

いつもありがとうございます。

W24 青果発注書をお送り致しました。

御注文のほど、何卒よろしくお願い申し上げます。

### 兵庫県淡路島産伊吹さんの特別栽培新玉ねぎ IBUKI



例年と比べてまだまだですが一時と比べて相場もだいぶ回復してきました。

玉ねぎの生食での甘みの感じやすさは順に極、早生種> 早生種> 中生種> 晩生種となります。

サラダに使いやすい順番とも言えます。

写真の玉ねぎは伊吹さんの新玉ねぎです。

品種は七宝。この品種は早生種ですが極早生種に近い

甘みを感じる玉ねぎです。改めて測定した糖度は 11.2 という数値でした。

6月の月間テーマは血液サラサラです。

玉ねぎの辛み成分である、アリシンは血液の中の血小板が固まるのを防ぐ働きがある為血流の改善が期待できる成分です。

このアリシンは水に溶けやすい性質の為、生で食べるのがお勧めです。

なんにでも使える万能野菜である玉ねぎなら、伊吹さんの玉ねぎをお勧めします。

カラーバリエーションの赤と白もよろしく願います。(吉田麻衣)

・熊本県産 特別栽培 田畑さんの『夏のサラダオニオン』



いつも思うのですが、本当に玉ねぎを生で食べる機会が多い時は、新玉ねぎのあの瑞々しさと、柔らかさに富んだ早生品種が市場から消えています。

これを解決するために、今年は2月3月の田畑さんの新玉ねぎを貯蔵してみました。

一定量の歩留まり現象は覚悟して、今年は玉ねぎの相場が低迷したこともあり、貯蔵してもそれなりの価格で出荷できるのではないかと思いました。

思ったほど糖度は上がりませんでした、それでも10度近くはあります。

弊社は冷蔵庫の温度帯が1~2℃、7℃、10~12℃、と温度帯が3種類の冷蔵機能を活用していますので、これにトライしてみました。

商品名も標題のように『夏のサラダオニオン』として、デリシャス新玉ねぎとは一線を画した企画にしています。

元々、玉ねぎに含まれるケルセチンは、最近視聴率が上がっている『林修の今でしょ！』のテレビ番組でも取り上げられているように、血液サラサラに効果を持つようです。

熱にも強いので加熱した食べ方も良いのですが、

暑い時にじっくり玉ねぎを炒めたり、天ぷらにしたりなど、考えただけでも、汗が出て来そうです。

番組によると、ごま油との相性が良いようで、サラダドレッシングにごま油を数滴垂らすのも良いと思います。

『 with コロナ 』なる言葉がよく使われるようになりましたが、私はあまり好きになれない言葉です。

政府にくっついている広告宣伝会社が、もっともらしい言葉を作って、私たちの気分を操られているような気になってしまいうのです。

コロナが切っ掛けで、ひとが健康を更に意識するようになった事は良いことだし、健康を意識することは、ドラッグストアより食品スーパーマーケットに注目が集まることも自然な流れだと思います。

しかし、『 三密 』を避ける事も度が過ぎて来たように思います。

レストランは、入っても一体何処に座れば良いのか、分かりにくくなりました。

せっかく家族・知り合いで食事を共にして楽しもうと思っても、向かい合わせに座れないでは何か変な感じですか。

毎週乗る小豆島フェリーも、椅子が数脚撤去されて広いのは良いのですが、何か間が抜けてしまっています。

そもそも感染は飛沫感染より、人から物、物から人への接触感染の方が割合的には高いのではないかと考えています。

マスクも大事ですが、手袋の方がより大切だと考えて来ました。

その意味では手洗いや消毒が一番の予防策だと思いました。

お店に入るときには、必ず入り口で手の消毒をします。

見ていると、多くの方がそうしておられます。

これは、そのお店に対する礼儀だと思え、みんながそのお店を大切にすることはとても良い事だと感じています。

私たちの出荷場では、入場する時、手と靴底の消毒を励行しています。

外部の方が一番触るのがフォークリフトですので、運転席に消毒薬を載せ、必ずハンドル等を消毒する決め事を作りました。

それでも、感染する時はするので、今秋の本格的な流行に備えて、掛かっても重篤に至らず済む身体を準備することに留意したいと思います。

感染予防と、健康増進は、共に大事ですが、根本的には外からと内からと、両面での作戦が重要だと思います。

**・宮崎県産 特別栽培 風土の『ごん太ズッキーニ』**



ゴーヤは好きではないので、ほとんど食べませんが、

ズッキーニは普通に食べます。

ズッキーニはサイズこだわりがあり、取り扱うのは 25cm～30cm 程度のサイズです。

このサイズを好むのは、第一に完熟であることで、

大体この程度のサイズになると味がのって来ています。

そして、同じ意味ですが、やはり見た目の商品力が違います。

最近よく**人間力**と聞きますが、そういう意味では『**ズッキーニ 力**』です。

共通しているのは、中身の充実が外にエネルギーとなって発散されるのだと思います。

前項の玉ねぎもそうですが、やっぱり美しいし、

お客様の『**気**』を惹きます。

今年私どもの商品で爆発したピーマンも、

やはり、商品力があります。

今年の初め、彦根にある P マート、パリヤさんの赤松バイヤーが売り場でお客様から、ピーマンを褒められましたと報告がありました。

自分で選んで売り込んで来た商品を褒めてもらってバイヤーも嬉しそうでしたが、私も嬉しかった。

ちなみに、本年 1 月～5 月までの累積で、既に昨年一年間累積の 362%にも達しています。

相場制で農家とは契約していますので、今年は高い相場でしたが、更に高いピーマンにも係わらず、

本当はもっと大きく成るのを待って出荷したいのですが、注文が殺到していて、次々に収穫しないと間に合わなかった様子でした。

価格より、商品力で売ることが、八百屋の原点のような気がします。

『暮らし応援』と『健康応援』と、選択は難しいところです。

ひとつの商品で両方を兼ね備えることは難しいので、両方の軸を揃えるしかないように思います。

・高知県産 特別栽培 四万十源流生姜

・宮崎県産 有機栽培 生姜



少しずつ暑い日が増え始めてきましたね。

個人的には寒いよりも、暑い日の方が得意なのですが、

近年の暑さは冷房をつけないと、車は運転できなくなってきました・・・

暑くなればなるほど、使用頻度が増える生姜は、

主としての食材としてはなかなか少ないけど、

薬味としての用途は様々あります。

私は冷ややっこやそうめんの薬味にするのが大好きです。

また、ご存じだと思いますが、生姜は生薬としても用いられています。

コロナウイルスが終息せず、第二波、第三波と報道され、

今後も油断できない日々が続いていきます。

薬やサプリメントを否定はしませんが、食物が本来持っている栄養成分を摂取し、免疫力アップ、健康増進させる方が健全なような気がします。(有安海)

## アルファアの国産南瓜

しばらくご提案できていない南瓜ですが、w25より案内ができるので年末までの南瓜のスケジュールを報告させていただきます。

えびす南瓜 ……w 2 5～長崎県産特別栽培～w 3 1

恋するマロン……w 2 7～鹿児島産特別栽培・宮崎県産特別栽培～熊本県産特別栽培～（長野県産）～北海道産特別栽培～w48

w 5 0～長野県産・熊本県産特別栽培

こぶき南瓜 ……w 4 8～北海道産～w 5 0

天候により前後したりしますが今年は概ねこのスケジュールでのご提案となります。

今後、月間テーマ・Nourishing Vegi・強化品目として様々提案させていただきますので宜しくお願い致します。(吉田 麻衣)

## ・8 月 月 間 テ ー マ パ ネ ル

熱中症対策

生津止渴  
津液(体液)を  
生じさせ潤す

解暑  
体の余分な熱も取り除く

清熱  
解熱作用

健脾  
脾胃の働きも正常にする

旬の食材で、熱中症に備える

～ミネラル補給と水分代謝をよくする食材を～

ミネラル  
ビタミンB1 疲労物質を分解  
マグネシウム エネルギー変換時に必要  
抗酸化成分

http://www.alphar-net.com/

## 6 月 月間テーマパネル



## 7 月 月間テーマパネル



コロナが小休止している間に、身体の事に取り組むことを御提案申し上げます。

少し古い言葉で恐縮ですが、ソフトとハードは両輪です。

ビジネスが発展するためには、この両輪がバランス良く備わった時に前に進む力となるような気がしています。

二十歳過ぎにマクロビオテックに出会い、以来食べ物を『陰と陽』で捉えて来ました。単純に身体を温めるか冷やすかでしかありませんでした。

でもこの数年、中医学の陰と陽に五行を加えて物事を知るようになると、2の7乗くらいバリエーションが広がり頭の中では整理しきれなくなりました。

熟練すれば、応用が利くようになるのかも知れませんが、そこまでは今世では無理なような気がして来ました。

そこで覚えるしかないし、覚えられなければ記録しておいて、いつでも調べられるように手元に置いておくことで解決しようとなりました。

その記録が『野菜百貨』です。

この野菜百貨を月間テーマに沿って編集しています。

6月を Excel 添付ファイルにして、例としてご参照下さいませ。(7月以降は御希望に沿ってお届けします)

『青果販売の基礎知識』としてまとめたファイルが基礎になっています。



感染症に続き、熱中症に対応しなければいけないなんて、どうも変ですね。

『対策』しなくても良い身体を作る事の方が前向きで大切な気がして来ました。

選民思想による愚民政治が作り出す、商品キャッチコピーのような言葉で振り回されるより、より核に近づく本筋を発見して、御提案したいと考えています。

有限会社アルファー

吉田清一郎