

ながの地域へ行ってみよう！

管内9市町村の素敵な観光情報をお届けします！



お問い合わせ先 長野地域振興局長野農業農村支援センター
農業農村振興課農村振興係 [Tel.026-234-9592]

「ながの地域」の果物情報や直売所情報はここからどうぞ

ながの果物語り

検索



ながの果物語り



製作：長野地域振興局長野農業農村支援センター

ながの地域の“もも”



長野県の北部に位置し、善光寺平と呼ばれる平坦地と周りの山間部からなる自然豊かな「ながの地域」は全国有数の「もも」の産地です。

千曲川と犀川がぶつかる肥沃で水はけの良い大地と、昼夜の寒暖差が大きい気候が、甘くてジューシーなおいしい「もも」を育みます。春には一面にももの花が咲きほこり、まるで桃源郷のような景色が広がります。

戦国時代に上杉謙信と武田信玄が戦った「川中島の戦い」で有名な長野市川中島町。全国的な人気を誇る「川中島白桃」は、この地で桃の品種改良に取り組んだ池田正元氏（故人）によって生み出され、昭和52年に命名されました。

「桃の王様」とも呼ばれる「川中島白桃」は、全国で3番目に多く栽培されている桃で※、たくさんの人々の“おいしさ”と“しあわせ”をお届けしています。

暑い夏にぴったり！

長野県オリジナル品種 「なつっこ」



「なつっこ」は長野県果樹試験場で誕生したももで、2000年（平成12年）に品種登録されました。生産量全国 No.1の「あかつき」とNo.3の「川中島白桃」を親に持ち、両方のいいところを受け継いでいます。

収穫時期は「川中島白桃」より一足早く、その名の通り夏真っ盛りの8月上旬から下旬頃です。

ミネラルと水分豊富でとっても甘い「なつっこ」を食べて、暑い夏を乗り切りましょう。

※令和元年産特産果樹動態等調査より



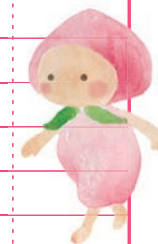


今が旬 食べごろ カレンダー

ながの地域のももたちは、
7月の下旬頃から、品種ごとに
おいしい旬の時期をおかえます。
試食できる直売所も多いので、
ぜひお立ち寄りください。
お好みのももを探してみても
いかがでしょうか。



7月		8月			9月
中 旬	下 旬	上 旬	中 旬	下 旬	上 旬
サマークリスタル					
	あかつき				
		白鳳			
		川中島白鳳			
			ワッサー		
			なつっこ		
				川中島白桃	
				黄金桃	



「あかつき」

「白桃」と「白鳳」の
かけあわせ。全国で最
も生産量が多い品種で
す。重さは200～250g
で、糖度が高く酸味は
少なめ。適度な歯ごた
えがあります。



「なつっこ」

「川中島白桃」と「あかつき」
のかけあわせ。長野生まれ
です。重さは 300～350 g
で、果肉は軟らかめ。酸味
が少なく糖度が高いです。



「白鳳」

「白桃」と「橘早生」
のかけあわせ。全国で
2番目に生産量が多い
品種です。重さは230
～250gで、糖度が高
く酸味は少なめ。果汁
がたっぷりでジュー
シーなももです。



「川中島白鳳」

「川中島白桃」と「愛
知白桃」のかけあわせ。
長野生まれです。重さ
は 300g 前後で、糖度
が高く果肉はやや硬
め。日持ちが良いので
盆前の贈答にも適して
います。



「川中島白桃」

長野市の川中島で誕生した
品種です。長野県を代表す
るももで、全国で3番目に生
産量が多いももです。重さ
は約250～350 g と大きめ
で、糖度が高く、甘くて硬
めの果肉が好きな人におす
めです。



「黄金桃」

長野市川中島で誕生した品
種で、果皮・果肉ともに黄
色いももです。重さは 300g
前後で、果肉は軟らかく、
強い甘味とほどよい酸味が
あります。熟すとトロットし
た口あたりになります。



こちらも
オススメ！

ももの仲間たち

ながの地域では、爽やかな酸味や独特な食感が
楽しめる「ももの仲間」の生産も盛んです！

ネクタリン「サマークリスタル」

ネクタリンはももの変種で、果実の表面に毛がなく、
爽やかな酸味が楽しめます。
「サマークリスタル」は長野生まれの品種。皮は真っ
赤ですが、中は白く
てもものよう。他の
ネクタリンと比べて
甘味が強く、酸味が
少ないので食べやす
いのが特徴です。



「ワッサー」

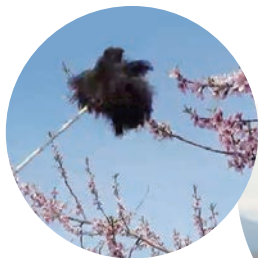
ももとネクタリンのかけあわせで、ながの地域（須
坂市）で偶然生まれた品種です。大きさはもも
の中では小ぶりで、鮮やかなオレンジ色の果肉が特
徴です。ももの甘さ
とネクタリンの酸味
が融合した絶妙な味
覚と、「こりこり」と
した独特な食感は一
度はまるごとクセに
なるかも。





摘蕾・摘花をします

ふくらみはじめた蕾を取り除いて数を調整し、花が咲いた後さらに樹全体の様子を見て花を摘みます。



受粉作業をします

毛ばたきの先に花粉をつけ、花をやさしく撫でるように受粉させます。



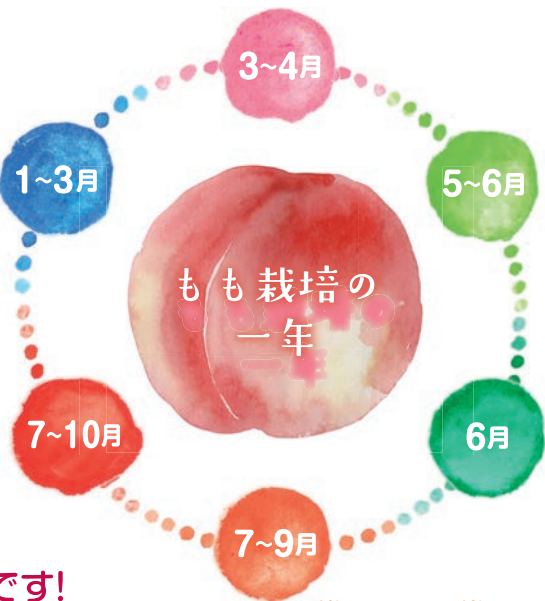
摘果をします

果実を大きく、おいしく育てるため、収穫したい実を残して他の実を落としていきます。



枝の剪定をします

樹が休眠している冬、雪の中での作業です。実にまんべんなく陽があたるように、余計な枝を切り落とします。



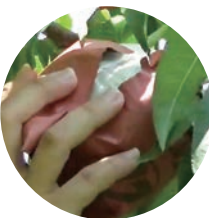
待望の収穫です!

実全体が綺麗に色づいたら、いよいよ収穫! 大きさ、色、傷の有無などを見ながら、一つずつ丁寧に収穫します。



袋かけ・袋はずし

実がある程度大きくなると、光を遮る特殊な袋を被せます。袋により病気や傷から守られ、綺麗な実に成長します。収穫の10日ほど前に袋を外し、日光に当たると、白い実が赤く色づきます。



教えて! もものQ&A

地元の生産者さん、JAの技術員さん、普及指導員さんに、気になるもものひみつを聞いてみました。



Q

どうしてももの表面に毛が生えるの?



A

傷や病気から実を守るためです

表皮のうぶ毛は、「毛じ(もうじ)」と呼ばれます。水をはじく他、害虫や傷から実を保護し、病気にかかりにくくする効果があると考えられています。洗っていないものに皮膚が触れると「毛じ」が刺さり、痛みやかゆみを感じることがあります。慌てて掻いたりこすったりせず、水でよく洗い流しましょう。

Q

おいしいもの選び方はあるの?



A

色づき、形、香りがよいものを選びましょう

おいしいもの見分け方はいくつかありますが、
●皮全体が色づき、緑色の部分が薄い
●傷がなく、香りがよい
●形が左右に整ってふっくらと丸い
●「毛じ」が寝た状態でびっしりと生えている
などがあげられます。

ももはとてもデリケートな果物なので、選ぶときには直接手で触ったり、指で押したりしないようにしましょう。

Q

ものおいしい食べ方は?



A

冷やし過ぎに注意しましょう

ももは冷やし過ぎると甘味を感じにくくなってしまいます。食べるまでは、常温で風通しがよく、直射日光が当たらない場所で保存しましょう。食べる1~2時間前に冷蔵庫に入れておくと程よく冷え、ひんやりとした甘いももを楽しむことができます。また、切ったももは空気に触れると酸化して茶色くなってしまいます。この現象を「褐変」といいますが、塩水にくぐらせたりレモン汁をかけたりすることで抑えることができます。