

季節誌しずく

地産地消で生産者と消費者をむすぶ

2014.3 >>> 5

しずく 季節誌



Presented by Shizuku project. It has published thanks to your cooperation. Thank you!

2014.4.29 滴朝市(しずく あさいち)開催決定! 会場 イトコースクエア 豊川市諏訪西町

HEART-i
hand eat art 3R tell i-itoko
たくさんのアイをありがとう

エコショップ10周年 & 第14回 イトコーマーケット開催!

4月6日(日)
10:00~14:00

小雨決行・雨天一部決行

- エコショップ体験ブース 教室の講師たちによる体験コーナー。
- 農カフェ 豊川有機農業の会開催。
- コドモ工務店 体験コーナーがあります。ぜひ、楽しんでください。

ハンドメイド雑貨、布小物を中心とした多くのマーケットブースが出店。

イトコースクエア イトコー駐車場 モデルハウス エコショップ の3会場で同時開催

詳細は開催間近のホームページ、ブログでご確認下さい。



暮らしてを愉しみ、衣(医)・食・住を提案するイトコーのコミュニティスペース



10:00~18:00 水曜定休 ※お仕事前にもお気軽に(時間応相談)

季節や自然を味方にしたり、近くの山の木を活かしたり。生きること、暮らすことそのものを愉しみ日々よるごびを熟成していく住まいを。1日1日を丁寧に紡いでいく、手ざわり感のある家。それが私たちイトコーがおとどける、住まいのありがたさとカタチです。

近くの山の木が、家となり、土地に永く息づく。OMソーラーシステムを使い、自然の力を生かす自然とともに共存する家「エコショップ イトコー」@「穂の国の家」モデルハウス

1家族 500円 3/30(日) 地産地消講座 『春♥haruな絵本読み聞かせ会』
「はらへこあむし」を中心に暮らしのお話や演奏をします
●高井綾子さん ラジオパーソナリティー 保育士
●伊藤祐依さん 保育士
10:00~12:00 / 13:00~15:00

2,000円 4/18(金) 健康講座 自分でできる内臓ストレッチ
～インナーマッスルと内臓のつながり～ (定員:6組)
理学療法士、鍼灸師、内臓ストレッチインストラクター
10:00~12:00 神谷 秀明さん

500円 4/27(日) ツバメカフェ(子育て講座) “遊びが育てる子どもの未来” ~遊びマネジメント~ (定員:8組)
「遊び」には、無限大の可能性が隠れています
10:00~12:00 ㈱BIG FAMILY代表 星野圭子さん

オーエム 0120-86-4191 イトコーの家 株式会社 イトコー
〒442-0069 豊川市諏訪西町2-248

- 旬のしずく／地産地消推進隊……P2-P3
研究に一切の妥協なし 進化し続けるナガタ農園
■豊橋市／農業法人 有限会社ナガタ農園 永田 晴敬さん
- Shizuku Times ……P4
夢もつ若手プロ農家集団 農業という仕事に夢と誇りを
■豊田市／豊田ファーム代表 鋤柄 雄一さん
- P.S. ShizuCook ～しずくとしずくの出会 vol.1～ P5
■素材提供：しらす 長栄
■レシピ提案：パスタ&ダイニング マドカ
長栄の「しらす」と生姜のディップ『和風パーニャカウダ』
- 地のしずく／給食 ～豊橋市～……P6-P7
■豊橋市／公益財団法人 豊橋市学校給食協会 事務局長 中山 宏孝さん
■豊橋市／南部学校給食共同調理場 栄養士 山口 育代さん／桑名 清子さん
- おうちごはん～気になる人の気になるごはん～ P13
■豊橋市／株式会社 ボンとらや 若女将 佐藤 泉美さん

しずくセレクトショップ
豊橋有機農業の会
豊川有機農業の会
マムズブレッド
社会福祉法人バルク
and more…(順不同)



東三河の美味しい食材が豊川に集合！

第一回 季節誌しずく主催
滴朝市 しずく あさいち
2014.4.29(祝) 10:00～14:00 入場無料

東三河で活動する地産地消の輪
大地の恵み、自然の力がたっぷりつまった
食材が集結しずくに登場して下さった方、
団体・企業さんの野菜や食材などが揃います。

講座 地産地消のお話 福津農園 松次政満さん

教室 手作りざる豆腐教室 新城 今泉次子さん

PR 新城 笛の盆実行委員会 PR

会場 **イトコースクエア** 豊川市諏訪西町2-248

4月29日(祝)の日ですもの 詳しくは 季節誌しずく 検索 ●主催：季節誌しずく(イラストデザイン) ●後援：OMエコショップイトコー



THE COOL WORKER

し・ご・と・に・ん



FILE.1

働く人はそれだけでカッコいい！ 意外な一面と気になるお昼をご紹介します！



鮭とほうれん草のキッシュ、トマトとウインナーのキッシュ、アジアンスラダ、南国風春雨サラダ、おにぎり、フルーツ、びわ茶

浜松市中区砂山 B10 あつみの手作り惣菜

ごはんとお味噌汁、あじの開き、納豆など、和食が好物で、平日の朝ごはんは必ず和食。晩酌が楽しみで、中でも赤ワインが毎晩のお供。お昼ごはんは取引先の方と食べたり、社員さんと休憩室でごはんを共にしながら情報交換するようにしている。各店のデリカコーナーの手作り惣菜は、味のチェックも兼ねて自ら食事に取り入れることにしているそう。



株式会社渥美フーズ 代表取締役社長 渡会 一仁さん

田原市に本社を構えるフードオアシスあつみ。渥美を中心に全国に目を向け、毎日駆け巡る。



取材に伺った日は浜松市内発行のフリーペーパーの広告写真の撮影立会い。選ばれた食材を使った女性目線のランチボックスが4月に発売されるとことで、和やかなムードの中、デリカ担当者を変え念入りな打ち合わせと共に撮影が進められた。彩りや角度の確認をパソコンで確認しながら無事撮影終了。

GOOD JOB!

B 季節のキッシュ
旬の素材をふんだんに使ったサクサクのキッシュ。店頭には常に3種類が並びます



B まるごとトマトマリネ
その時期に1番旬のトマトを使い、まるごと一晩マリネ液に漬け込みました



BIO Atsumi

B あつみポークのカツ丼

自家製パン粉でサクッと揚げたあつみポーク1枚肉と渥美産の卵を使用。デリカ担当山口さんのこだわり渥美を凝縮したカツ丼。少しやわらかめの半熟卵にからむ甘めのたれがさらに食欲をそそる自慢の一品。



渥美産 あつみポーク/卵使用

見た目はもちろん、調味料もこだわり栄養バランスを考え、1つ1つ丁寧に手作りで作っています。デリカ担当/山口さん

BIOあつみの惣菜



には安心野菜や愛がちゃんと入っています
BIOあつみ エビスリー浜松
浜松市中区砂山町222 TEL.053-456-5550
営業時間：9:30～21:00

田原 豊橋 豊川 浜松BIOあつみのお惣菜も東三河産素材満載!

幻のきのこを街中で栽培

ナガタ農園は豊橋の中心街、向山町にある。永田さんは健康に関することに興味があり、独学で勉強するほど。マクロビオティックで用いられる陰と陽の関係や、食べ合わせなど様々な食に関する知識は相当なもの。以前より父親と有機農業をやりたいと話をしていて、農業をスタートさせた。基礎である土壌作りからと堆肥作り始めた頃、たもぎ茸に出会う。ぎうかけは知り合いのおもしろいぎのこがあるよ。一言。瓦屋根工場の敷地の一角を利用し、専用の施設を作り、当初はぎのこ組合の方々のアドバイスや指導を受け、試行錯誤しながらほぼ独学で現在に至る。菌床栽培生産し始め、約2年半。人工栽培が難しいとされるたもぎ茸、実はとても栄養が豊富でビタミンEの7000倍の抗酸化物質「エルゴチオニン」を含有している。また、糖尿病の食事療法に最適な「秘密のパワー」を持つぎのことしても注目される。



今回の人しづく

■農業法人 有限会社ナガタ農園 永田晴敬さん

屋根互の生産・販売・施工を専業としていたが、現在は施工の傍ら、陶芸教室、オリジナル堆肥販売、たもぎ茸の生産をしている。もともと健康志向が高く、健康にまつわる様々な情報に関心を寄せている。

試行錯誤の中、菌床栽培に成功。「黄金たもぎ茸」として販売され、独特の食感やおいしさ、健康面でも注目を浴びている。そんな幻のきのこについて話を聞いた。

今回の旬のしづく

黄金たもぎ茸

くくむガーデン、フードオアシスあつみ、食彩村、サンヨネほか(順不同)で購入できる。



デリケートで美しいきのこ

黄金たもぎ茸(和名タモギタケ)は、東北や北海道地域の初夏の山間でしか自生しないため、全国的に見ても希少で珍しい「ぎのこ」とされている。もちろん東三河ではほとんど目にしない。そんな貴重なきのこを永田さんのたもぎ茸専用施設では現在400〜500菌床を栽培、湿度90%、温度20〜23℃に管理され、24時間空調管理がされている。とてもデリケートなたもぎ茸。暑さ

で菌が死んでしまったり、酸欠を起さないようにと、常に表情を見て管理しなければならぬ。鮮やかな黄色から名付けた「黄金たもぎ茸」。栽培には人工的な照明が必要。光があることで眩しいほどのとても美しい黄色になる。

永田さんが思うこれから……

地産地消は必要なこと。作物の採れない地域からみれば、この地域は恵まれている地域だからこそ、その土地にできたものを食べて身になる大切さは伝えたい。栽培に関しては、おがこや米ぬか、ふすまで作られた菌床を現在は購入している。いずれは研究を重ね、たもぎ茸にあったオリジナル菌床を作りたい。認知はされ始めているがまだ馴染みが薄い。様々な面で課題も多いので、「乾燥品や粉末」加工品などにして、手軽に食べてもらえるようにと試作中。「ここ数年、栽培し食べていて風邪を引いてないのはぎのこのおかげかな?」と控えめな笑顔で語っていた。「編集」おすすめの天ぶらの美味しさに驚き。美しさだけでなく旨みも光っていました。

永田さんのイチオシの食べ方が天ぶら

水溶性なので水に溶けやすいが、そのままいただけるお吸い物ならば旨味が存分に楽しめる

24時間、空調管理されたクリーンルーム

1ヶ月で菌床内に菌がまわり、1週間で収穫できる

繊維がしっかりしているので、歯ごたえも楽しめる

研究に一切の妥協なし 進化し続けるナガタ農園

ディップをそのままパンや野菜にのせてもよし。耐熱容器にディップとエキストラバージンオイルを1:1を入れ、電子レンジであたためれば和風バーニャカウダのできあがり。にんにくが入っていないから気にせず楽しめます。

長栄のしらすと生姜のディップ
和風バーニャカウダ

あのお店シェフが教える地元食材簡単レシピ
P.S. ShizuCook
Shizuku meet Shizuku.

～しずくとしずくの出会～ Vol.1

田原 長栄 & マドカ 豊橋

しらす & イタリアン

田原・赤羽根漁港で水揚げされた新鮮なしらすを釜茹でした長栄の「釜揚げしらす」。マドカのシェフが考案した家庭で簡単に作れるふっくらとした釜揚げしらすを使ったディップを紹介。しらすの塩味と旨みと玉ねぎのコクがマッチして、パスタやドレッシングに使える優れもの。

自宅でもできる簡単レシピ 食材提供：長栄しらす

【作り方】すりおろし玉ねぎ230g、すりおろし生しょうが30g、長栄しらす100g、エキストラバージンオイル100gを鍋に入れ、中火で約10分焦げないように混ぜます。火を止めてバター30gと塩を適量入れ余熱でなめらかになればできあがり。(その後フードプロセッサーでよりなめらかにしても)冷蔵庫で約10日程保存可能。

しずくに賛同して下さった料理人がしずくで紹介した食材で 特別な一皿を!



夢もつ若手プロ農家集団
農業という仕事に夢と誇りを

- 開催場所:夢農人マルシェ 豊田市竜神町29
- 開催時間:第1・3土曜日開催 10:00~15:00
- http://yume-note.com/

「夢農人(ゆめノート)とよた」

2010年9月に3人の農家が立ち上がり、次世代の若い人たちが農業に興味を持ち、夢や、やりがいを抱ける未来を目指し結成された豊田市周辺域を中心に活動を行う若手プロ農家集団「夢農人」。現在メンバーは(2014年2月現在)32名(うち新人メンバー1人)で、メンバーの業種は養豚、米、野菜、お茶、鉢花、養鶏、果樹、洋ラン、牛、乳牛など1業種1人ではなく、同品目生産者が複数在籍することが可能な組織形態を持つ。経営理念を「夢を描こう、豊田の地に」「農を語ろう、誇りを持って」「人と農が繋がる。夢農人とよた」と掲げ、メンバーの農産物を販売する産直「夢農人マルシェ」、イベントでの販売、学校向けの農業体験など幅広い食育活動や地域コラボ商品の開発・販売をするなど、農業を知り伝えること、対面販売を通じて人と人を繋ぎ自分たちの肥やしにするなど、地域に密着した活動を行っている。



感謝しNight2014

2014年2月23日(日)、ホテルフォレストにて夢農人とよた主催「感謝しNight 2014」が開催された。年に1度開催され今年度は2回目。夢農人と一般消費者が交流できるとあって200人の応募者が参加した。夢農人が手がけた食材を使い、ホテルフォレストの料理長によるこの日だけの特別メニュー「地産地食ビュッフェ」が用意された。どの生産者の何の食材が使われた料理かが表示がされ、それを見ながら味わう姿が多く見られた。夢農人ブースコーナーでは、お米の品種の食べ比べ、はちみつ食べ比べ、ごはんのお供、お茶飲み比べ、果樹を中心としたジェラートブースもあり、普段ではできない体験も用意され、各ブースには人が溢れた。また、マルシェブースでは実際に料理で使われている野菜などを購入でき、多くの人が買い求めた。「農家のホンネ」と題されたトークショーでは、お茶生産者からおいしい淹れ方講習の開催や、果樹園農家からはおいしく食べる保存のコツや、名古屋コーチン生産者からは、クイズ形式で部位についての話など、参加者のために聞くことができた。最後には大抽選会が行われ、夢農人の自慢の生産物が並び、盛り上がりみせ閉幕となった。

夢農人とよた

トヨタファーム代表 鋤柄 雄一さん
豊田市と田原市で養豚を営む8代目。夢農人とよた会長としても忙しい毎日を送る。

豊田市周辺域の農業の今とこれから

豊田市は、愛知県北部に位置し、愛知県で人口は2位、面積は県内で最も広い都市。トヨタ自動車本社があり全国的にも自動車産業が主となっているが、実は農業も盛んな地域。市の面積は広く、農地はあるが兼業農家のため、兼業した仕事の休日を利用した作業が主で、広がりにくいのが現状。その中、主に平地と猿投の山間部の地形を有効利用した農業が豊田の農業の中心となっている。平野では豊田の米「大地の風」や、愛知県第2位の生産量のお茶、少量多品目の野菜が作られ、山間部では桃や梨といった果樹が全国的に有名。今後は、豊田市周辺域だけでなく、農業全体を元気にするために活動を続けることで、未来の農業の活性化につながり、担い手不足も解消できるのではないかと期待を寄せている。



渥美産 あさり
うまみが強く味に深みがあり、身のふくらみも大きい。

豊橋産 キャベツ
甘くてみずみずしく、やわらかい。

マドカに
春
きたる

あさりとにんにくと白ワインの、パスタランチタイム。スープ付 ¥950(税別)

厚切りベーコンのシーザーサラダ
夜限定メニュー ¥650(税別)

結婚式の2次会など20名様以上のご予約も承ります。

地元の素材の味を知っているからこそもっと大切にしたい...おいしさ、鮮度、旬や特徴を活かした創作イタリアン。

madoka
pasta & dining
Tel.0532-37-1337
ランチタイム●予約不可

11:00~15:00(LO14:30) / 18:00~24:00(LO 23:00)
豊橋市中浜町152-1 ●毎週火曜日定休 ●17台駐車可能

地元食材の良さを追求した料理の数々をご堪能下さい 豊橋

smile for school lunch



>公益財団法人
豊橋市学校給食協会 事務局長 中山宏孝さん
豊橋市教育委員会から依頼があった食材を年間を通じ市場動向など、仕入業者から情報収集しながら一手に市内学校給食の食材購入業務を行っている

>栄養士 山口育代さん >栄養士 桑名清子さん

調理が民間委託になり、不安もあったが調理場サイドからにんじんの「花形切り」のアイデアが出るなど、毎日子どもたちが楽しんでいる給食を喜んでもらえるようにと給食共同調理場一丸となり業務にあっている

給食

きゆうしよく

平成26年3月7日
東部学校給食協同調理場の献立
●なすの肉みそ丼
●けんちん汁
●はるみみかん
●ごはん
●牛乳
なすの肉みそ丼は平成25年学校給食アイデア料理コンテスト教育委員会賞受賞献立です。



県や市の職員、栄養士、生産農家など様々な人の手によって支えられる食育の中でも重要度の高い「給食」は今も昔も子どもたちの毎日の楽しみのひとつ。平成25年度、豊橋市の学校給食は小学校52校・23,019食、中学校22校・12,209食、合計74校・35,228食を共同調理場で作られる。子どもたちの期待の献立のおかずは4つの調理場で作られ、パンやごはん、牛乳は業者が直接配送。その一角を担う豊橋市南部学校給食共同調理場でお話を聞いた。

地の滴 Shizuku
地産地消応援隊

食材に対する思い

栄養士が中心となり献立が決まり、それを元に市教育委員会から購入食材依頼がされる。入札などを行い野菜や揚物等の食材を一手に購入するのが公益財団法人豊橋市学校給食協会。お米と牛乳は愛知県が一括で購入され、各市の指定業者が納入。その他の食材を手配するのが学校給食協会。基本的に地産地消を目指し可能な限り市内産、次に県内産と範囲を広げるという。卵、うずら卵は市内産を中心に、牛肉は愛知産。豊橋市内約35,000食分、指定の大きさなど規格に沿った物と量を調達する必要がある。そのため、時期はもちろん、献立のことから調理場や時間を含め年間トータルで考えなければならない。天候不順で入荷計画が大きくずれのこともあり、仕入業者から情報収集をしながら安定供給に常に気を払う。調達業務の他に、先記の農家さんを招いて小学3～5年生を対象にした出前授業の手配から準備などを行っている。農家さんが直接学校へ向き、どうやって作られているのか、苦労していることなど、直接会話をしている。子どもたちのために今後も安心して安全な食材の安定供給を目指す中山さんは笑顔で話した。

給食からみた地産地消

食育と地産地消は密接な関係があり必要。給食を通じて自分の生まれ生活する東三河の産業を知ることができ、同時に地域への愛着も生まれる。そんな狙いもあり年間6回、献立に「とよはし産学校給食の日」を設けている。旬の時期に利用される提供農産物とその数量は「ミニトマト約85,000個」、フルーツミックスとして利用される『すいか292玉』、日本一の品質を誇る「琉球種」を使用した『とうがん約1,000個』はカレースープとして。そのままで提供される柿は豊橋を代表する『次郎柿約4,500個』。炒めそば、添えキャベツなどに『キャベツ約8,000玉』。お米「あいちのかおり」においては年間330t、お茶碗約500万杯分の白米が使われている。また、小・中学生と保護者が食や地元農業への関心を高められるように『学校給食アイデア料理コンテスト』を開催するなど繋がりを深める活動も。「小さい頃の味覚はとても大切な時期。豊かな食生活にも繋がるように、給食としても地元の食材を安心・新鮮に提供したい。」と桑名さん。そんな思いはあるが、量・品質が揃わない、夏休み中に旬の時期が重なるなど課題も多いようだ。

栄養士からみた学校給食

主食+副食+牛乳が基本の『完全給食』。近年の人気献立はマーボー豆腐、現在はごはん食が増え回数の減ったパン。時代の移り変わりもあるが、昔と変わらず栄養面や食材を総合的に組合せ、献立作りをしている。子どもたちの笑顔のために日々、給食と向き合う栄養士の桑名さん、山口さん、谷中さん（取材時不在）。年間を通じ、給食との距離を近づけるため、近隣の学校に出向き栄養教室や給食指導で食の大切さを伝える一方、子どもたちの声を直接聞くこと、アンケートなどを通して次に繋げている。「新献立の時、反響はドキドキなんです。」と山口さん。小・中学生はまだまだ食域は狭い、懐かしい手のこんだ郷土料理を取り入れるなど、家庭では馴染みのない献立を取り入れることで、少しでも家庭の見本になれたらと力が入る。「カレーライスだけでなくサラダもつけよう」など、自ら食に興味を持ち、家庭で実践してもらえることを願う。そんな栄養士や調理される方々の尽力の甲斐もあり残食は全体的に減っている。学校生活で楽しみな時間であり、食育という観点からみても重要な給食。栄養士としての仕事に終着点はない。

6次産業への期待

地元農産物を使用した特長ある献立を実施し、地産地消を推進する「とよはし産学校給食の日」。それ以外の時期でも地元の加工した食材を味わうことができたらと地元特産物の6次産業化への期待も強い。通年性をもった加工品としての安定供給、食べやすさ、栄養価向上など、食材によっては新たな献立が生まれる利点もある。現在もビュレやペーストにするなど使いやすい工夫などを加工業者と協力して推し進めていく取り組みや動きもあり、地元特産物の6次産業化への期待の高さをうかがわせた。

給食の現場 食材と農業

その日に同じ規格の物を決められた量、集めるのは大変なこと。決まった時間内に仕上げる責任もあり、規格を揃えることで加工に時間をかけず時短を計るといふ。食材調達と時間、予算など制約が多い中、バランスを取りながらというのが現実。またその一方、農産物との関わりを知る一環として使用する農産物の生産者が年に1度、1校の学校への足を運び、直接子どもたちと交流をしている。授業として取り入れられる学校もあり、まず農産物を知り、栽培される過程を知ってもらうことでより身近に感じてもらうことができるという。

給食の今を知る

豊橋市内公立小・中学校における給食を通じ、児童生徒の食育を推進し健全な心身の発達と豊かな食生活を守るため、安全・安心な食材料を調達、学校給食共同調理場における受託業務を行っているのが公益財団法人豊橋市学校給食協会。県職員の12名の栄養士が市内統一献立の必要食材、産地、数量など落とし込み、献立を作成している。前年にほぼ90%の献立素案が作られるもの不作や台風などの影響による産地変更など、状況を見ながら年、半年、月単位で微調整を行い、常に管理されている。



◀ 検便など健康面のチェックをクリアしないと入室できない徹底的に衛生面を管理された調理室

●その他の豊橋学校給食共同調理場

●西部学校給食共同調理場 豊橋市神野新田町

●北部学校給食共同調理場 豊橋市石巻本町

●東部学校給食共同調理場 豊橋市西口町

●南部学校給食共同調理場 豊橋市橋良町

豊橋市橋良町に位置し、平成13年9月に建替えられた。小学校13校、中学校5校の8,991食(平成25年5月1日現在)を毎日届けている。栄養士3人が常時勤務につき、給食食材の購入を担当する公益財団法人豊橋市学校給食協会も施設内にある。

はちどり 貸し農園

「限定50区画」利用者募集!!
農具貸出無料、水くみ、有機肥料(持出不可)完備

普段、土と接することのない方に、野菜作りを通して「作ること」「食べること」を一貫して体験できる貸し農園。必要なものは長靴一つ!一通りの道具完備で気軽にチャレンジできます。有機農業を通して環境との関わりを感じながら、美味しい野菜を作りましょう!農作業のあとは、古民家カフェでのお食事や、近隣の自然を活かした体験などご紹介。四季折々の奥三河を農園を通してお楽しみください。

●新城市内井道北21-3 ●1区画 30㎡ ●有機無農薬栽培

非営利事業で料金がほとんどかかりません

料 金

登録料 3,000円(税別)初回のみ

利用料 15,000円(税別)/半年

※料金の支払いは半年後との更新になります。

農林水産省「農ある暮らし交付金」事業のため、
2014年9月22日まで

今なら 利用料 無料

限定50区画

企業団体様でのご利用も可能です

利用希望者多数の場合は抽選となります。

はちどり貸し農園

詳しくは資料請求▶

企画・運営 合同会社アグリホリック

新城市富岡字門原野189 agata@agriliolic.com

0536-24-8002



3つのこだわり

有機無農薬の安全な野菜をふんだんに使用

一度の食事でたくさんの品目を摂取

飽きない日替りメニュー
毎日ブログでメニューを更新!



昨年末新城市西新町にオープン!
自家菜園野菜メニューが自慢の農家カフェ

南米エクアドルの先住民に伝わる「はちどりのひとしずく」という民話が由来。ある時は助産院、ある時は日本舞踊教室として使用されていた築100年の古民家。建物からの力、行きかった人たちのパワーを感じる空間は、ゆっくりと時間が過ぎ、懐かしいぬくもりを感じます。



朝ごはん

(6:00~11:00)

680円

※8時まで早朝
特別割引価格 500円

ごはん・汁物はおかわりコーナーにておかわり自由

朝・昼ごはん 8がつく日は「はちどりの日」→80円引き



昼ごはん

(11:00~14:00)

880円



ドリンク

コーヒー(ホット・アイス)

和紅茶(ホット)

リンゴ100%ジュース

オレンジ100%ジュース

各**360円**

(お食事とセットは+160円)



はちどりではスペースも有効利用できます!

例えばこんな使い方

宴会やパーティー、イベント、お試しビジネス

ギャラリー、情報発信、販売スペース

カフェはちどりでお気軽にあなたのプランをお聞かせ下さい。

一度「はちどり」までお越しいただき、スタッフにお気軽に相談下さい!



古民家カフェ

はちどり

新城市西新町29-2 営業 / am6:00~pm4:00 有

0536-23-6688

hachidori.dosugoi.net



※表示価格は3月20日現在

自家菜園、東三河産

店内禁煙

バリアフリー

予約可能(予約特典あり)

Orto

豊橋市大山町東大山141
Tel.0532-39-8310

営業時間

LT/11:00~15:00(LO14:00)
DT/18:00~23:00(LO22:00)

●定休日/火曜日 ●P/有

●HP/orto-4stagioni.jimdo.com/



豊橋
ランチ
ディナー

自慢の採れたて野菜をふんだんに使ったコース料理

落ち着いた雰囲気の中でイタリアンコース料理が味わえる女性中心に人気のオルト。目に鮮やかな前菜は採れたて自家菜園の新鮮野菜を使った自慢の一品。その時期の旬の野菜を中心に7~8種が使用され、野菜本来のおいしさと盛り付けの彩りが楽しめる。手に入らない野菜は自家菜園でまかなえるのもオルトの魅力の一つ。



オススメメニュー

- MEMU A(ランチ・ディナー) 1,700円
スープ+前菜+パスタ+パン+ドルチェ+カフェ
 - MEMU B(ランチ・ディナー) 2,500円
スープ+前菜+パスタ+メイン+パン+ドルチェ+カフェ
- ※いずれもパスタは5種の中から選択

自家菜園で採れる新鮮野菜を使った本格イタリアン! 豊橋

Aji no Shizuku

産地直送

カット野菜

飲食店規格提案

契約農家

ママ食材有限公司

豊橋市大岩町字岩田13番地1
Tel.0532-39-5229

●定休日/日曜日

●www.mama-syokuzai.co.jp/



豊橋

広大な大地の恵みをおいしい料理に!!

受注WEBサイト

Vegi de lohas(ベジデロハス)
http://netoroshi.com/m/vegi_de_lohas
※携帯電話からもご覧頂けます。

※お気軽にお問い合わせ下さい。

ママ食ポイント

- ★地元野菜、カット野菜、規格提案いたします!!
- ★カット野菜によるコストの削減が出来ます!!
- ★自社独自WEBサイトによる受注システムで注文も簡単にできます!!
- ★めずらしい野菜やカット野菜などお客様のニーズや要望に応えられる様に日々努力しています!!



豊橋 カット~有機野菜・ハーブまで野菜のことならまず「ママ食材」

Aji no Shizuku

くくむカフェ kukumu Cafe 「地産地食」産直のカフェだからこそ出せる料理を...

強い弾力ともっちりとした感触!
身の色がとても鮮明、
育てあげた「絹姫サーモン」!
愛知県豊川の綺麗な水で



絹姫サーモン特有の
適度な脂のり
爽やかな風味と
舌触りをサンドで
お楽しみ下さい!

絹姫サーモンを使った!
姫♡サンド
単品 500yen
ドリンクセット 730yen



毎週不曜日
レディース
デイ

14:00以降ご来店のお女性のお客様限定ホットドリンク1杯ご注文につき、
2杯目のおかわりを無料でサービスいたします。

イ本に
優しい
地産地食のモーニング&ランチ
■モーニング/11:00~11:00 ■ランチ/11:00~14:00

HPを是非チェック!!

くくむガーデン 検索

●定休日:毎週火曜日(4月・5月は無休)

豊橋市向草間町字北新切95 TEL.0532-46-6509 http://www.kukumu-g.com/

4月16日(水)~20日(日) くくむガーデン 7周年 誕生祭開催! 詳細は4月HPにて!

いよいよ毎年大好評の「周年祭」の季節!お見逃しなく!! 豊橋

しずく

お米でんご

春の行楽のお供に

1本77円~115円

こよみ 毎月変わる 暦だんご

この季節限定の大人気さくらあん。さくらの香りいっぱい。

4月 さくらだんご

大好評 季節の5本入パック 428円

地産地消費実践店

お米一筋

農林水産大臣賞 受賞店

のだや

八幡店
豊川市八幡町西赤土61-10
TEL.0533-87-4111

千歳通店
豊川市千歳通り2丁目20-1
TEL.0533-89-9255

小坂井店
豊川市伊奈町前山1-15
TEL.0533-78-2750(代)

店長イチオシ 弱アルカリ性の「ピロール米」

サプリメントがいらなくなる!? 超健康米

健康を一番に考える方に絶大な人気のピロール米。その人気の秘密は他のこだわり米と比べ圧倒的にカルシウムやビタミン・ミネラルが多いこと、何と言っても「弱アルカリ性の米」であることです。詳しくは店頭でお気軽にお尋ね下さい、別紙資料がありますので詳細をご覧いただけます。アトピー専門医が推奨するピロール米が今後注目を集めそうです。

山形産コシヒカリ 640円 / 福井産コシヒカリ 620円 / 山形産はえぬき 468円 (玄米1kg)

※表示価格はすべて税抜 豊川に3店舗 地元をはじめ安心安全な品質のお米を全国から

野田博司

豊川 米屋ならではのおいしく、体にやさしい商品をご用意

しずく

おうちごはん ~気になる人の気になるごはん~

仕事が遅くなることが多いので30分以内、3品を目標に超短料理をテーマに毎日作っています。野菜嫌いの息子が二人いますので野菜単品ですとなかなか食べてくれないのでなるべく、いろいろな物に野菜を入れて作っています。農家さんの知り合いに、季節の新鮮な野菜を頂くのでそういう時は、シリコンスチーマーを使い、味付けは最低限にして素材の味を楽しんでいます。



株式会社ボンとらや

豊橋市羽田町

若女将 佐藤泉美さん

「お菓子の基本とは人に差し上げるものではなく、毎日自分が食べたくなる”おやつ菓子”こそ菓子の原点です。」そんな一途な思いを語るのには創業昭和二十六年の「和洋菓子 ボンとらや」。



◆和食の朝セット
煮干しやペリャなどの野菜具沢山の味噌汁

◆どうまい牛乳リゾット
余った「おうちごはん」でどうまい牛乳とコンソメで煮込めだけの簡単リゾット

◆どうまい牛乳
明太子クリームパスタ
明太子とバターとどうまい牛乳をパスタソースにしました。

■佐藤さん家のある日のおうちごはん



農林水産省新事業創出人材育成委託事業 6次産業化推進人材育成事業受講を終えて

●豊橋市西小鷹野3丁目6-6
●<http://i-styledesign.com> ●<http://shizuku.info/>

6次産業とは…

アベノミクスにも組み込まれている6次産業化。もとをたどれば、6次産業化・地産地消法は平成23年3月1日、「地域資源を活用した農林漁業者等による新事業の創出等及び地域の農林水産物の利用促進に関する法律」、通称「6次産業化法」が施行された。農林漁業（1次産業従事者）の原材料と、加工（2次産業）・流通や販売（3次産業）すなわち、1次×2次×3次=6次（1次+2次+3次=6次）6次産業を言われ、経営の多角化を進めることで農山漁村の所得の向上を目指し、地域の活性化に繋がることが期待されている。ここ数十年の間に農林水産業界のキーワードにもなる言葉となり、それぞれの分野での事業者が連携することで、地域資源、作ったものの価値を高めた新たな物や分野が生まれ、地域だけでなく、世界にも目を向けたビジネスの可能性を秘めている。



農林水産省新事業創出人材育成委託事業

農林水産省新事業創出人材育成委託事業として「日本農業を先導する東海地域の6次産業化推進人材育成事業」を2期生として受講した。国立大学法人豊橋技術科学大学が中心となり、平成25年10月5日～平成26年2月8日、1・2・3次産業基本論、経営・マーケティング基本論、6次産業化実践論、新事業創出実践論のカリキュラム（19日間・全65コマ）が生まれ、東海の近隣の県から39名が受講。新規就農者、農家、加工機器メーカー、公務員、金融機関、新規開拓事業者など、異業種の受講生がそれぞれ目標を掲げ、半年間、仲間として切磋琢磨し1つのプランをグループ討論・発表などを協力し合い、課題に取組んだ。また、専門の先生の講義を受けるだけでなく道の駅や、加工メーカー、6次産業化実施会社等を訪れる視察もあり、実際の生の声を聞くことで視野を広げられた。最終的に個人個人のビジネスプランを発表するまで、加工や6次産業化成功事例など専門的なことから、ビジネスに必要なとされる経営理念の立て方、それぞれの職種・生産物における洗い出すことで分かる弱みと強み、ブランディングの必要性など6次産業化を総合的に学ぶことができた。

しずく企画室

アイスタイルデザイン代表 村井 ゆかり
業務の傍ら本誌企画室の取材と編集を行う。母親という一面から今後の農業の活路を模索中。

全過程を終えて…

全過程を終え、長いようで短く思えた半年。6次産業化を目指す農家さんや加工業者さんと同じ目線で、同じ気持ちに少しでも近づきお手伝いがしたい一心でした。大きな不安もありましたが、一人ではできないことも、他の受講生の皆さんに刺激をもらったからこそ修了することができました。ここから新たにスタートし、デザインの観点から「様々なパターンの6次産業化があり、この自然に恵まれた東三河を中心に、大切な資源があるからこそ、さらに価値の高いものへとブランドや分野を作る必要性も伝えたい。」お力添えができるように頑張りたいと改めて感じる半年間の講習会でした。



どうまいプリン

JA愛知みなみ
中央製乳との
地元コラボ商品

田原の契約田原の酪農家さんが搾乳後24時間以内にバクテリ、鮮度重視牛乳「どうまい牛乳」を使用したためらかなプリンです。

1個 249円(税込)

本店	豊橋市羽田町66	Tel.0532-31-6116	
きたやま店	豊橋市小松町240-1	Tel.0532-45-2345	ケーキハイキング実施中
豊川本店	豊川市諏訪西町2丁目264	Tel.0533-83-2088	むしたてまんじゅう工房
東田店	豊橋市栄町39-1	Tel.0532-62-6929	焼きたてたんご工房
二川本店	豊橋市雲谷町字上ノ山190-11	Tel.0532-65-2688	焼きたてたんご工房

一葉筋道

ボンとらや

地元食材のコラボ商品! どうまい濃厚なプリンはリピート必至! 豊橋