーを味わおう!

JA東京むさし情報誌 隔月刊

信頼が
心をつなぐ
JA東京むさし



2012年
7月号 Vol. 19

次号は8月31日(金)発行予定です

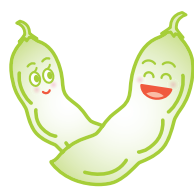
JA東京むさしは、三鷹・小平・国分寺・小金井・武蔵野の5市をエリアとする農業協同組合です。



むさしの地場産
エダマメの旬
7月～8月頃

ビールのおつまみの定番! 夏野菜「エダマメ」

エダマメは大豆が成熟する前の、さやが緑のうちに収穫した豆です。枝についたまま、ゆでて食べるためにエダマメと呼ばれています。疲労回復に役立つビタミンC、β-カロチンが豊富で、大豆のタンパク質特有のサポニンという成分も含んでいます。これは血液中のコレステロール値を下げ、中性脂肪を取り除く働きがあり、高血圧、動脈硬化などの成人病予防にも効果があるといわれています。



武蔵野市で農業を営む榎本一宏さん(写真右)は、以前は大手レストランチェーンで新事業開発などの仕事をされていました。10年ほど前に農業を継ぎ、現在は武蔵野市学校給食部会の副会長として、新鮮な野菜を市内の学校給食に納品しています。



エダマメを収穫する榎本一宏さん。「おいしいものをつくって、子どもたちにたくさん野菜を食べてもらいたいですね。災害時には畑を避難所として使ってもらえるよう協力していきたいです」と話します。

COOKING 白玉ずんだ餅

■材料(4人分)

【白玉団子】

- ・白玉粉 100g
- ・水 80cc

【エダマメあん】

- ・エダマメ(正味) 150g
- ・砂糖 大さじ5
- ・水 100cc
- ・塩 少々
- ・卵黄(かたゆで) 少々

■作り方

- ① ボウルに白玉粉と水を加えてよく練り、耳たぶくらいのやわらかさにして、食べやすい大きさに丸める。
- ② 鍋に湯を沸騰させて団子を入れ、浮き上がるまでゆでる。
- ③ 水の中に取り、ザルに上げて水気を切る。
- ④ ゆでたエダマメは甘皮をむき、フードプロセッサーに入れ、砂糖と水、塩を加えてなめらかにする。
- ⑤ 鍋に移して弱火にかけ、ツヤよくあんを練り上げる。
- ⑥ 白玉団子を皿に盛り、エダマメあんのせ、かたゆでの卵黄をうらごしして載せる。



JA東京むさし管内で育った新鮮な
エダマメは、ここで販売しています。

三鷹緑化センター / 小平経済センター / 国分寺ファーマーズ・マーケット
小金井経済センター / 武蔵野新鮮館

そのほか、生産者が庭先販売をしているところもあります。イベント情報(7ページ)の農畜産物直売もご利用ください。時期によって、また品切れ等で店頭がない場合もありますので、ご容赦ください。





農園で、採れたての 完熟ブルーベリーを 味わおう！

保存版

ご存知でしたか？日本のブルーベリー栽培はJA東京むさし管内が発祥！

日本で初めてブルーベリーの栽培を始めたのは、小平市の島村ブルーベリー園です。JA東京むさし管内では、この島村ブルーベリー園のある小平市を中心にブルーベリーの栽培がとても盛んです。今回の情報誌「むさし」では、皆さまからたくさんのご要望をいただいている「ブルーベリー直売所・摘取り農園」をご紹介します。ご家族やお友達を誘って、農園でしか味わうことのできない採れたての完熟ブルーベリーのおいしさに触れてみてください。



JA東京むさし管内には「えっ、こんな近くにあったの?」と意外に知られていない、摘取りや直売をしているブルーベリー農園がたくさんあります。今回の特集を機にぜひ、農園に遊びに来てください。



ブルーベリーの
まめ知識だよ!

Q&A

カワセミのムーちゃん
©JA東京むさし

ブルーベリーのまめ知識

Q1

摘み取ったり、
直売で購入したら
どうやって保存すればいいの？

A 冷蔵庫で保存してください

ブルーベリーが余ったら冷蔵庫に入れて保存してください。ただ、ブルーベリーは追熟しないので、できるだけ早目に食べてください。時間が経つと果皮の色が変わりますが、これは追熟ではありません。余ってしまったら、ブルーベリージャムなどに加工するか、冷凍保存すると日持ちしますよ(ブルーベリーレシピは本誌P7参照)。

そもそもブルーベリーってどんなもの？ 農園に行く前にブルーベリーを知っておこう！

ブルーベリーは 目に良いだけじゃない！

ブルーベリーにはアントシアニンが含まれています。この色素を摂ることによって、ロドプシンという視覚に関わる物質が再合成されて、暗闇に慣れる時間が早くなったり、眼精疲労や老眼などに良いといわれています。また、ブルーベリーに含まれる食物繊維は整腸作用を高め、ほかの果物に比べて多く含まれているビタミンEは老化予防に効果があるといわれています。



ブルーベリーの 摘取りのポイント

- ① 表面に白い粉(ブルーム)が吹いているのは、よく熟していて新鮮な証拠。
- ② 触ってやわらかく、枝からすぐに「ポロッ」と取れるものは、よく熟していて甘い。
- ③ 枝の付け根まで、実がしっかりと色づいている方が甘い。付け根が赤いのはまだすっぱい。

ブルーベリーについて
学んだら、摘取りが
もっと楽しくなるね！



ブルーベリーには どんな品種があるの？

日本では大きく分けて2つの品種があります。1つ目は「ハイブッシュ系」ブルーベリー。これはアメリカ北東部に自生していた品種です。寒冷地向きの品種で、6月頃から収穫できます。大きめな果実が特徴で、主な品種に「ブルークロップ」や「スター」などがあります。



星のような形のハイブッシュ系「スター」

2つ目は「ラビットアイ系」ブルーベリーです。果実がウサギの目のように赤いことからこの名前が付けました。アメリカ南部に自生していた品種で、サイズはハイブッシュ系よりもやや小さめです。主な品種に「ティフブルー」や「ブライトウェル」などがあります。



ウサギの目のようなラビットアイ系「ティフブルー」

小平から始まった 日本のブルーベリーの歴史

東京農工大学の故・岩垣^{いわがき}駿夫^{はやお}教授がブルーベリーの苗木をアメリカから持ち帰ったことから、日本のブルーベリーの歴史はスタートしました。同大学卒業生の島村速雄^{しまむら}さんは岩垣教授に師事し、日本に適したブルーベリーの栽培法を学びました。そして1968年(昭和43年)、小平市花小金井南町で「島村ブルーベリー園」を開き、日本で初めてブルーベリーの栽培を始めました(P4小平⑫参照)。



日本で初めてブルーベリー栽培を始めた
島村速雄さん



「ブルーベリー栽培発祥の地こだいら」
の標柱(西武新宿線 花小金井駅南口)



ブルーベリーがまだ一般的に知られていない頃の貴重な写真
(左から)岩垣駿夫教授、ジョージア州立大学ブルーベリー担当教授夫妻、島村速雄さん

近くに
ブルーベリー農園があるか
次のページを見てね！



ブルーベリーのまめ知識

Q2

ブルーベリーの畑には
なぜネットが張ってあるの？

A ブルーベリーの実を鳥から守るためです

せっかく育てたブルーベリーの実を鳥たちに食べられないようにしています。鳥たちはブルーベリーなどの果物が大好き。ネットに隙間があれば、入ってきて実を食われてしまいます。皆さんも摘取りでブルーベリーの畑に入るときはドアやネットを開けたままにせず、きちんと閉めてくださいね。



JA東京むさし管内のブルーベリー農園のご紹介

農園情報の見方

- ①住所 ②電話 ③販売方法 ④販売期間
- ⑤販売時間 ⑥販売単位・価格 ⑦その他

※開園期間や金額、その他データは予告なく変更となる場合があります。
※情報は2012年6月現在です。



※場所の詳細は当JAのホームページでご確認いただけます

小平 2

小川農園

直売 摘取り

年間200種類以上の花の摘取りも楽しめます



園主 小川 裕明さん

- ①小平市小川西町5-9 ②☎090-3524-7443 ③直売・摘取り
- ④6月中旬～8月下旬(雨天休園・日曜定休) ⑤9時～12時半、15時半～17時半 ⑥直売:100g 220円、摘取り:100g 200円
- ⑦直売・摘取りともに要予約/花の摘取りや鉢物も販売/隣接の休憩所あり

小平 3

井上果樹園

直売

ナシ、ブドウの直売もしています



園主 井上 誠一さん

- ①小平市津田町3-33 ②直売
- ④7月中旬～8月下旬(不定休) ⑥200g 500円
- ⑦時期によりナシ・ブドウ・カキ・キウイフルーツも販売

小平 4

青木園

直売 摘取り

カブトムシ、クワガタ無料で差し上げます



園主 青木 茂さん

- ①小平市小川町2-1308-4(ホンダカーズ入る)
- ②☎090-3130-5616
- ③直売・摘取り ④7月上旬～9月上旬(不定休) ⑤7時～18時
- ⑥直売:1kg 2,000円～2,500円、摘取り:500g 1,000円～
- ⑦カブトムシ、クワガタ プレゼント(数に限りあり)

小平 6

小林(幸)園

直売

ブドウのみぎとり、直売もしています



園主 小林 幸夫さん

- ①小平市上水南町1-9-10 ②☎042-325-1619 ③直売
- ④7月中旬～8月上旬 ⑤9時～12時、13時～17時
- ⑥200g 500円 ⑦ブドウのみぎとり・直売あり/地方発送可

小平 7

窪田果樹園

直売 摘取り

小平経済センターに出荷しています



園主 窪田 尚巳さん

- ①小平市仲町235 ②☎090-7016-3029 ③直売・摘取り
- ④6月下旬～8月下旬(不定休) ⑥直売:200g 500円、摘取り:100g 200円
- ⑦直売・摘取りとも要予約/小平経済センターでも販売/時期によりキウイフルーツ直売あり

小平 8

美園フルーツファーム(内堀園)

直売 摘取り

ナシ、キウイフルーツの直売もしています



園主 内堀 眞一さん

- ①小平市美園町2-16-10 ②☎042-341-6286 ③直売・摘取り
- ④直売:6月中旬～8月下旬、摘取り:7月中旬～8月下旬(日曜定休)
- ⑤9時～17時 ⑥直売:1kg 3,000円、摘取り:1kg 2,000円(入園料300円)
- ⑦団体の摘取りは要予約/小平経済センターでも販売/地方発送可/ナシ、キウイフルーツ直売あり

小平 10

中村園

直売 摘取り

野菜、花、ブドウの直売もしています



園主 中村 利行さん

- ①小平市大沼町1-37 ②☎090-1459-3925 ③直売・摘取り
- ④7月下旬～8月下旬(不定休、摘取りは水・土・日曜実施)
- ⑤9時～16時 ⑥直売:100g 300円、摘取り:100g 200円
- ⑦摘取りは要予約/地方発送可

小平 11

川里園

摘取り

木陰の休憩所をご利用ください



園主 川里 元司さん

- ①小平市花小金井2-3-19 ②☎042-461-8382 ③摘取り
- ④6月中旬～8月上旬(雨天休園) ⑤9時～17時
- ⑥100g 200円 ⑦時期により、ブルーベリー摘取りの方にスモモを販売/休憩所あり

小平 12

島村ブルーベリー園

直売 摘取り

ブルーベリー栽培発祥の地



園主 島村 速雄さん

- ①小平市花小金井南町1-10-13 ②☎042-461-7824 ③直売・摘取り
- ④直売:6月中旬～10月上旬、摘取り:7/21～8/31(期間中無休)
- ⑤直売:13時～18時、摘取り:10時～12時、15時～17時 ⑥直売:430g 1,000円～1,500円、摘取り:1パック1,000円
- ⑦ブルーベリー栽培発祥農園/地方発送可/時期によりブルーベリージャム等、各種ジャムあり

ブルーベリーのまめ知識

Q3

「ぶるべー」って何のキャラクターなの?

A 小平市のブルーベリーのマスコットキャラクターです

ぶるべーは小平市のブルーベリーのマスコットキャラクターです。ブルーベリー栽培発祥の地をPRするために、小平市にキャンパスのある武蔵野美術大学の協力により、かわいらしい「ぶるべー」が誕生しました。産業まつりやイベントでは、JA東京むさしマスコット カワセミの「ムーちゃん」とも仲良く遊んでいます。見かけたらムーちゃんもぶるべーもどちらも応援してくださいね!



ぶるべー ©小平市



カワセミのムーちゃんとぶるべーはとても仲良し

特集 完熟ブルーベリーを味わおう!

JA東京むさし管内の5市には、たくさんのブルーベリー農園があり、直売や摘取り体験など、新鮮なブルーベリーを楽しむことができます。お近くの農園を探して、みんなで遊びに来てください。

小平1 関根園 **直売**

ナシの直売や地方発送もしています



園主 関根 勲さん

- ①小平市小川町1-2525 ②☎042-341-5063 ③直売
- ④7月下旬～8月中旬(不定休) ⑤10時～13時、15時半～17時半
- ⑥1パック(330g)1,000円 ⑦小平経済センターでも販売/地方発送可/ナシの直売あり

小平5 田中稔園 **直売**

小平市役所すぐそばの直売所です



園主 田中 稔さん

- ①小平市役所北側斜め前 ②☎042-341-4473 ③直売
- ④7月下旬～8月下旬(直売は週1～2回)
- ⑥200g 500円 ⑦小平ふるさと村でも販売

小平9 ベンズファーム **摘取り**

花の摘取りや野菜の収穫体験もできます



園主 深谷 勉さん

- ①小平市鈴木町1-464 ②☎042-327-0644 ③摘取り ④7月下旬～8月下旬(月曜定休、摘取りは水・土・日曜実施)
- ⑤10時～17時 ⑥100g 200円(入園料 小学生100円～) ⑦団体は要予約/休憩所では、ブルーベリーのフレッシュジュースや軽食を販売/年間200種類以上の花の摘取りの他、野菜の収穫体験、直売あり

国分寺1 原園芸 **直売 摘取り**

鉢花の直売もしています



園主 原 和正さん(左)とご家族の皆さん

- ①国分寺市富士本2-6-1 ②☎042-572-1301 ③直売・摘取り
- ④7月下旬～8月下旬(期間中無休) ⑤8時～18時
- ⑥直売:200g 500円、摘取り:100g 200円
- ⑦団体の摘取りは要予約/地方発送可/鉢花直売あり/国分寺ファーマーズ・マーケットでも販売

国分寺2 榎戸園芸 **直売**

9月上旬からイチジクの直売もしています



園主 榎戸 新一さん

- ①国分寺市北町3-8-3 ②☎042-324-5334 ③直売
- ④6月中旬～9月中旬(月曜定休) ⑤10時～完売終了
- ⑥500g 1,200円 ⑦地方発送可/時期によりその他果物も販売

国分寺3 木下農園 **直売 摘取り**

戸倉通りのENEOSでも販売しています



園主 木下 勝雄さん、智子さん

- ①国分寺市戸倉3-44-5 ②☎042-321-2403 ③直売・摘取り
- ④6月下旬～8月下旬(不定休) ⑤9時～17時
- ⑥直売:200g 500円、摘取り:100g 200円
- ⑦摘取りは要予約/国分寺ファーマーズ・マーケット、自宅向かいのガソリンスタンドでも販売

国分寺4 ブルーベリーガーデンHIRANO **直売 摘取り**

地方への発送もできます



園主 平野 武夫さん

- ①国分寺市戸倉3-44-2 ②☎042-301-1893 ③直売・摘取り
- ④6月中旬～9月中旬(不定休) ⑤9時～18時
- ⑥直売:500g 1,310円、摘取り:100g 210円
- ⑦摘取りは要予約/国分寺ファーマーズ・マーケットでも販売

国分寺5 森田果樹園 **直売 摘取り**

直売も摘取りもお電話ください



園主 森田 林三さん

- ①国分寺市戸倉2-30-11 ②☎042-573-1695 ③直売・摘取り
- ④8月上旬～8月下旬(不定休) ⑥直売・摘取り:500g 1,000円
- ⑦直売・摘取りともに要予約

国分寺6 ナイトウ果樹園 **直売 摘取り**

12月には敷地内でクリスマスバザーもやっています



園主 内藤 孝雄さん

- ①国分寺市内藤1-17-5 ②☎042-572-6003 ③直売・摘取り ④7月中旬～9月上旬(月曜定休)
- ⑤直売:9時～12時、14時～17時、摘取り:9時～12時 ⑥直売:1パック(約500g)1,100円～、摘取り:1kg 2,000円～ ⑦団体の摘取りは要予約/地方発送可/ブルーベリーアイス販売(国分寺ファーマーズ・マーケットでも販売)/ブドウもぎどり直売あり/イチジク直売あり

国分寺7 松本園芸 **直売 摘取り**

11月中旬～12月上旬までポインセチアの直売もしています



園主 松本 好高さん(左)とご家族の皆さん

- ①国分寺市東戸倉2-23-8 ②☎042-321-7865 ③直売・摘取り
- ④6月中旬～8月下旬(7/31～8/2定休 其他期間は不定休)
- ⑤9時～11時半、14時～18時 ⑥直売:100g 210円、摘取り:100g 200円 ⑦花の取扱いあり



※場所の詳細は当JAのホームページでご確認いただけます

ブルーベリーのまめ知識 Q4

ブルーベリーも紅葉するの?

A 10月～12月頃、きれいな色に紅葉します

品種によって時期は異なりますが、10月～12月頃、きれいな色に紅葉します。春先に白い花を咲かせ、夏場には青色の果実がおいしく実り、秋口には紅葉するブルーベリー。ブルーベリーは1年を通じて楽しませてくれる植物です。



農園情報の見方

- ①住所 ②電話 ③販売方法 ④販売期間
⑤販売時間 ⑥販売単位・価格 ⑦その他

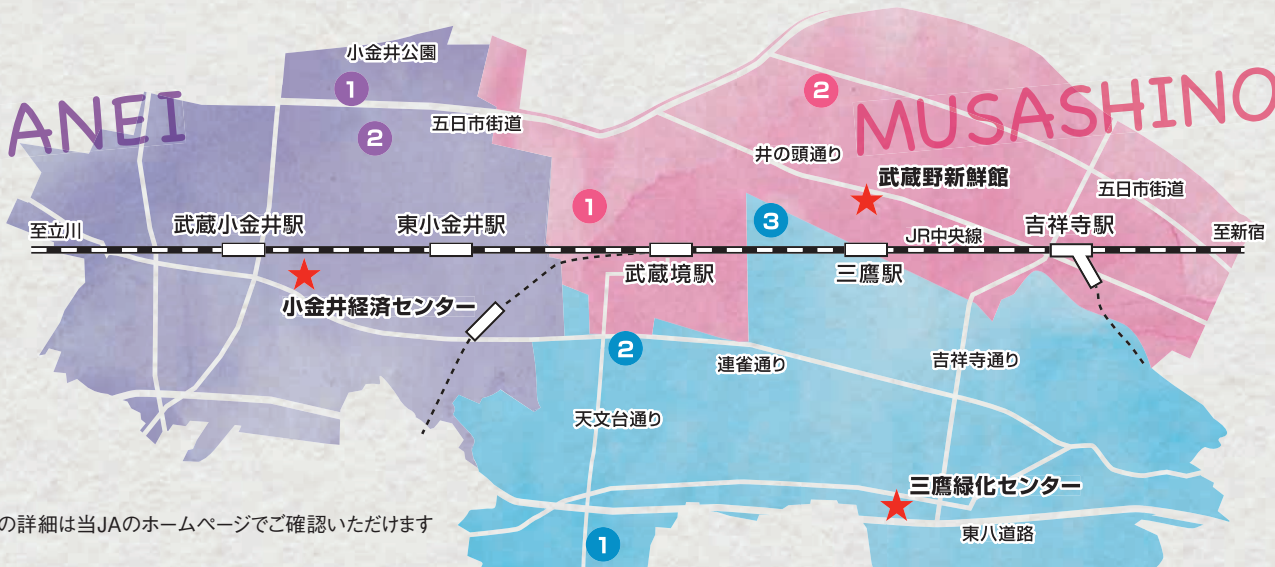
※開園期間や金額、その他データは予告なく変更となる場合があります。
※情報は2012年6月現在です。



KOGANEI

MUSASHINO

MITAKA



※場所の詳細は当JAのホームページでご確認いただけます

小金井 1

よこきファーム

直売

たくさんの種類の野菜を生産しています



園主 横山 喜代司さん

- ①小金井市関野町2-5 ②☎042-381-8351 ③直売
④7月中旬～8月下旬 ⑤9時～12時、13時～17時
⑥100g 250円 ⑦「江戸東京たても園前」信号そば/時期によりキウイフルーツ直売あり

小金井 2

横山園

直売

住宅街の中のブルーベリー農園



園主 横山 義衛さん

- ①桜町病院東側 ②☎042-383-0230 ③直売
④7月上旬～8月上旬 ⑤9時～17時
⑥500g 1,000円
⑦直売は要予約/野菜は小金井経済センターにも出荷



三鷹 1

吉野果樹園 (第2農園)

直売 摘取り

第1農園・第3農園もあります



園主 吉野 康雄さん

- ①三鷹市野崎4-7 ②☎090-4004-6220 ③直売・摘取り
④6月中旬～8月下旬(木・日曜開園)
⑤8時～12時 ⑥直売:100g 200円、摘取り:100g 200円
(入園料3歳以上300円) ⑦団体の摘取りは要予約/他に第1農園(水・土曜開園)と第3農園(火曜開園)あり

武蔵野 1

高橋ブルーベリー園

直売 摘取り

亜細亜大学南門の目の前です



園主 高橋 一男さん

- ①武蔵野市境5-10-25 ②☎0422-51-4608 ③直売・摘取り
④6月中旬～9月上旬の土曜日 ⑤10時～14時
⑥直売:100g 300円、摘取り:100g 250円
⑦武蔵野新鮮館でも販売/土曜日以外の開園日あり

武蔵野 2

Kenchan farm

直売 摘取り

関前公園の南側にあります



園主 中村 健二さん

- ①武蔵野市関前3-12 ②☎0422-52-0129 ③直売・摘取り
④7月中旬～9月上旬(火・木・土曜開園 天候によって変更あり)
⑤9時～12時 ⑥直売・摘取り:100g 300円
⑦武蔵野新鮮館でも販売/地方発送可
ホームページ <http://kenchanfarm.jimdo.com/>

三鷹 2

ファーム高橋

摘取り

ブルーベリー、ブドウを自分で収穫できる園です



園主 高橋 永久さん

- ①三鷹市井口3-17-34 ②☎0422-32-8387 ③摘取り
④7月下旬～8月中旬(水・日曜開園)
⑤9時～12時、14時～17時 ⑥100g 200円
⑦直売なし(摘取りのみ)/ブドウ10種類もぎとり1kg 1,500円
(8月下旬～)/問合せメールアドレス farm-t@parkcity.ne.jp

三鷹 3

清水農園

直売 摘取り

バッタやカマキリなど昆虫もたくさんいます



園主 清水 浩行さん

- ①三鷹市上連雀1-16-25 ③直売・摘取り
④7月上旬～9月上旬(水曜定休、8月1日・2日は休園)
⑤平日15時～18時、土・日・祝10時～12時、15時～18時
⑥直売:250g 600円、摘取り:100g 200円
⑦ウコッケイ卵直売あり

ブルーベリーの特産品

国分寺ファーマーズ・マーケットではアイスクリームやワイン、ドレッシングなど管内のブルーベリーを使った加工品を販売しています。その他の販売店舗でもジャムなどを販売しています。ぜひお試しください。



リピーターの多い人気商品「小平ブルーベリーワイン」

さわやかな酸味がクセになる「ブルーベリードレッシング」

ミルクとブルーベリーがマッチしたナイトウ果樹園の「ブルーベリーアイス」(P5国分寺⑥参照)



小平市のベンズファーム(P5小平⑨参照)では農園内にトレーラーハウスを改造したおしゃれな休憩所があり、採れたてをそのまま絞ったブルーベリーのフレッシュジュース(380円)などを販売しています。

JA東京むさし管内には他にも新鮮な果物がたくさん!!

JA東京むさし管内ではブルーベリーの他にも、年間を通じてさまざまな果物が栽培され、今後情報誌でも紹介する予定です。また、今回ご紹介した生産者の他にも、管内ではブルーベリーを生産している方がいらっしゃいます。今度のお休みには近くのブルーベリー農園をのぞいてみませんか?



特集 完熟ブルーベリーを味わおう!

甘酸っぱくておいしい
ブルーベリーレシピを紹介します。

●夏にピッタリ!かんたん!
ブルーベリー
スムージー

■材料(4人分)

- 冷凍ブルーベリー…150g
- プレーンヨーグルト…カップ1
- 牛乳…カップ1/2
- はちみつ…大さじ2



■作り方

- ヨーグルトはジッパー付きの保存袋に入れ、薄く平らにして凍らせる。
- 凍らせたヨーグルトと牛乳、はちみつをミキサーに入れ、滑らかになるまで1分ほどかける。
- ブルーベリーを凍ったまま加え、さらに1~2分ほどかける。滑らかになったら、グラスに注ぐ。

●ぷるぷる食感に
甘酸っぱさが広がる

ブルーベリー寒天

■材料(4~6人分)

- 冷凍ブルーベリー…100g
- 棒寒天…1/2本
- 水…カップ2と1/2
- 砂糖…60~80g



■作り方

- ブルーベリーはさっと洗って水気をふく。棒寒天は水で洗い、たっぷりの水で30分ふやかす。
- 寒天を絞って細かくほぐし、鍋に分量の水を入れ、初め強火で煮立ってきたら弱火で5~10分ほど煮る。
- 砂糖を加えて煮溶かし、濾し器でボウルに移し、粗熱をとる。
- バットの内側をさっと水でぬらして寒天を流し、十分に冷ます。
- 完全に冷めたところでブルーベリーを全体にちらして、冷蔵庫で冷やし固める。
- 固まったらバットから取り出し、食べやすい大きさに切り分け、器に盛る。

(「家の光」2005年5月号 別冊付録「ファミリーカレー」から 調理指導 大庭英子)

●菌ざわりも酸味も楽しめる

ブルーベリージャムのクッキー

■材料(4人分)

- ブルーベリージャム…250g
- バター(a)…150g
- クリームチーズ…50g
- ブラウンシュガー…150g
- 卵…2個
- 小麦粉…200g
- ベーキングパウダー…小さじ2
- きび砂糖…40g
- 小麦粉…50g
- バター(b)*薄切りで冷やしたもの…50g



■作り方

- Bはボウルで混ぜ、バター(b)を押しつぶし、ポロポロにして冷やしておく。
- バター(a)、クリームチーズは室温でやわらかくし、ブラウンシュガーを加え、ふわふわになるまで混ぜる。
- 卵を1個ずつ加え、そのつど混ぜる。
- ③にAをふるい入れ、混ぜる。
- オープン皿にオープンシートを敷き、④を流す。
- 表面を平らにしてその上にジャムを広げ、①をふりかけ、180℃のオーブンで25分焼く。
- そのまま冷やし、切り分ける。

(「家の光」2007年5月号 別冊付録「庭先果樹でヘルシー食卓」から 調理指導 小川聖子)

EVENT イベント情報

イベント情報の見方

例)	日付・曜日	開催地区	地図	場所	時間
	4日	三鷹	K	三鷹緑化センター	(13時半~)

7月 JULY

農畜産物直売 野菜や果物・花などの直売	
*毎週・毎月販売する直売所は、下記地図をご覧ください	
1日	国分寺 ◎こくぶんじ朝市 西国分寺駅東側交通広場(9時~12時)
2月	武蔵野 ◎市役所前直売(ほおずき市) 武蔵野市役所前(11時~完売終了) ほおずきなどの鉢花と野菜の直売
4日	三鷹 ◎三鷹産農産物直販 三鷹支店前(10時~) 三鷹地区青壮年部による三鷹産農産物の直売
7日	小平 ◎畑からまっしぐらフェスタ いなげや花小金井駅前店前広場 (9時~完売終了) 小平地区青壮年部によるトマト、キュウリ、ナスなどの夏野菜や花などの直売。お買い上げの方先着300名に花苗をプレゼント。
8~29日	国分寺 ◎青空市 国分寺駅北口(15時~18時)
14日	小平 ◎夏の都市 小平支店(9時~) 小平経済センター直売会による小平産農産物の直売
15日	武蔵野 ◎むチューふれあいまつり むさしの市民公園(武蔵野市役所南) (10時~完売終了)野菜と花の直売
貯金感謝デー 窓口でご入金の方にプレゼント(9時~15時)	
4日	三鷹 三鷹、三鷹駅前、牟礼、中仙川、西野、大沢支店
10日	武蔵野 武蔵野、境支店
11日	小平 小平、喜平町、花小金井、たかの台支店 小金井 小金井、小金井北、小金井東支店
12日	国分寺 国分寺、新町支店

その他 休日ローン相談会やイベント情報など	
2日	武蔵野 ◎夏野菜品評会 武蔵野市役所(10時半~) 武蔵野市で初めての夏野菜品評会
7日	三鷹 ◎大菊作り講習会 K三鷹緑化センター(13時半~) 盆養の胴切・ピンチなどを学べる無料講習会。当日直接会場へお越しください。 講師:三鷹菊友会
	小金井 ◎夏の感謝祭 N小金井経済センター(9時~16時) 野菜などの直売、模擬店の出店(やきそば、フランクフルトなどを予定)
8日	三鷹 ◎グリーンカーテン管理講習会 K三鷹緑化センター(13時半~) ゴーヤのグリーンカーテン管理について学べる無料講習会。当日直接会場へお越しください。
	◎夏の寄せ植え講習会 K三鷹緑化センター(14時15分~) 夏に強い寄せ植えを作る講習会。7月2日9時より店頭電話にて受付。定員20名。会費1,000円。
21日	本店 ◎休日ローン相談会 本店(10時~16時) ※要予約。店頭電話当JAホームページでお申し込みください。

21日	小平 ◎こだいら農業ふれあいツアー 小平市内(8時15分~14時) 市内農家の見学や収穫体験などの農業体験ツアー(昼食お土産付き)※小平市内在住の小学生以上の子どもと保護者対象。定員80名(一組4名以内)。大人1,000円、子ども500円。7月4日(消印有効)までに、往復はがきに「農業ふれあいツアー参加希望」と明記し、①参加希望者全員の住所②氏名③年齢④性別⑤電話番号を記入の上、下記へ(申込多数の場合は抽選)。 〒187-0032 小平市小川町2-1827 JA東京むさし 小平支店 指導経済課
-----	---

8月 AUGUST

農畜産物直売 野菜や果物・花などの直売	
*毎週・毎月販売する直売所は、下記地図をご覧ください	
3日	武蔵野 ◎薬師講直売 延命寺(14時~完売終了) 延命寺薬師講にて野菜と花の直売
25日	国分寺 ◎福祉まつり 国分寺市立やきスポーツセンター(9時~15時) 国分寺地区青壮年部による直売
未定	小平 ◎ブルーベリーまつり いなげや花小金井駅前店前広場(予定)(時間未定) ブルーベリーとブルーベリーの苗の直売(商工会がブルーベリーの加工品を販売予定) ※詳細はホームページに掲載いたします。

貯金感謝デー 窓口でご入金の方にプレゼント(9時~15時)	
1日	三鷹 三鷹、三鷹駅前、牟礼、中仙川、西野、大沢支店
8日	小平 小平、喜平町、花小金井、たかの台支店 小金井 小金井、小金井北、小金井東支店
9日	国分寺 国分寺、新町支店
10日	武蔵野 武蔵野、境支店

その他 休日ローン相談会やイベント情報など	
10日	国分寺 ◎JA東京むさし市民益踊り大会 国分寺支店(時間未定) ※詳細はホームページに掲載いたします。
11日	三鷹 ◎大菊作り講習会 K三鷹緑化センター(13時半~) 柳芽の処理や止め肥、増土などを学べる無料講習会。当日直接会場へお越しください。 講師:三鷹菊友会
18日	三鷹 ◎ダイコンの種まき講習会 K三鷹緑化センター(13時半~) 種まきの方法を学べる無料講習会。当日直接会場へお越しください。※受講された方は収穫祭にご招待いたします。
25日	5地区 本店 ◎休日ローン相談会 三鷹・小平・国分寺・小金井・武蔵野支店・本店(10時~16時) ※要予約。店頭電話当JAホームページでお申し込みください。

貯金感謝デー: 窓口でご入金の方に、野菜や花などをプレゼント(品切れの際はご容赦ください)
*予定は予告なしに変更となる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

農畜産物直売 地産産野菜や花などの農畜産物を直売しています。曜日や時間によって出店します。

<p>A 三鷹駅前支店前 週2</p> <p>営業日:(毎週)土・日曜日 営業時間:10時頃~完売終了</p>	<p>C 国分寺駅北口 週1</p> <p>営業日:(毎週)水曜日 営業時間:(5~9月)15時~18時 (10~4月)14時~17時</p>	<p>F 西恋ヶ窪2丁目市民農園前 週1</p> <p>営業日:(毎週)土曜日 営業時間:(5~9月)15時~17時 (10~4月)14時~16時</p>
<p>B 井口コミュニティ・センター前 月1</p> <p>営業日:(原則毎週)火・金曜日 営業時間:10時頃~完売終了 ※天候等により開催できない場合もあります。詳細は井口コミュニティ・センターへTEL.0422-32-7141</p>	<p>D 国分寺駅南口(ふれあい市) 月1</p> <p>営業日:(毎月)第11日曜日 ※1月と11月は第2日曜日 営業時間:9時~12時</p>	<p>G いなげや西恋ヶ窪店 週1</p> <p>営業日:(毎週)土曜日 営業時間:(5~9月)15時半~18時半 (10~4月)14時半~17時半</p>
<p>H 境支店前 平日</p> <p>営業日:(毎週)月~金曜日 営業時間:10時~12時</p>	<p>E 国分寺駅北口産直センター 週2</p> <p>営業日:(毎週)月・金曜日 営業時間:9時半~12時半</p>	<p>I 小金井タウンショップ 黄金や(こがねや) 毎日</p> <p>営業日:毎日(不定休) 営業時間:10時~20時</p>

販売店舗 新鮮野菜の他、エコープ商品や地方の逸品等を販売している常設店舗です。

<p>J 三鷹経済センター</p> <p>営業時間:9時~16時 定休日:土・日・祝日 ※野菜は販売していません。</p>	<p>K 三鷹緑化センター</p> <p>営業時間:9時~17時 定休日:毎月末(土・日の場合は金曜日)</p>	<p>L 小平経済センター</p> <p>営業時間:9時~16時 定休日:日・祝日</p>
<p>M 国分寺ファーマーズ・マーケット</p> <p>営業時間:10時~17時 定休日:水曜日</p>	<p>N 小金井経済センター</p> <p>営業時間:9時~16時 定休日:日・祝日</p>	<p>O 武蔵野新鮮館</p> <p>営業時間:(1~4月/8~9月)10時~17時 (5~7月/10~12月)10時~18時 定休日:日・祝日 ※土曜日は17時まで</p>

*直売の品目や品数は季節や店舗によって変わります。品切れの際はご容赦ください。

