



vol.41

季節誌 しづく
2021.12 >> 2022.2

からだをめぐる地のしづく、生きてくためのしづく
めぐり、めぐり未来につなぐ
何度も、何度も、何度も、何度も、何度も
生まれる前から続く終わらないサイクル
絶えることないサイクルへ

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

季節誌しづくは東三河の各市より後援をいただいております。 後援／豊橋市・豊川市・田原市・蒲郡市・新城市

太陽熱の床暖房を
実際に体感して下さい



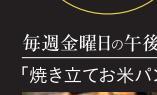
〒442-0069
豊川市諏訪西町2-248 **0120-86-4191**
ハロー よい 空 気

見学ご希望の方は右記QR、又は
お気軽にお問い合わせください
ネット申込はごらん ➡



年末年始について●モデルハウス・本社 12月31日金～2022年1月3日月まで／エコショップ 12月29日水～2022年1月5日水までお休みをいただきます


MEGAMI's RICEBRANシリーズ



FRIDAY
SATURDAY
ONLY
金・土曜日
限定

グルテンフリー

アルカリ性
ピロール米8分づき使用

RICE BRAN

米ぬか入り

毎週金曜日の午後から
「焼き立てお米パン」の日

EVERY FRIDAY AFTERNOON



100円(税込108円)～
およそ6種類を「数量限定」でご用意

毎週土曜日
「お米の食パン」の日

EVERY SATURDAY



ピロール米とは…

お米で唯一の弱アルカリ性で、カルシウム、亜鉛、マグネシウム等の数多くのミネラル・ビタミンが豊富に
含まれ、体に吸収されやすい状態(キレート化)で食べられるお米。のだやイチオシのお米です。

農林水産大臣賞 受賞店

お米一筋 のだや

八幡店【水曜定休】 小坂井店【土・日曜定休】

豊川で2店舗 地元をはじめ安心安全な品質のお米を全国から

豊川市八幡町西赤土61-10 TEL.0533-87-4111 豊川市伊奈町前山1-15 TEL.0533-78-2750(代)

じっくり焼いたねぎの甘みを楽しむマリネ



甘味を引き出した焼きねぎレシピ
じっくり焼いて



焼きねぎのマリネ

■用意するもの

(2人分)

- 白ねぎ 2本 ●オリーブオイル 大1
【マリネソース】●りんご酢などビネガー 大1
- オリーブオイル 大1 ●塩・こしょう 適宜
- 砂糖 適宜 ※大葉やごまなどお好み

■作り方

- ①白ねぎを2~3cm程に切り、フライパンにオリーブオイルを入れて弱火でじっくり焼く。
- ②マリネソースの材料を合わせて混ぜておく。
- ③焼き目がついたらお皿に盛り、熱いうちにマリネソースをかけてできあがり。
マリネソースの中に焼きあがった白ねぎを入れて和え、冷やしてからでもOK。
お弁当のおかずや、箸休めにも…。

■しづくく / 焼きねぎのマリネP1

■旬のしづく / 地産地消推進隊P2-3
田原市／エターマト 植田 卓之さん 幸子さん■地のしづく / 地産地消応援隊P4-5
豊川市／ハッピーピンチ 松澤 祐子さん
豊川市／ベジライフ 藤田 佳弘さん■しづくTIMES / 地産地消の小さな流れを紹介
新城市／奥三河風来 内匠かどや 小笠原 大樹さんP6
豊橋市／emCAMPUS FOOD ホテルアーリッシュ豊橋 今里 武さんP7
豊橋市／オープンファーム 株式会社リーフ 尾崎 幹憲さん・伴 和樹さんP8■しづくの「ミチシルベ」/ 野菜入図鑑
新城市／池田 彰伸さん・嘉子さんP9■味のしづく / 地産地消実践隊
豊橋市／豊川市／蒲郡市／田原市／新城市 協力店・協力企業さま生産者と消費者を
地産地消でつなぐ季節誌
しづく
vol.41

2021.12 ▶ 2022.2

しづく

協力

ひと・夢 いいね。
JAひまわり新鮮で安全・安心な農畜産物の提供を目指して!
「年間を通して消費者が望む新鮮な農畜産物を直接販売」
野菜大好きな主婦の私も、もちろん常連です!

JAひまわりHP



グリーンセンター一宮

豊川市東上町松本227番地 Tel.0533-93-6111
●営業 9:00~18:00 ●定休 2月・7月第1水曜、盆、正月

お値打ちで新鮮! 発見いっぱい! 産直大好き!

季節誌しづく取材スタッフ
季節誌しづくスタッフ野菜の山口Pro
アスリートブランドマイスター2級
野菜大好き! ゆかりん

白ねぎ

グリーンセンター一宮で
見つけた生産者さんに突撃取材!

一番大切にしているのは「味」。堆肥などの有機質を使いこなし、培った技術で「おいしい」と言ってもらえる野菜を作りたい」気持ちを常に目標としている。



砂地が作り出す、冬の代表野菜の1つ白ねぎ

「ありとあらゆる野菜に挑戦してきた。失敗もあつたけど、気候や土壤にあった野菜と品種を選択。特に白ねぎは自信があり、手間暇かけています」と牧野さん。散歩しながら地域の畠を見たり、各産直の特徴を把握し、日々の情報収集や勉強もかかる。

牧野さんは先代から農家を受け継ぎ二代目。自営で桐たんす職人だったご主人を手伝いながら、母親も共に大根やスイカなどを栽培していました。後にご主人の60歳を機に、2人で本格的に農業筋に。

牧野さんは、豊川市江島町で、自営で桐たんす職人だったご主人を手伝いながら、母親も共に大根やスイカなどを栽培していました。後にご主人の60歳を機に、2人で本格的に農業筋に。その後、豊川市江島町で、自営で桐たんす職人だったご主人を手伝いながら、母親も共に大根やスイカなどを栽培していました。後にご主人の60歳を機に、2人で本格的に農業筋に。

豊川沿いに砂地が広がる、豊川市江島町。触るだけではサラサラの土壤で、自慢の白ねぎを栽培している牧野須美江さん。

白ねぎ生産者 牧野 須美江さん

冬は白ねぎのはか、白菜や大根、春はキャベツやニンジン、夏はピーマンとゴーヤを中心栽培。

就農時に出会った

「樽栽培」

三河湾に面し、広大な畑が広がる田原市向山町。日照時間が長く、降雨が少なく暖かな気候で、起伏がほとんどない平地が広がるため、切り花のハウスが多い。この地で100年以上農業を営み、現在5代目を継いでいるのが、植田卓之さんと幸子さんご夫婦。

植田さんは地元高校の同級生。高校卒業後、長男であるため農業を継ぐ決意をし就農。植田家は元々、野菜やメロンなどを栽培していたが、45年ほど前より大玉トマトに切り替えた。そして卓之さんの就農時に、さまざまな栽培方法を見て回り、豊橋で一軒のみ取り入れていた「樽栽培」に出会った。この栽培方法が自分に合っていると採用を決めた。特徴は樽に1株のため、トマトの状態を見て、それぞれのトマトに合わせた栄養を与えたり水はけの良い状態を調整することができる。



今回のしらずく

■ウエタトマト 植田 卓之さん 幸子さん

田原市で116年続く農家。フレッシュトマトだけでなく、六次産業化も展開中。水、土壤、温度、日照、微生物…すべてのバランスを考え抜いたハウス内のトマトは、どれもピカピカで色濃い。

<https://uetatomo.com/>

こだわりの樽栽培と 丁寧でやさしい環境づくり

田原市を含め、トマト栽培が盛んな東三河。そんな中、「ウエタトマト」と名づけ、特徴や美味しさを追求して栽培をしている植田さんご家族にお聞きした。

今回の旬のしらずく

大玉トマト

フードオアシスあつみ山田店、一期家一笑、伊良湖休暇村など
ポケマルサイトより購入可
(<https://poke-m.com/producers/48560>)

トマト嫌いの方にも
食べてもらいたい

トマトは太陽と土と水が重要。特に水や液肥など水分のコントロールが難しいが、樽の中のヤシガラ土壤によって水分が切れやすいため、調整しやすい。このため、全体が引き締まったトマトになるため、糖度、旨み、食感、酸味のバランスが整う。また、基本となる土壤は微生物や有機物を使い、水は雪解けの水と同じく活性化させた水を使用することにこだわっている。こうしてできたトマトは「特有の青臭さが少ないと、トマトなら食べれる」とうれしい声をいただきました」と

卓之さん。
トマトにはベースグリーンと呼ばれる、ガクのまわりに出る濃い緑色があり、味がのった糖度が高い証(右下写真参照)。こうしたトマトからの合図や様子を見逃さずに丁寧に接しているのも、アットホームな家族経営だからこそできる、トマトへの愛情でもある。

植田さんの描く
これから

「近年、毎年天候が違うため悩ますが、人間がそれに合わせていくと切り替えて対策を打ちながらがんばっています。毎年が初心です」と大変な一面も。

その中、このトマトを使った

六次産業化にも着手。ドライトマトの存在を知り、いろいろ食べてみたところ「自分たちならもっとおいしいものを作れる『こだわって作ろう』と2年前に試作を始め、去年より販売も徐々に開始。遠赤外線の乾燥機を使用することで、中からじっくり熱を入れ乾燥し細胞組織を壊さずにでき、コクと旨みのあるドライトマトが完成した。そして、他にも名古屋で人気のマザーズランチとの共同開発したアヒージョの販売も開始。

ウエタトマトの勢いはまだ始まばかり。

【編集】若い植田さんご夫婦の「トマトへの取り組みや愛情が、いっぱいです!」



1鉢1本植えられた樽栽培





ハッピーピントー

豊川市西豊町二丁目161
Tel.090-8545-5923

- テイクアウトのみ(店舗はありません)
- 営業日／火曜日・土曜日(要予約)
- ※お弁当、宅のみセットを5人前以上ご注文の場合
は火曜日・土曜日以外でもご注文を承ります。
- ※受渡時間指定可能。
- ※お好みや辛さなどお気軽にご相談ください。
- Instagram／@happypinto_07
DMによる注文も可能。

Shop Access



豊川市にある、タイ料理のテイクアウト専門店「ハッピーピントー」。2020年12月25日オープン。オーナーは松澤祐子さん。「ピントー」とは、タイの伝統的な重箱弁当のこと。タイ料理で少しでもハッピーな気持ちになってもらいたいと名付けたそう。

テイクアウトのみの販売で、定番のタイ料理からちょっと珍しい料理までメニューは豊富。

松澤さんは元スポーツインストラクターで、タイの国技であるムエタイと関わったことでタイ料理に夢中になった。タイ第2の都市チェンマイまで足を運び、現地の食材や調理法を習得。帰国後、市内のタイ料理店で働きながら学び、独立。調味料は現地の物を使用し、ハーブや野菜などは出来る限り豊川を中心とした地元の物を使うことをモットーとして「幸せ弁当箱」として本格的な味を届けている。



松澤 祐子さん

Menu

ハッピータイ弁当	1人前 ¥1,200(税込)
ハッピーヘルシー弁当	1人前 ¥1,000(税込)
ハッピーハウスのみセット	1人前 ¥1,500(税込)
ハッピーピントーセット	5~6人前 ¥5,000~(税込)
ゆったりお祝いセット	2人前~ ¥4,000~(税込)

※期間によって内容が変わります。

豊川
地の
Shizuku

地産地消応援隊



生とうがらし、ハーブ類

Motto Check!!

タイ料理にかけない生とうがらしやハーブ類は、豊川市内の生産者「MT HILL FARM」に依頼。

ある日のハッピータイ弁当

Motto Check!!

その日のおまかせタイ料理弁当。
辛さはほとんどの方が食べやすい
ように工夫した彩り鮮やかなお弁当。
スープ付き。

カオヤム

Motto Check!!

タイのサラダライス。レモングラス
やごぶみかんの葉などハーブ類、
生野菜、サテなど混ぜ合わせて食
べます。



今回の食材

パクチー、ケール、
レモングラスなど旬の野菜

豊川市で野菜の仲買業をしている、藤田佳弘さん。4年程前に独立しひジライフを立ち上げ、現在は仲買業と共に、市場で取扱いがなく仕入れできないもののニーズに応え、年間30~40品種の野菜を当古町の畑で栽培している。

藤田さんは専門学校を卒業後、先代の青果会社に就職、子どもの頃から常に野菜と関わってきたため、野菜に関する知識が豊富。

「変わった野菜の挑戦や、野菜の食べず嫌いな人に美味しいと言ってもらえる野菜を作りたい」と、培ってきた技術と経験で日々野菜に携わっている。



豊川市諫訪
ベジライフ 社長
藤田 佳弘さん

5年前に松澤さんと知り合い、パクチーやケール、レモングラスなど栽培を開始。旬の野菜と合わせて、タイ料理に多彩に使われている。



東三河の誇りが詰まった「食の森」 東三河の新たな食の発信拠点誕生

●emCAMPUS FOOD ●豊橋市駅前大通二丁目81 ●TEL:0532-26-5520
●定休日:月曜日(祝日の場合は翌日定休) ●営業時間11:00~20:00
●農民藝術創造俱楽部(屋上農園) ●0532-57-7720 ●HP:<https://www.em-campus.jp>

11月27日にオープン!



2021年8月、豊橋市駅前大通二丁目に、食・健康・学を楽しみ、つながる東三河の駅前の「笑む」に満ちたキャンパス「emCAMPUS」が誕生。そして、11月27日(土)に、2・3階の豊橋市まちなか図書館、1階emCAMPUS FOODがオープンした。中でもemCAMPUS FOODは「カラダにも地球にも美味しい東三河の食の発信拠点～FOOD FOREST～」と題し、東三河を中心とした豊かな食の素材を「買って・食べて・楽しむ」が詰まった食の発信拠点=FOREST(森)として注目を集めている。



東三河がずらり

フードホールのメニューは、ホテルアクリッシュ豊橋総料理長の今里武シェフがプロデュースを務めた。ピザ、和食、洋食、カフェ&スイーツの4ジャンルを用意。奥三河の段戸牛100%を使ったハンバーガー、地元野菜を使ったピザ、三州豚の生姜焼きなどメニューも豊富。

マーケットでは東三河を中心に、全国から選び抜かれた調味料や加工品をはじめ、お店でも使用されている瀬戸焼の陶器などがそろう。また、地元生産者による新鮮な野菜や果物が並ぶ。



オール東三河を目指して



プロデュースした今里シェフは「生産者、企業、人それぞれが主役で、新しい拠点として何かチャレンジのできる場でありたい。併せて東三河全体を持ち上



げていく。8市町村から集まった屋上農園で採れた、新鮮野菜を使った旬のピザや加工品を通じて、オール東三河の必要性も伝えたい」と将来を見据えた。

そして今までになかった新しい施設で、新たに生まれるフードビジネス、作り手の発掘や育成から発信まで、一貫した道筋を繋げる役割も目指していく。

emCAMPUS FOOD

ホテルアクリッシュ豊橋 総料理長 今里 武さん

ハウステンボスホテルズの各レストランをはじめ、関西地区のレストランで経験を積み、2008年ホテルアクリッシュ豊橋の開業時のRESTAURANT KEI料理長を経て2014年に総料理長に就任。



株式会社肉匠 角屋

代表取締役社長 小笠原 大樹さん

豊川市一宮町で、良質な三河の精肉と地元の野菜を使ったお弁当を販売している三河一宮かどやと、サンドイッチ専門店ひだまり食堂(三河一宮かどや店内)を経営している。

理想を現実にする新たなステージ 野菜やジビエなどこの地域の食材を活かす

●奥三河鳳来 肉匠かどや ●新城市上吉田字松沢42

●TEL:0536-34-0100 ●営業時間:10:30~19:00(LO 18:00) ●定休日:月・火曜日

●【三河一宮かどや】豊川市一宮町泉109-3 TEL:0533-93-0520

肉一筋、肉屋「かどや」三代目



小笠原さんは、全国食肉専門学校卒業後、精肉や飲食業に携わり経験を積み三代目を継ぐ。1号店の豊川市一宮町「三河一宮かどや」は歴史も古く、とんかつをはじめとする精肉を使ったお弁当が人気でファンも多い。

今までとはとにかく突っ走ってきた、数年前より年齢と共に「次に何ができるだろう、何がしたい…」と考えるようになり、いつしか伝統ある「かどや2号店」を作りたいと思い始めた。それが転機となり、ゆっくりと2号店の候補地探しを始めた。



新城市上吉田地区との出会い



山、海、川、城下町などあらゆる場所の見て回った。その中、以前より良く足を運んでいた奥三河に注目。新店舗となる新城市上吉田の古民家物件を見た時に「この場所なら自分の思いが叶える」と思ったそう。周辺を散策し、町の雰囲気や風情、そしてなにより人の温かさに惹かれた。

こうして、古民家の店舗作りを開始し、2年通い続けた。調理場や販売スペースは業者に依頼、イートインスペースや裏庭は小笠原さんとスタッフで掃除や手入れなどを行い、愛着あるお店が完成した。



10月8日オープン!

そして、秋の香りを感じ始めた10月8日、奥三河鳳来 肉匠かどやをオープン。「この地区は野菜を栽培している方が多い。メインはお肉ですが野菜は絶対に必要な食材。地の野菜を使い、一宮店では味わえないメニュー、またジビエといった地域柄を活かした洋食レストランへと今後繋げていきたい」と小笠原さん。

店舗からの景色も良く、裏庭にはベンチなども設置され、訪れる方には美味しい料理と少しでもこの地域を楽しんでもらいたいという気持ちが伝わってくる。



お野菜万歳♪
季節誌しづく推薦
野菜人銘鑑
池田彰伸さん・嘉子さん
野菜

しづくスタッフが出会ってしまった「逸品」を自由に紹介する企画。「東三河でこんなものを作っていたとは?」的な情報のお届けです!

現在、出荷先の新城・旬のひろばの店長を務めている嘉子さん。珍しい野菜は食べ方を教えてくれたり、細かな配慮でファンも多い。少しずつ自宅周辺に畑が借りられるようになり、さらに目も行き届くようになってきたそう。陽当りも良く、これから旬のほうれん草は特有の寒さに当たることで甘くおいしくなるなど、なるべく風土や気候を活かしています。夫婦二人三脚で会話をしながら仕事する姿がすてきです。

しづくスタッフの「感動したこと」

オススメは「ニンジンの葉のふりかけ」

「しづく」野菜人銘鑑 Vol.13
新城 池田 彰伸・嘉子さん

彰伸さんは湖西出身で、京都で会社員として農業に携わっていた。嘉子さんは福井県出身で、二人は関西で知り合い、結婚。独立し、遠州・三河で農業で住まいの環境を探していたところ、縁あって新城に落ち着いたのが2010年。

販売先：新城・旬のひろば ほか

葉を細かく切り、ごま油をひいたフライパンで炒め、酒、みりん、しょうゆで味付け。じゃがやごまを入れても!



葉を細かく切り、ごま油をひいたフライパンで炒め、酒、みりん、しょうゆで味付け。じゃがやごまを入れても!



消費者と生産者が触れ合うイベント

栽培見学、収穫体験…現場だから伝わること

- 主催:オープンファーム実行委員会
- (●株式会社リーフ ●豊橋市細谷町字小袋松173 ●TEL:0532-29-1588)
- おうち市場HP : <https://ouchiichiba.com/>

生産者が直接声を届ける



11月21日、「農場開放デー プロの農園を見学できるチャンス!オープンファーム」が開催された。

オープンファームとは『消費者と生産者がつながるきっかけづくり』を目的とし、同日に一齊に農場を開放し、誰でも参加できるもの。生産者の圃場を会場とし、直接販売や農場体験、実際の作業現場を見ることで、双方の信頼関係を構築するための取り組みとして企画。また、栽培後の手入れなど普段は聞けないことを直接質問できるとあって、有意義な時間を過ごすことができる。



豊橋を中心に武豊町や大阪でも…

昨年11月に開催して、今回が2回目。参加農園は尾崎さん自らが声をかけた10軒で、豊橋市はいちご、中玉トマト、お茶・大根、パンジー・ビオラ、胡蝶蘭、シクラメン、養殖鮎、多肉植物。大阪府八尾市はクリスマスローズ、知多郡武豊町はミニトマト・胡瓜の生産者が参加。それぞれの生産者が、来場者に楽しんでもらえる工夫をこなし、見学を中心には試飲や試食、収穫体験(有料)、実演作業、寄せ植え作り(有料)、特別販売などが行われた。延べ、昨年は約800名、今年は約1,400名が訪れた。



オープンファーム

株式会社リーフ 代表取締役 尾崎 幹憲さん
企画推進グループ 伴 和樹さん

豊橋市細谷町にある株式会社リーフ。1998年創業。豊橋市は胡蝶蘭出荷量が日本一、胡蝶蘭を栽培・出荷し、全国に新鮮で品質の良い胡蝶蘭届けている。傍ら、オープンファームの主催も務める。

消費者と生産者の信頼関係



「生産者はまだ発信力が弱く、消費者の方に農場に来ていただくことで、生産者が『誰のために何のために』という大切なことに気づいて欲しくて企画しました」と尾崎さん。また「生産者もこれからはこうしたイベントなどの繋がりから生まれた信頼関係が大切になり、いざれ『この人のために作る時代がやってくる』とも語る。



今後も参加農園を増やし、イベントの存在向上を上げると共に、より多くの消費者に来てもらえる企画を目指す。