

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ちらからどうぞ

ながの果物語り

検索



ながの果物語り



ながの地域

りんご物語



製作：長野地域振興局長野農業農村支援センター

ながの地域のりんご

長野県では明治7年にりんごの苗が配布され、
現長野市真島、赤沼地区などでりんご栽培が始まり、
県内で最も古い産地とされています。

先人たちは苹果（へいか）と称された
その未知のアメリカ産りんごの栽培に挑戦し、
試行錯誤を繰り返して産地を作りました。
それが今に続いています。

ながの地域の畑は標高300m～900mと幅広いことから、
色々な品種を栽培することができ、“県内で最も多くのりんごの
品種が栽培されている”といわれています。

また、昼夜の寒暖差により、甘く実のしまった果実ができます。

さわやか 夏りんご

長野県オリジナル品種 「シナノリップ」



「りんご」といえば秋の代表的な果物ですが、夏でもおいしいりんごが
食べたい、そんな想いから、この「シナノリップ」は生まれました。

りんごは一般的に暑い日が続くと色付きが悪く、果肉が柔らかくなって
しまいますが、「シナノリップ」は暑い夏でも、綺麗な赤色でシャキッとした
歯ごたえが楽しめます。

果汁が多く、とてもジューシーで、酸味と甘みのバランスが良く、
日持ちもするすごいりんごなのです。

直売所などで見かけたら、ぜひお召し上がりください。





一か所、5〜6輪のうち
中心の花が一番最初に咲きます。

霜の被害に
注意します

4月

りんごの花が
咲き始めます

5月上旬に
お花見ドライブなんて
いかがですか？

5月

花が満開！
受粉の季節です



受粉作業をします



蜂による受粉



人による受粉

できか
摘果作業を繰り返します

果実を大きく、おいしく、そして、来年
も樹が元気に実をつけるように、作業
を数回行います。いつ、どれを落とす
か見極めが大切です。

あら摘果

中心の果実を残して、
他は取り除きます。

仕上げ摘果

葉の枚数に合わせ、形
や肥大の悪いものを取り
除き、残す果実は全
体の25%ほど。



6月〜
8月

小さな実が
つき始めます



草刈り、枝整理、支柱たてなど
収穫に向けての管理作業が続きます。

ひょう
台風や雹の被害に
遭うことも…

虫や病気、鳥との
闘いも…

りんごの実が
色づいてきます



8月〜
10月

玉まわし・葉摘み作業をします

果実を覆う葉を取り除いたり、果実を回すことで光を
当て、色づきをよくします。



Before



After

実が色づき
いよいよ収穫！

8月〜
11月

待望の収穫です！

いよいよ収穫！
色や形を見ながらひとつ
ひとつ丁寧に収穫します。

1月〜
3月

葉が落ち
樹もひと休み…



せんてい
枝の剪定をします

雪の中での作業です。
どの枝を剪定するか、農家
さんごとに、こだわりは様々。
これぞ匠の技！



りんご狩りや直売所で
採りたてのりんごも
味わってください





ながの地域のりんごたちは、
8月の中旬頃から、品種ごとに
おいしい旬の時期をおかえます。
試食のできる直売所も多いので、
ぜひお立ち寄りください。
お好みのりんごを探してみても
いかがでしょうか。

シナノリップ

「千秋」と「シナノレッド」のかけあわせ。長野生まれです。シャキッとした歯ごたえで、暑い夏でも美味しく食べられる品種です。



つがる

「ゴールデンデリシャス」と「紅玉」のかけあわせ。「つがる」を無袋栽培（袋をかけない栽培方法）したものが「サンつがる」です。



シナノピッコロ

「ゴールデンデリシャス」と「あかね」のかけあわせ。長野生まれです。丸かじりしやすい小ぶりで、しっかりとした歯ごたえです。



シナノプッチ

「つがる」と「さんさ」のかけあわせ。長野生まれです。皮が薄くて、甘みが強く、酸味が少ない、丸かじり向きの品種です。



シナノドルチェ

「ゴールデンデリシャス」と「千秋」のかけあわせ。長野生まれです。甘みと酸味のバランスがよく、果汁が多いのが特徴です。



8月		9月			10月			11月			12月		
中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬
シナノリップ													
		つがる											
			シナノピッコロ										
			シナノプッチ										
			シナノドルチェ										
					秋映								
						シナノスイート							
						シナノゴールド							
										ふじ			
		ブラムリー											
					紅玉								
											グラニースミス		



秋映

「千秋」と「つがる」のかけあわせ。長野県生まれです。果汁が多く、シャキッとした歯ごたえ。色が濃いのが特徴です。



シナノスイート

「ふじ」と「つがる」のかけあわせ。長野生まれです。風味がよく、甘さが際立ち、果汁もたっぷりです。



シナノゴールド

「ゴールデンデリシャス」と「千秋」のかけあわせ。長野生まれです。色が黄色く、適度な酸味と甘みのバランスが絶妙です。



ふじ

「国光」と「デリシャス」のかけあわせ。酸味が少なく、甘みが強く、蜜も入りやすい品種です。



クッキングアップル

こちらもおススメ！

ながの地域では加熱調理してもおいしく食べられる加工向きのりんごも作られています。アップルパイやジャムなどにいかがでしょうか♪

ブラムリー

ジャムやシードルなどの材料に適した爽やかな酸味を持ち、すぐ煮溶けるのが特徴です。加熱後も香りが持続するため、スイーツから肉料理まで、様々な料理の材料として使えます。



紅玉

酸味が強く、煮崩れしにくいので、アップルパイやタルトなどに適しています。酸味が好きな人は、生でそのまま味わうのもおすすめです。



グラニースミス

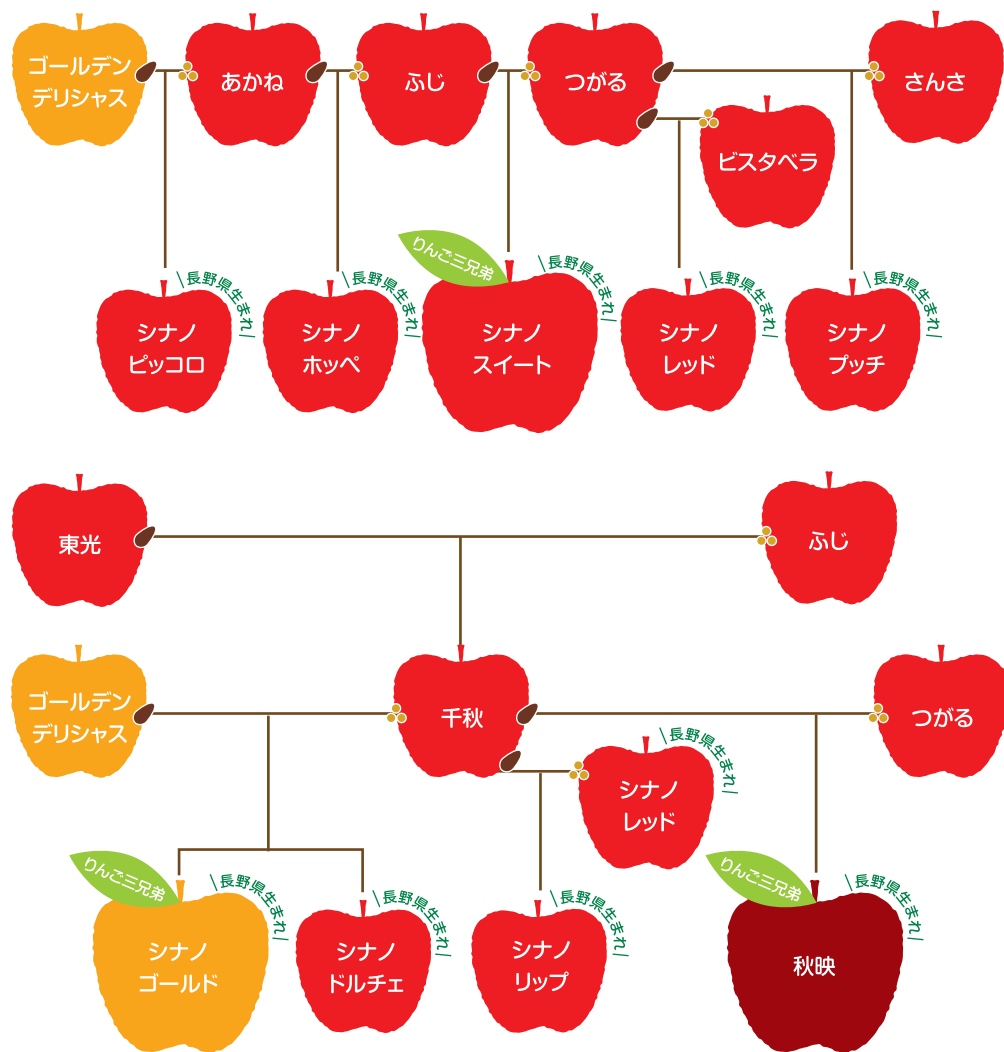
とても香りの良いりんごで、煮崩れにくく、加熱によってさらに香りが増します。強い酸味と固めの肉質から、アップルパイやタルトタタンに最適です。



ながので生まれたりんごたち

長野県生まれのりんごたちの一部です。

色々な品種のりんごたちが、農家さんや果樹試験場によって開発・育成されています。

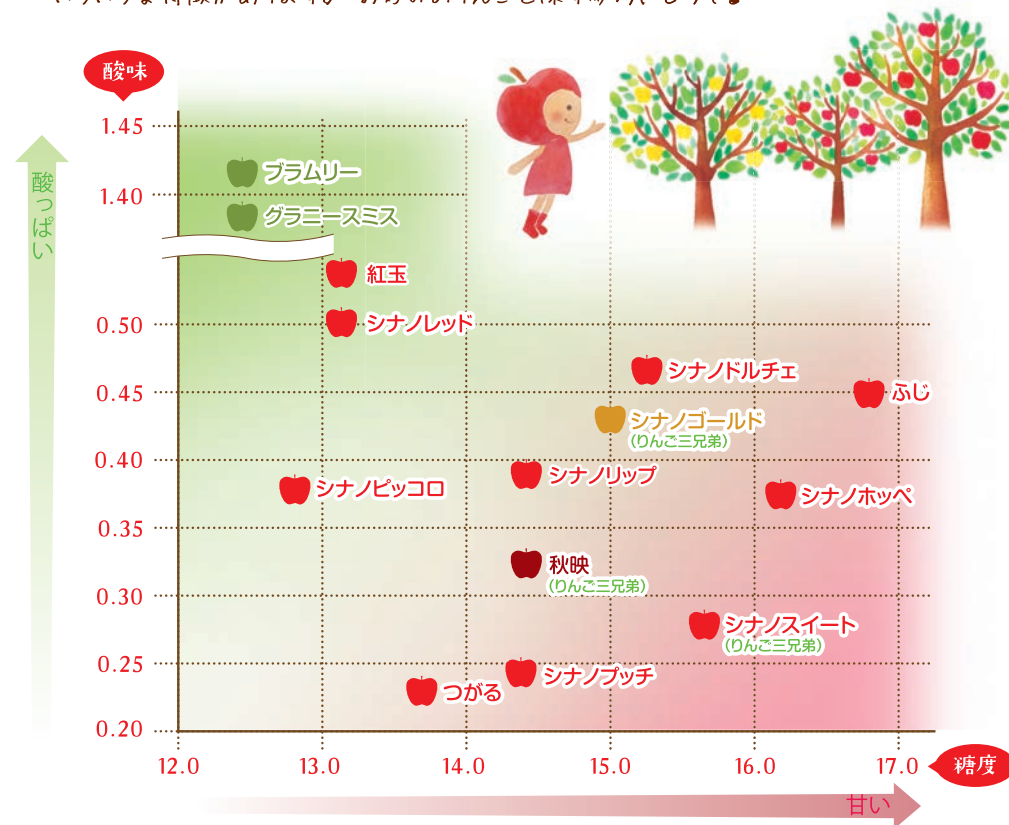


● 種 ● 花粉

※「りんご三兄弟」は、全国農業協同組合連合会の商標登録です。

ながののりんごはどんな味？

ながの地域のりんごたちは、酸味の強いりんご、甘みの強いりんご等、いろいろな特徴があります。お好みのりんごを探す参考にどうぞ♪



ちよこっ&コラム



樹齢約140年…
明治12年ごろ植えられた

(千曲市教育委員会 所蔵)

この写真は、千曲市にある長野県で現存する中で最も古いと言われている国光(「ふじ」の種子親)りんごの樹です。この樹は、今も大事に手入れをされ、りんごの実をつけています。長野県りんご生産量が全国第2位に成長した、果樹発達史上記念すべき存在であると共に、りんご技術発達の全過程を生き抜いてきた貴重な生証人と言えるでしょう。

教えて！りんごの Q&A

地元の生産者さん、技術員さん、普及指導員さんに、
気になるりんごのひみつを聞いてみました。



りんごの蜜の
正体は？



A 「ソルビトール」という糖質アルコールの一種です。

ソルビトールは、葉の光合成によって作られますが、りんごが完熟すると、糖分に変換するのをやめてしまいます。これが果肉の細胞間に貯まると、りんごの「蜜」になります。つまり、蜜が入っているりんごは、ソルビトールがこれ以上糖に変換できないくらいに、完熟しているりんごなのです。（なお、品種によって、もともと蜜が入らないものや、早い時期から蜜が入るものもあります。）



どうしてりんご
には色んな色があるの？

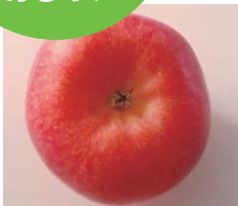


A 色の違いには「色素」が関係しています。

色素には、赤い色素「アントシアニン」、緑色の色素「クロロフィル」、黄色の色素「キサントフィル」などがあり、りんごに含まれる色素の量によって、色も異なります。「りんごといえば赤」というイメージを持たれる方が多いかもしれませんが、品種によって、この色素の量もさまざまなのです。味はもちろん、目でも楽しめるのが、ながのりんごのいいところですね。



おいしいりんご
の見分け方は？
あるの？



A 「色」や「お尻」に注目！

太陽の光を浴び、しっかりと色づいているものは、味も濃くおいしいりんごです。また、りんごのお尻（底の部分）が広がっていて、ふじなら黄色く、その他の品種なら黄緑色になっているものが食べごろです。ちなみに、直売所等に並ぶりんごは完熟、とれたてのものが多く、ここでしか味わえない旬の味を楽しむことができますよ！



りんごを
おいしく保つ
秘訣は？



A 「低温」と「湿度」を保ちましょう。

温度を低く保ち、乾燥させないことが重要です。ポリ袋などで湿度を保ち、日の当たらない涼しいところで保存しましょう。冷蔵庫に入れる場合も、ポリ袋で湿度を保つことが大切です。また、切ったりんごは断面が空気に触れると酸化して茶色くなります。この現象を「褐変」といいますが、塩水にくぐらせると防ぐことができます。



（古くなった）
ぼけたりんごの
おいしい食べ方が
知りたい！



A 煮ることで、香りや味が長く楽しめます。

長野県では採ってから時間がたったりんごが柔らかくなることを「りんごがぼける」と言います。りんごをたくさん買ってぼけてしまっても心配いりませんよ！煮て、冷凍しておけば、夏にシャリシャリの冷たいりんごがおいしくいただけます♪凍ったままフルーツポンチやヨーグルトに入れておやつにどうぞ。



りんごを栽培
していてよかったな！
と思えることを
教えて！



A お客様の笑顔が一番です！

1年間、あれやこれやと作業を重ね、災害も乗り越え、秋に無事、収穫ができた時はとてもうれしく、りんご達をいとおしく思います。そして、それがお客様の手に渡り、笑顔で「おいしい」と言っていただけた時は栽培していてよかったなと思います。「おいしかったからもう一箱お願い!!」なんて追加注文された時は最高です。