



OREGON  
DEPARTMENT OF  
AGRICULTURE



## ご紹介します オレゴン産ラズベリー とブラックベリー

鮮やかな赤から濃い紫までの色合いを持つ、オレゴン産のラズベリー、ブラックベリー、およびその他のベリー類は、その酸味と甘みのあいまった風味と健康上の効果で高く評価されています。米国で生産されるブラックベリー、マリオンベリー、ブラックラズベリーのほとんどは、オレゴン州で栽培されています。生産農家は、オレゴン州在来種のブラックベリーやラズベリーを品種改良し、今日の消費者が楽しめるような豊富な品種を提供しています。

### 新鮮なうちに収穫し加工

熟したベリーは収穫後、すぐに生のまま、または加工されて販売されます。オレゴン州は、農場で栽培された高品質のベリーに対する消費者の需要を満たすために、ベリーを農場から出荷後すぐに急速冷凍、乾燥、または調理する強力な加工産業を発展させました。ほとんどのベリーは、各用途に最適な色、味、完熟度を保つために個別に急速冷凍(IQF凍結)されます。さらに、オレゴンの加工業者は、ベリーピューレ、種なしピューレ、ジャム、シロップ、粉末、ジュース、濃縮ジュースなど多岐にわたる形態の製品も提供しています。

### 活力を生み出す栄養

オレゴン産ベリーには、人間の健康に直接役立つ栄養素が自然に豊富に含まれています。

- 美味しくて栄養満点: ブラックベリーとラズベリーは、天然の甘みがありますが、低カロリーです。
- ビタミンCのスーパースター: 8オンス(227g)の

ブラックベリーには、30ミリグラムのビタミンCが含まれています。

- 豊富な食物繊維: ラズベリーやブラックベリーの果実には種子が含まれるため、食物繊維が豊富です。
- ビタミンKのおいしい供給源: ブラックベリーは、骨を強くし、血液を健康に保つために重要なビタミンKの優れた供給源です。

### 濃い紫で健康維持

ブラックベリーやブラックラズベリーの深く美しい色は、植物化学物質の一種であるアントシアニンによるものです。植物化学物質は植物に含まれる非栄養物質で、ガンや心臓病などの慢性疾患の予防に役立ちます。アントシアニンは抗酸化物質としても作用し、酸化ストレスから脳を保護し、認知症などの症状の影響を軽減するのに役立つ可能性があります。

オレゴン州の気候のおかげで、ベリーは畑で最高の味に熟します。暖かい日中と涼しい夜は、ベリーがゆっくりと熟すのを助け、天然の糖分が十分に生成されて、それぞれのベリーが最高の風味になります。



## 気候に適応したより良いベリーの開発の歴史

オレゴン州立大学(OSU)と米国農務省(USDA)は、1917年にベリーの育種プログラムを開始し、現在でも活発に活動しています。このプログラムはオレゴン州の農家と連携して、オレゴン州西部の気候、地形、降雨量に適したベリーの品種を数多く生み出してきました。育種プログラムでは、風味、遺伝的多様性、機械による収穫への適合性、低温貯蔵下での耐久性など、市場の需要を満たす持続可能なベリー栽培のための様々な要素も重視しています。ブラックベリーは、オレゴン州西部の冬の雨を吸収し、この種のベリー類の生育に最適な気候で栽培できる、深根性の多年生植物です。

研究者と農家の1世紀以上にわたる協力のおかげで、オレゴンでは現在、ブラックベリー、ラズベリー、その他のベリー類の品種が多数生産されています。ブラックベリーの変異種であるマリオンベリーは、おそらくオレゴン州の最も有名な品種です。複雑な風味と大粒の果実で人気があります。世界中に出回っているマリオンベリーはすべてオレゴンで栽培されています。

品種	学名	画像	収穫	風味	豆知識
レッドラズベリー	<i>Rubus strigosus</i>		6月中旬～10月	程よい酸味と甘み	オレゴン産ラズベリーのほとんどは、冷凍、ピューレ、またはジュースに加工。
ブラックラズベリー	<i>Rubus occidentalis</i>		7月から3週間	レッドラズベリーよりも強い風味	栽培されているブラックラズベリーの99%は、オレゴン州で栽培
マリオンベリー	<i>Rubus L. subgenus Rubus</i>		7月～8月	酸味があり、土っぽい甘味	オレゴン州マリオン郡にちなんで名付けられた
ローガンベリー	<i>Rubus × logan obaccus</i>		7月中旬～8月中旬	ラズベリーに似た味	ハイブリッドはブラックベリーの形と大きさで、色と味はラズベリー。
ブラックベリー	<i>Rubus subgenus rubus</i>		6月中旬～9月	大きく、素晴らしい風味	さまざまな品種が季節を通して熟し、一年中使用できるように冷凍保存。
ボイセンベリー	<i>Rubus ursinus × Rubus idaeus</i>		7月	ジューシーで甘い	オレゴン州はボイセンベリーの最大の生産地。ジャム、パイ、ジュースに最適。

## さらに学ぶ

オレゴン産ラズベリーとブラックベリー：  
[oregon-berries.com](http://oregon-berries.com)

2024年10月

## 農業開発・マーケティングプログラム



OREGON  
DEPARTMENT OF  
AGRICULTURE

635 Capitol Street NE  
Salem, OR 97301-2532 USA  
503-986-4725  
[Ag.Market@oda.oregon.gov](mailto:Ag.Market@oda.oregon.gov)  
[Oregon.gov/ODA](http://Oregon.gov/ODA)