

# ふるさとの 育む人

#16「きゅうり」



よしかつ  
育む人 遠藤 義克さん

横手市平鹿地区・72歳。農業歴56年。きゅうり(80坪ハウス×1棟、70坪ハウス×1棟、露地13a)、水稲2haを栽培。

## 暑さ対策に、“きゅうりピズ”！

夏野菜の代表格のひとつ、きゅうり。その主成分の90%以上は水分ですが、ビタミンやカルシウム・カリウム・鉄などのミネラル、食物繊維をバランス良く含みます。さらに、身体にこもった熱を取り除くという、熱中症や夏バテ予防に嬉しい効果も！このため、JA秋田ふるさときゅうり部会(部会員数84人)では、現在、JA全農あきたとの連携により、『クールピズ』ならぬ“きゅうりピズ”のキャッチコピーを掲げ、健康的な暑さ対策を呼びかけています。



## きゅうり部会のつながりは、この上ない魅力

部会員のひとり、遠藤義克さんは、農業歴56年。枝豆やはと麦などの栽培を経て、30年前、減反としてきゅうり栽培を開始。以来、米と合わせきゅうり栽培ひとすじを貫いてきました。その理由を、義克さんは、「きゅうり部会における部会員同士の交流がとにかく面白いから」と笑顔で強調します。



妻の敬子さんの実家から苗をもらってきたことをきっかけに、当時、300本の苗から栽培を開始。部会員同士が当たり前に情報交換を行い、栽培技術を惜しみなく教え、互いの生産につなげていく部会の姿勢に、義克さんは「この上ない魅力と楽しさを感じた」と振り返ります。

## 長期生産の秘訣は、部会員同士の支えあい

その後、着実に規模を拡大し、現在は、ハウス・露地合わせ1,200本を栽培。ピーク時には、1日900本を出荷するなど、部会の優績生産者のひとりとして活躍しています。



雪解けが遅かった今年、義克さんのハウスでは、2週間ほど作業が遅れましたが、その後の収量や露地ものには幸い影響はなく、順調に生育。夏秋採りのきゅうりの出荷は、7月下旬にはピークを迎え、10月中旬までと長期にわたって続きます。

「暑さを乗り越え長期生産し続ける秘訣も、やはり部会員の存在あってこそ。それぞれの管理に見える畑も、実は、皆で一緒になって生産している」と、笑顔で語ります。

## きゅうりと仲間を愛するプライド

72歳を迎えたいま、「いかに長く生産するか」を目標に据える義克さん。「大好きなきゅうりを、一日でも長く続けたい」と、現役にこだわるその真摯(しんし)な眼差しからは、きゅうりとその仲間たちを愛する熱きプライドが感じられます。

簡単レシピで美味しく“きゅうりピズ”！

『和風きゅうり』

【材料】(2人分)

きゅうり: 4本、塩: 少々、すりごま: 大さじ1

(A) ごま油・しょう油・鶏がらスープ(顆粒): 各大さじ1

【作り方】

- ①きゅうりを麺棒でたたき食べやすい大きさにちぎる
- ②塩で揉み込んだ後、10分置いて水分を切っておく
- ③(A)を加え混ぜ、すりごまを和えたら出来上がり！