

＜2025年度 生活クラブ農園・あきる野産 野菜 生産者へのメッセージ＞

※「生活クラブ農園・あきる野」産 野菜のよやく利用は、以下の地域の組合員のみ限定取組みです (2026年3月末現在)

あきる野市、日の出町、青梅市、福生市、羽村市、瑞穂町、武蔵村山市、昭島市 (配送：青梅センター)

東大和市、立川市、東村山市、東久留米市、清瀬市 (配送：東村山センター)

季節ごとの野菜 2～4 品目が 5 月～9 月・11 月～1 月・3 月に毎週届きます

☆お問い合わせ、よやく野菜申し込みはこちらまで!

東村山センター・青梅センター TEL:042-452-9797(コールセンター)

品目【品種】	組合員の声
赤玉ねぎ 【湘南レッド】	苦味が少なく彩り良いのでサラダにぴったりでした。普段自分では購入しないお野菜だったので、お料理の幅も広がり楽しめました。
	サラダでとっても美味しくいただきました。色もキレイ!
	甘くてとてもおいしかったです。色がきれいでサラダのアクセントにもなりました。ありがとうございます。
	うすくスライスし、ちょっと塩をかけてみたのですが、それだけですごくおいしかったです。あとは炒め物にしました。赤玉ねぎは珍しい感じで、いろいろにもよきれいで嬉しいです。大切にいただいています。ありがとうございます。暑い中の作業お疲れ様です。
	サラダに美味しかったです。甘酢づけ作ってみます。大きさが我家にはちょうど良い!
玉ねぎ 【泉州甲黄高】	柔らかく甘みがあり美味です。
	スライスして三杯酢につけています。冷蔵庫保管してサラダや肉などのつけあわせにすぐ食べられるので、甘みがあって重宝しています。
	玉ねぎ5個届きました。色々な大きさがありましたが、しっかりとした玉ねぎでした。早速カレーを作りましたが、とても美味しく炒め物もしたいと思います。大きく成長して良かったです。
甘とうがらし 【万願寺とうがらし】	大きくて存在感ありますね～ホント柔らかい余り、火を入れなくてもいただけますね。
	いつもおいしく頂いています。安心して食べられる事が一番です。そしてやはりおいしいです。ご苦労も多いでしょうがこれからもお願いします。
	万願寺とうがらしは今が食べ頃なのかと思うくらいつやつやして長くて、どう調理しようかと考えました。素焼き最高でとても甘かったです。いろいろな形が実って夏野菜の一つですね。
	暑い中での作業おつかれさまです。野菜を美味しく食べています。ありがとうございます。
	時々辛いのもありますが、笑。多めの油で焼いて塩って食べるのがシンプルにおいしく気に入っています。
オクラ 【八丈オクラ】	・生でも柔らかくとても美味しかったです。
	・50年前東京へ来てから生で食べたことがなかったので、子どもの頃畑で作っていたオクラを毎日生で食べていたのを思い出し、とても懐かし、「美味しい」と声を出したほどです。ありがとうございました。
	・昨年から申し込んでいますが、前年は食べきれなくていましたが、今年はどんなのがくるのか楽しみに待っています。
	軽くゆでてそのまま付け合わせに、生でも大丈夫ですか?～無農薬栽培、これからも期待しています。
	毎回あきる野野菜、楽しみにさせて頂いています。オクラは大きくて普通でしたらごわごわしてしまうのに、こちらのオクラは柔らかく、甘く、とてもおいしいですね。暑い盛り汗を流して作って頂いた貴重なお野菜、心から感謝致します。熱中症にくれぐれもお気を付けてくださいませ。
	美味しかったです。八丈出身の方が生でおろして食べたものだよ!と言われ試した時のねばりはすごかった。今年ももうこのオクラとはさよなら、また来年楽しみにしています。(後半たまにすじっぼいのもありました。)
	いつもどうやって食べよう?と悩むのですが、周りの人に聞いてふつうに焼いて塩こしょうでおいしく食べられると言うのでマネしてみました。アスパラのような?皮に甘みがあって、こげ目がつくくらい全面焼いて塩振っただけですが、とってもおいしかったです。3cm長さくらいに切ってやくと皮の筋も気にならず食べられますね。届いた当日に作るのがやっぱり一番美味ですね～
かぶ 【あやめ雪】	直ぐに煮えるので忙しい朝(お弁当作り)にもピッタリでした。薄切りにして塩こうじに漬けておしんこにしたり(塩分大切!)さっとゆがいてサラダにしたり、色もきれいなので楽しめました。ありがとうございます。
	かぶも甘くておいしかったです。また葉もみじん切りにして、炒めてふりかけにして、ありがたくいただきました。
	いつもありがとうございます。名前も美しいカブ、あやめ雪、煮物にするととろりと柔らかく、ほのかに甘い。おいしかったです。
	カブは葉も柔らかく、そのまま塩もみにしていただいています。
	専らヌカ漬けにしています。色がきれいで嬉しいです。
	前月のあやめ雪は苦味があったので残念でしたが、今回は苦みもなく、美味しく頂きました。また、立派な葉と茎はさっと炒めて大変美味しかったです。一般のかぶの葉よりくせが無く、歯ざわりもよく、お気に入りになりました。ありがとうございました。
	生でよし、ゆでたりお味噌汁にもGood!やわらかく色がきれいで甘くて、言うことなしです。
	煮物にいただきました。甘味がとても強く、とろとろで美味しかったです!
かぶ 【金町小かぶ】	甘くておいしかったです。つけものでも煮物でも、ソテーのつけ合わせでも大きさが手ごろで、使い勝手も良かったです。1つだけ黒っぽいものがあつたけれど、味は大丈夫でした。
	かぶが小さいのにしっかり甘さもみそ汁でいただきました。もう少し大きいてもいいかしらと思います。
	こかぶなので年末の洋風料理のつけ合わせにぴったりサイズ、きれいで美味しいかぶでした。
	かぶとかきのマリネは常備菜でかせません。

<2025年度 生活クラブ農園・あきる野産 野菜 生産者へのメッセージ>

品目【品種】	組合員の声
かぼちゃ 【内藤かぼちゃ】	<p>年に1度のお楽しみのかぼちゃ、レシピの紙をみて食べごろの色まで待ったら、今までよりずっと美味しくいただきました。揚げてガラムマサラと塩をふったらまた違う魅力発見でした。</p> <p>内藤かぼちゃ、わが家に届きました。思わずなつかしくなり、今年の暑さの厳しい中でまるまるとしてたくさん収穫できたと思ってます。カットする時とても良い香りがしました。早速生協の万能つゆ、鶏のささみがあったので、細かくして「煮物鶏あんかけ」を作ってみました。なかなかいけて、美味しかったです。残り1/2のかぼちゃで何か作ってみようと思います。レシピがあって良かったです。</p>
きゅうり 【馬込半白きゅうり】	<p>太く美しくこの季節のお楽しみ、浅づけにしておいて酢のものにもサラダにもトマトとの相性も色、味、歯ざわり、ぱっちりでしたよ!</p> <p>いつも食べているキュウリと違い、さっぱりしていておいしいです。好きな味です。</p> <p>味噌漬、最高です。酢味噌和えも手軽でこの種が一番おいしいです。</p>
小型大根 【味短歌】	<p>大根は甘くてたいへん美味しくいただきました。葉もめずらしく、ふりかけがたくさんでき、ごはんがおいしくなりました。</p> <p>カットして中の状態良かったです。みずみずしくて色々な料理に使え、湘南レッド、あやめ雪と酢漬けにしても最高でした。農園メッセージ、作業の様子が分かりやすく、毎回楽しく拝見させて頂いています。</p> <p>大根おろしと煮物にしました。おいしかったです。小型サイズなのも使い勝手がよいです。ありがとうございます。</p> <p>鮮やかな緑色で、立派な葉も美味しくいただいています。</p> <p>大根も立派な葉も美味しく頂きました。ありがとうございました。</p> <p>葉っぱが嬉しい!炒め煮、しらすやベーコン加えていくらでも食べられます。チャーハンにしたり。本体もしっかりしていて普通の大根と違い、又カ漬けにしても美味しいです。</p> <p>大根おろし、サイズも味も食感もぴったりです。葉っぱもお味噌汁に美味しく、緑あざやかでした。こんなにきれいに育てて下さりありがとうございます。</p> <p>丁度よい大きさと色合いがきれいでした。ごましょうゆ味でつけてみましたが甘酢漬けに合うのかもかもしれません。次工夫してみたいと思います。農園スタッフ、ボランティアの人達、ありがとうございます。</p>
大根【大蔵大根】	<p>その大きさにびっくり!!葉は干して使ってみました。おでんを楽しめます。スライスして酢づけもこれから作ります。</p>
大根 【亀戸大根】	<p>大根の葉がやわらかくておいしくいただきました。が、皮が少し硬いように思います。次回を楽しみにしています。</p> <p>ぬか漬けにして葉っぱもいただきました。初めて食べましたが、みずみずしくてとても気に入りました。</p> <p>もちろんみそ汁などにも丸く輪切りでかわいく美味しくいただきましたが、大根おろしもうすくスライス、甘酢漬けもおいしかったです。</p>
小松菜 【新黒水菜小松菜】	<p>大きくてびっくりしましたが、シャキシャキしてとても美味しかったです。年末にも食べることができるとよいのになあ~いつも思います。</p> <p>我が家は小松菜と油揚げの煮びたしが定番でおいしくいただいています。</p> <p>葉がやわらかくておいしかったです。</p>
ちりめん白菜 【しんとり菜】	<p>さっと湯通しして和え物にしました。(チンゲン菜に似た味でした?!)山芋千切りと合える(めんつゆ、軽く塩コショウのみ、ごま油少々)葉がとても柔らかく食べやすかったです。美味しく頂きました。ありがとうございます。(白菜を食べない主人も食べれた!!)</p> <p>色合いもよくやわらかかったです。ちょうどよい大きさと味噌汁にして頂きました。</p> <p>シャキシャキして歯ごたえがあったので、半分はキャベツ代わりにホイコーロー、残り半分は雑炊で煮ていただきました。食感がしっかりしていて、香りも強く美味しかったです。</p> <p>さっと炒めたりみそ汁に入れました。食べやすくおいしかったです。とても使いやすいです。いつもありがとうございます。これからの夏野菜も楽しみです。</p> <p>毎年ちりめん白菜を楽しみにしております。味噌汁、お浸しなど、短い期間が残念ですが、ありがたいです。</p> <p>秋冬野菜が始まり嬉しいです。どうぞよろしくお願いいたします。ちりめん白菜、とても柔らかくて食べやすいです。何にでも使えそうです。今回は炒め物、みそ汁にしました。まだ取り組みのある回があるようなので、楽しみにしています。どうもありがとうございます。</p> <p>たくさんの野菜が育って良かったですね。しんとり菜を美味しくいただきました。次回も楽しみにしています。</p> <p>塩もみしておしんこにさせていただきました。おみそ汁にしてもおいしくいただきました。</p> <p>柔らかいのに型くずれしにくく、色んなものに使えそうな気がしています。</p> <p>「しんとり菜」大好きです。すき焼き、おうどん、…重宝しています。ありがとうございます。毎回頂きたいくらいです。</p> <p>どんな料理に使っても、生でもおいしくてとても重宝しています。美味しくてきれいなちりめん白菜をありがとうございます。</p> <p>いつも美味しい野菜をありがとうございます!今年のかぼちゃ、おいしかったです。しんとり菜も食べやすくてどの料理にも合いそうです。大きさがよくて気に入っています。</p>

<2025年度 生活クラブ農園・あきる野産 野菜 生産者へのメッセージ>

品目【品種】	組合員の声
山東菜 【東京べかな】	<p>生で食べました。とてもおいしかったです。化学肥料、化学合成農業にたよらない、安心して生で食べられます。</p> <p>サラダやおひたしにしゃきしゃき、白菜がわりのなべでも歯ざわりもよくほんのり甘みもあり、葉の部分の色も美しくごちそうさまでした。</p> <p>毎年この野菜がおいしくて幸せです。扱いやすく食べやすい!ありがとうございます。</p> <p>煮くずれがせず、食べごたえがあるので、今度サラダでいただいしてみようと思っています。</p>
トウモロコシ 【ポップコーン用トウモロコシ】	<p>手作りポップコーン、はじめて作りました。粒をはずすのが思った以上に大変でしたが、とても楽しく美味しかったです。</p> <p>毎年ポップコーン用のとうもろこしをとても楽しみにしています。2才の子どもにも味を調整して安心して食べさせられます。「おいしかったー」「もう一回」とリクエストが止まりません。他にもしんとり菜などおいしくいただいて、毎週楽しみです。これからもよろしく願います。</p> <p>小袋を早速フライパンで“パンパン”とあたためたらとても上手に出来て満足しました。孫が大好きなのでまた味を楽しんでおやつとして作ります。状態、とても良い1本が届き、ありがとうございました。</p>
長ねぎ 【拝島ねぎ】	<p>焼きねぎにしたらとろりと甘く、鍋に入れてもやわらかく、おいしくてすぐになくなりました。貴重なねぎをありがとうございました。</p> <p>2026年1月、拝島ねぎやたくさんのあきる野野菜が届き、びっくりしました。暑さ、寒さに負けずスクスクと育ちましたね。拝島ねぎはいろいろな料理に使っています。江戸東京野菜ですね。甘いです!!なつかしさと一緒に味わっています。ありがとうございます。</p>
なす 【寺島なす】	<p>夏野菜の一つ、寺島なす。とても見た目が特徴があり、思わずなつかしくなりました。焼いて食べました。とても甘かったです。次回も楽しみです。暑い中での作業、身体には十分気をつけてくださいね。</p> <p>1年ぶりの寺島なすです。食べる前にしばらく美しさを楽しめます。絵のようにきれいです。全体の形も色も好き。今年は暑いせいか大きいですね!畑仕事お疲れ様でした。</p> <p>とてもきれいな形、2日は少しだけ皮がかたかったかな～煮物や焼き物でおいしくいただきました。ほっくり甘くておいしい、これぞなす!!のお味でした。</p> <p>1個をたて割り、4等分にして肉詰め焼き。ナスの硬さが焼くとちょうど良いやわらかさになり、おいしかったです。ふつうのナスと違い料理も楽しくなります。でも皮が硬く気になります。</p> <p>とてもおいしかったです。小ぶりながら実がしっかりしていて火を通すと柔らかくて…。スーパーなどではまずお目にかかれないなすなのだろうと思います。いつもありがとうございます。暑い中、皆さまどうぞお身体をお大事に…</p> <p>寺島なす、やや小ぶりで本当に実がしまっていますね。いつも塩もみして生のままいただいています。火を通すのはもったいない気がします。ぬか漬も良いですね。昔々は子どもが小さい頃はしていたのですが、今は人数も少なく食べ手がいないのでやめています。無農薬助かります。今後も期待しています。</p> <p>しっかりした寺島なす、種から育てるってすごいですよね。食べる事ができ良かったです。雨が降り、少し実も成長した野菜たちを想像しています。</p>
なばな 【のらぼう菜】	<p>こんにちは、初めて食べました。ビックリしました。茹でた後すぐに茎の甘さに、こんなにも甘いのかと何もつけずに食卓に上げる前に、ほとんどそのまま食べてしまうほど、野菜って新鮮が良い。パスタ、麺類のトッピング美味しかったです。次回楽しみです。</p> <p>のらぼう、とてもおいしかったです</p> <p>しっかりした立派なのらぼう菜が届きました。ゆでて和え物にしました。4歳の孫のおままごとの中で、のらぼう菜が出てきて微笑んでしまいました。ありがとうございました。</p> <p>のらぼう菜、楽しみにしておりました。一口食べて、野菜の甘み感じました。葉のあたりは口当たりがよいのですが、茎はスジが残ります。この時期、茎をもう少し細く切った方が良いでしょうか。</p> <p>あきる野野菜の中で一番のらぼう菜が好きです。今年も美味しくて、甘みがあって家族みんなで「美味しいね」と頂きました。のらぼう菜が届くと春が来たのだな、と感じます。いつもありがとうございます。また体験などで行きたいと思っています。</p> <p>瑞々しくて元気なのらぼう、とてもおいしかったです。またあきる野の野菜が食べられると思うと楽しみです。</p> <p>のらぼう菜が大きく成長しましたね。葉もしっかりしていてとっもりっぱでした。直ぐ茹でて食べ、とても美味しかったです。次も楽しみです。</p>
人参 【黒田五寸人参】	<p>あきる野野菜の人参がとっもりっぱで良い畑で育っていろいろな野菜が成長して良かったですね。どれも全て美味しく頂いています。私も玉ネギを植えてみたので来年が楽しみです。</p> <p>生活クラブから届いた翌日、テレビ朝日の「旅サラダ」という番組内で、この人参の生産農家さんが紹介していました。料理の参考になりました。まずは皮ごと千切りにして人参サラダにして、甘さと味の濃さに驚き!!糠漬、煮物、粕汁とあつという間に使いきってしまい、どれも大変美味しかったです。貴重な人参だと知りましたが、また配達される機会を楽しみにしています。</p>

<2025年度 生活クラブ農園・あきる野産 野菜 生産者へのメッセージ>

品目【品種】	組合員の声
馬鈴薯 【男爵】	<p>天候に左右されやすい季節の中、良い状態のじゃがいもが届きました。庭先で育てたじゃがを同じ頃に収穫してみたら、たくさん収穫でき、感動しました。野菜を育てるって本当すごいですね。</p> <p>“えぐみ”がないのが有難い。</p> <p>メークインと男爵と交互に今日も美味しく美しい見ばえのジャガイモ、ありがとうございます。ほっくり煮ただけでも皮ごとおいしいです。今晚あたりは馬込半白きゅうりともサラダを作ってみます。</p> <p>毎年楽しみにしている馬鈴薯です。昔ながらのじゃがいもの味はとても美味しいです。暑く大変な中、ボランティアの皆さんとの収穫、ここまでの農作業お疲れ様です。大変貴重なお野菜をいただきありがとうございます事、ありがたく心より感謝しております。ありがとうございます。</p> <p>いつもありがとうございます。じゃが芋、おいしかったです。ありがとうございます。掘りたてだったんですね。皮が音もなくするとむけてとてもよかったです。ほくほくしてサラダにしたりくずれてしまうけれどにものにして、みそ汁にも入れました。</p>
馬鈴薯 【メークイン】	<p>いもをたくさん食べられる季節、大好きなホクホク感が良いですね。カレーライスを作りました。あきる野農園では、たくさんの収穫があったのではないのでしょうか。梅雨の時期、雨が降ると葉っぱがいきいきして見えるので、庭を眺めるのが楽しみの一つです。</p> <p>口に入れた時のおいしさは誰にでもおすすめしたい。</p> <p>ちょっとねっとりしてポテトサラダ、とても美味しくできました。皮も薄いので、そのままいただけます。が、つぶす段階で取れたり。</p>
ほうれん草 【日本ほうれん草】	<p>いつもありがとうございます。新鮮で甘みが最高です。家族皆でおいしくいただきました。</p> <p>いつもおいしい野菜をありがとうございます。根っこの赤いほうれん草、とてもおいしかったです。ありがとうございました。しばらくお休みということで、また春の野菜を楽しみにお待ちしております。寒い中、畑の作業お疲れ様です。皆さま、どうぞお元気に…</p> <p>味が濃く根の赤い部分もとても甘味があって美味しかったです。また食べたいと思いました。</p> <p>ほんとうに根のところまであくがなくとても美味しかったです。本年も楽しませていただきありがとうございました。</p> <p>たいへん甘くておいしかった。</p> <p>葉全部がやわらかく食べやすかった。</p>
ミニ青梗菜 【シャオパオ】	<p>ミニちんげん菜、使いやすくおいしいです。何よりやわらかくておいしいです。炒め物にしてオイスター味にしました。また楽しみにしています。どうもありがとうございます。葉物が届くといつも新鮮なうちに使いたいと焦るのですが、保存方法の知恵など知りたいです。うちでは新聞紙にくるむようにしていますが…やはり冷蔵庫に入れた方がいいのでしょうか。</p> <p>使いやすい大きさと、すぐ火がとおるので大変気に入りました。</p> <p>炒め物でいただきました。とても美味しかったです。</p> <p>ミニの加減がちょうど良く、お弁当にもぴったり、スジがなくっておいしい!!</p> <p>このサイズはなかなかないのでいためもの等使いやすいです。</p>
ミニ白菜 【タイニーシュシュ】	<p>ミニというものの結構大きくて、たっぷりいただきました。美味しい中心部にすぐたどりついて、サラダからなべまで楽しめました。</p> <p>豚バラと煮るととてもおいしかったです! 思いたってまた食べたくなりました。生でサラダに入れてもおいしいです。おいしいミニ白菜をありがとうございます。これからもよろしく願いいたします!</p> <p>葉がやわらかく甘みもあり、りんごとサラダにいただきました。甘くておいしかったです。</p>
ミニレタス 【モノア】	<p>生で食べました。やさしい味でとても美味しかったです。これからも頑張ってください。</p> <p>前回よりちょっと見かけが今いちでしたが、美味しさに変わりなくGood!これで今シーズン終わりとは悲しいです。</p> <p>サラダにいただきました。冷水にしっかりつけたらシャキッ!としてげんきになりました。レタスの風味と瑞々しさが丁度良いバランスでとても美味しかったです! 3人家族なのですが、サラダ1食分として量も程よかったです。どうもありがとうございました。</p> <p>あきる野野菜、モノアがとても良い状態で届きました。とてもシャキシャキして、サラダにして食べました。美味しかったです。たくさん成長しているモノアが目にかんできました。</p> <p>春の野菜がまた始まりうれしいです。いつもありがとうございます。食べるのがおしいようなかわいいレタスですね。サラダにいただきました。みずみずしくさわやかな味わいでした。ありがとうございます。</p> <p>生食でもやわらかく、食べやすく助かってます。</p>