



みうら じゅん
三浦 淳さん(56歳) 弥富市前ヶ平



トマトの魅力を伝えたい

30アールのハウスでトマトを栽培する三浦さんは、就農して今年で33年を迎えます。出荷最盛期の現在は、ご両親とご夫婦の家族4人で収穫作業に汗を流す毎日です。夏期は、朝一番で収穫した枝に、昼過ぎには既に別のトマトが色づいていることもあるほど、待たなしの日々が続きます。

三浦さんは1年を通じて安定出荷できるようにと二期作を行っています。この時期は、しっかりとした甘みと適度な酸味のバランスの良さに加えて、程よい硬さから食感も楽しめるのが特徴の、サカタの『りんか409』という品種の大玉トマトを出荷しています。

栽培のこだわりは水の管理だと話す三浦さんは、NFTと呼ばれる方法で水耕栽培を行っています。NFTとは、緩やかな傾斜をつけたベッドの上に根を寝かせ、そこに養液をかけ流して栽培する方法です。成長点や表情を丁寧に観察

しながら、水量や肥料濃度を細かく調整し、手間を惜しまずにじっくりと美味しいトマトを育てています。

農業は仲間と協力することで共に成長できるのが魅力と語る三浦さん。「例えば、一人では10年かかることも、10人で挑めば1年で解決できるかもしれません。事例を共有し合いながら、これからも部会の仲間と切磋琢磨して栽培の効率や技術を磨いていきたいです」と笑顔で話します。

最後に消費者の方々に向けて「トマトは低カロリーで様々な栄養成分が豊富な健康野菜です。トマトに多く含まれるリコピンは、抗酸化作用により体の調子を整えてくれると言われていますが、生食よりも油と一緒に調理したり、トマトソースやシチュー、スープなど加熱調理することで吸収率がさらに高まります。ぜひ定番のサラダはもちろんです、様々なアレンジレシピに取り入れて美味しく召し上がってくださいただいたら嬉しいです」とメッセージをいただきました。

