



産直ニュース（農・畜・水産）51週号



生活クラブの産直材は、より美味しくより安心して頂ける様に生産者を指定しています。このため、天候・生育状況等によってはお届け週が予定変更になる場合や、緊急にお知らせが必要な場合もありますので、本ニュースで産地の状況をお知らせします。 生活クラブ関西

*納品書「次週以降のお届け」が上手く機能していません。果物類お届けは下表をご参考にして下さい。

今後のお届け品スケジュール

単協支所	大阪				京都		奈良	滋賀
	茨木	豊能	香里	門真	平野	西	東	奈良
登録いちごB(!)								
51週	予約みかん⑩						ふじ⑤	
52週	- - - -							
登録いちごA				予約いちご①				
1週	予約みかん⑪				ふじ⑥			
登録いちごB			予約いちご②			キウイ①		
2週	予約みかん⑫(追加企画)			スイートスプリング①			ふじ⑦	
登録いちごA			予約いちご③			キウイ②		
3週	早生しらぬい①			スイートスプリング②			ふじ⑧	

*(!)は調整の可能性有ります。

お知らせ 産地情報

配達品（中でも特に生鮮品）については、配達当日に異常が無いかを確認して下さい。

もし異常が発見された場合は、配達当日に担当事業所までご連絡頂きますようお願いいたします。

■2週配達国産牛

「2週(1月13日～17日)配達の国産牛は、年末年始の食肉処理場休日のため、通常より消費期限が1日短い設定となっております。配達後は消費期限日をご確認いただき、早めにお使ください。」

■みかんに含まれるβ-クリプトキサンチンって何だ!?

農研機構果樹茶業研究部門では、ミカンの摂取がどのような生活習慣病の予防に役立つかを明らかにするために、国内有数のミカン産地である静岡県三ヶ日町の住民を対象にした栄養疫学調査(三ヶ日町研究)でみかんに含まれるβ-クリプトキサンチンの有用性を検証したそうです。

この調査結果から「みかんが色づく」ということわざの裏付けとして、この物質(クリプトキサンチン)が大きく関係していることがTVなどでも紹介されています。

◇みかんを食べることで確認された効果は

- ・骨粗しょう症リスクの低減
- ・脂質代謝異常の発症リスク低減
- ・肝機能異常症リスク低減
- ・動脈硬化発症リスク低減
- ・2型糖尿病発症リスク低減
- 等々です。

そのほか、柑橘類全般に多いビタミンCの効果として

- ・免疫力を高める
- ・悪玉コレステロールの抑制

等も備わっており、この時期しっかりと旬のみかんや果物を摂取したいものです。

*β-クリプトキサンチンの含有量はみかんやポンカンなどの柑橘類に多く含まれ、特に温州みかんは含有量が非常に高く、1日に必要なβ-クリプトキサンチン摂取量はみかん2～3個で充分だそうです。

*みかんはもはや嗜好品ではなく冬の常備食ですね!



◇みかん追加受付中!!

予約みかんのお届けは、予想より収穫量が多く、2週まで追加を受け付けています。配達担当者にお申し出下さい。

←豊共園：宮本さん

「採り始めてからの玉伸びが良く、予測量を上回る収穫状況です。是非追加注文をお願いします!」

←収穫・貯蔵中の晩生種みかん

本年もお世話になりありがとうございました。 来年も宜しく願い申し上げます。