

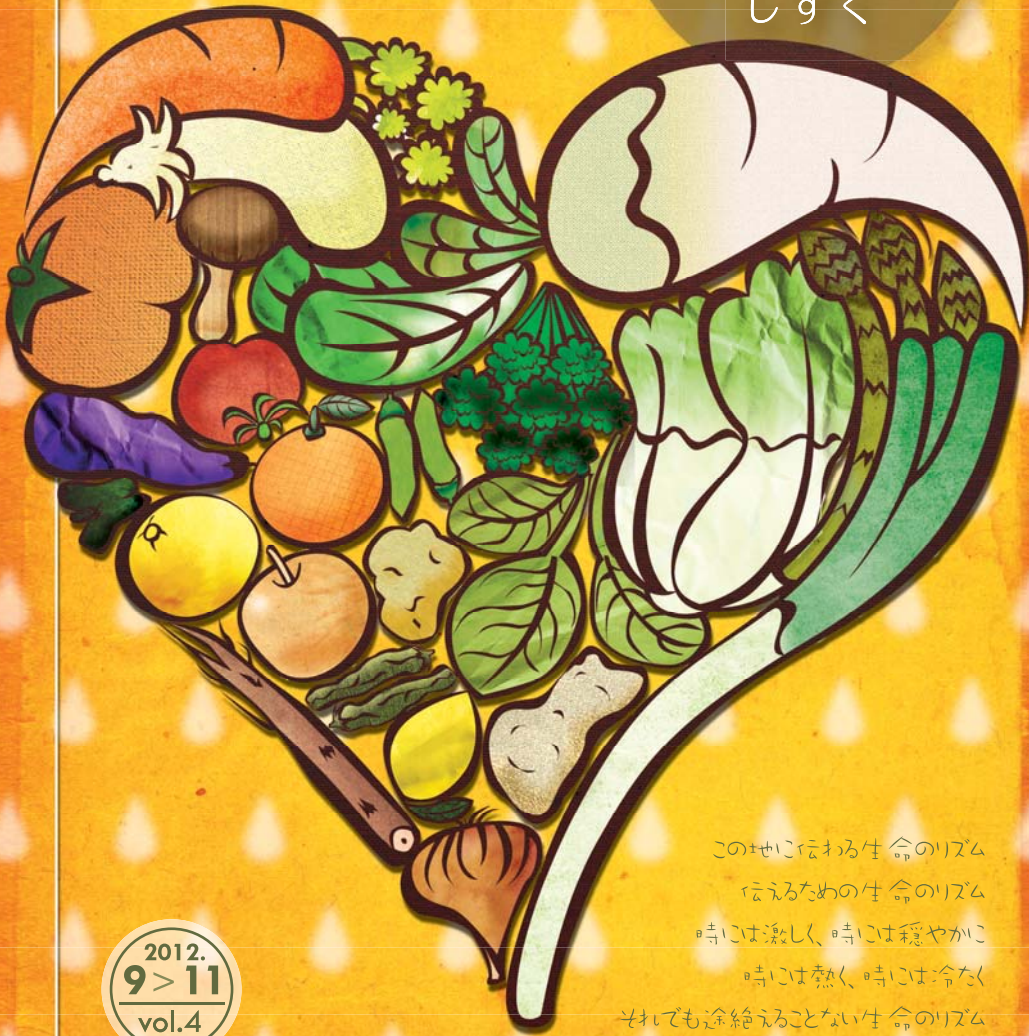
地産地消で
生産者と消費者をむすぶ

季節誌

滴

Shizuku

しずく



この地に伝わる生命のリズム
伝えるための生命のリズム
時には激しく、時には穏やかに
時には熱く、時には冷たく
それでも途絶えることない生命のリズム
未来につながる終わらないサイクルへ

2012.
9 > 11
vol.4

第11回 イトコーマーケット開催! 10月21日(日) 10:00~14:00

小雨決行・雨天一部決行

今回のテーマは **HEART-i**

手作りを愉しむ H | 芸術的 A | 伝える (tell) T | 3Rを考える R | 地球環境と食 E

イトコー駐車場 モデルハウス エコショップ

イトコー愛国的に 布小物やアクセサリーなどの手作りを中心としたハンドメイドワークショップ。エコショップ、モデルハウスでは、「M-cafeさん」「農家cafeさん」の1day cafeがオープン。親子手作りコーナーでは、「ミニこども工務店」をご用意。

3会場 同時開催 詳細は開催間近のホームページ、またはエコショップ備付のマーケット案内をチェック!



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

「穂の国の家」モデルハウス

豊川市諏訪西町2-248
営業時間/10:00~18:00 定休日/水曜日
※お仕事帰りにもお立ち寄り下さい。
(時間はご相談下さい。)

愛知県「初」登場!
「OMクワトロソーラー」

従来のOMソーラーに太陽電池を組み合わせたハイブリッドソーラーシステム「OMクワトロソーラー」を新たにプラス! 数字の4を意味する「クワトロ」の名の通り、OMクワトロソーラーでは太陽熱+太陽光により暖房・発電・給湯・換気の4つの機能を果たします。

私たちが生まれたこの土地には、とても素晴らしいヒト・モノ・コトが揃っています。気候風土を知っている親から子、子から孫へと受け継がれていくものがすくすく時代の変化によって変わってきているかもしれません。忘れかけてたこの地元の良さを改めて感じて頂きましょう。地域にスポットをあて、衣食住を中心に活躍する生産者、開発者、職人の方々等をお招きして、普段では聞けないお話を交えながら、体験・体感をして交流して頂きます。

地産地消講座

●日時: 10/5 (金) 10:00~12:00

●定員: 10名
●参加費: 1,000円
●持ち物: 特にありません。
●講師: 穂本はちみつブルーベリーファーム代表 穂本 佐和子さん

●日時: 10/23 (火) 10:30~12:00

●定員: 10名
●参加費: 1,200円
●持ち物: マイカップ
●講師: ことう製茶 後藤 元則さん 紀生子さん

お問い合わせ・資料のご請求は下記まで
ハロー よい空気
☎ 0120-86-4191
〒442-0069 豊川市諏訪西町2-248

イトコーの家 検索

株式会社 **イトコー**

→ 資料請求はホームページからどうぞ..... www.itoko.co.jp

生産者と消費者を
地産地消でむすぶ

季節誌 しずく

vol.4
2012.9>11

■しずくTIMES P1

■田原市/
ええZONEマーケット

■旬のしずく P2-P3
地産地消推進隊

■田原市/森下農園
森下和茂さん

■地のしずく P4-P5
地産地消応援隊

■豊橋市/ベジカフェ
ロータスさん

■新城市/空*多楽農園
遠山さん夫妻

■味のしずく P6-P9
地産地消実践隊
・MEGURIYAさん
・今川果樹園さん
・伽羅(きゃら)さん
・Yummyさん



庶務・会計 福井達弥さん
マーケット立ち上げ当
初からボランティアと
して参加している。

リピータ殺到! 「田原市谷ノ口」産直 「人がまた人を呼ぶ」。産直の理想的なあるべき姿

住所：田原市南神戸町高畑28番地1
お問合せ：0531-27-0537

開催日：毎週日曜日 午前8:30~正午
http://www.tees.ne.jp/yanokuti/

生産者と購入者がつむぐ販路

農業算出額全国一の田原市。海沿いを走る国道42号を豊橋方面から向かい東神戸を越えた谷ノ口交差点。右側に目をやると、壁面に実に鮮やかな文字で飾られた建物が飛び込んでくる。ここが「谷ノ口ええZONEマーケット」。毎週日曜日の朝8時半開店を前に、周辺は一気に熱気に包まれる。遠くは静岡県浜松市から足を運ぶリピータもいる人気の産直で10月に8年目を迎える。地域ボランティア、学生パートで運営され、進んで接客、運営を手伝う様子は活気ある朝市さながらの雰囲気。店頭と並んだ野菜はどれも新鮮、その上、他の産直と比較しても質や量の割に値段が安いことに驚かされる。「それもこれも購入者側の期待を常に超えたいと思う生産者の意識の高さがあるからです。」と福井さんは話す。そして、それをよく知るリピータの購買欲をまた刺激する。双方が意識を高めていくことで、消費が刺激され経済活動が生まれている。まさに理想的な相乗効果のある生きた販路と言える。

やのくち

「田原市谷ノ口」産直

「人がまた人を呼ぶ」。産直の理想的なあるべき姿

住所：田原市南神戸町高畑28番地1
お問合せ：0531-27-0537

地区を上げた地域開発計画

現在、登録生産者は約80名、農産物を中心にシーズンで約200種が並ぶまでに成長した。谷ノ口地域全体を活性化させる事業の一環として「表浜ほうべの森公園(仮)」開発計画があり、コミュニティの場としても、益々このマーケットの存在意義が高まると思われる。「食育の目線からも、親子で来た時に、曲がったきゅうり、キズのある野菜が当たり前なんだと子どもが自然に知るような場所になれたら...。そして、古い建物をそのまま利用し、みんなで作り上げた再利用&手作り感いっぱいマーケットだからこそ、値段にも信用が生まれている。」と強く語る福井さんの表情は笑顔で溢れていた。



今月のPresent!



しずくエコバッグ プレゼント♪

●プレゼント応募 住所、氏名、年齢、電話番号、「エコバッグ希望」、本誌への感想やご意見など明記の上、メール「present@shizuku.info(件名にプレゼントと明記)」もしくは下記まで1/1ガキでご応募下さい。
豊橋市西小鷹野3丁目6-6「しずく企画室」宛 発表は当選通知もしくは商品の発送をもってかえさせていただきます。
※ご応募頂いた個人情報については今回のプレゼント企画以外での目的には使用しません。

音羽米だけで作りました。
最近、米粉のスイーツもたくさん登場していますね。お店ではもちろん、自宅でもそんな米粉を使ったホットケーキはいかがですか?音羽米独特のもちもち感がホットケーキのおいさを引き立てますよ。
この時期は果物もおいしい季節!地元産の果物をトッピングしたホットケーキをぜひお楽しみ下さい!

米粉のホットケーキミックス 300g入

音羽米 100% 使用

こだわりの米粉
こだわりの米粉
こだわりの米粉

あやつにももちろろん安心♪

こだわりの米粉

音羽米のたんぱく質のほろほろ
音羽米のあれこれ...
更新中です~

●ネットショップ/<http://otowamai.com/> ●ブログ/<http://kodawari.dosugoi.net/>
●電話/0533-87-3884 ●FAX/0533-95-3784
●受付時間/9:00~17:00(ネットショップは24時間受付中)

●豊橋市/音羽米は「音羽グリーンセンター」で(他都内)購入可能です。

こだわりの米粉

東海理化学 音羽工場 ● 東海理化学 音羽工場 ● 東海理化学 音羽工場

名鉄本線 ● 名鉄赤坂 ● 名鉄赤坂 ● 名鉄赤坂

音羽線 ● 音羽線 ● 音羽線

音羽線 ● 音羽線 ● 音羽線

フードオアシスあつみ「旬との出逢いシリーズ ~いちじく~」初秋編

栽培を始めて11年、少しでも体にいいものを作りたいと、低農薬、有機栽培にこだわっているいちじくは、マスイドワフィン、ソリエス、蓬葉柿(ホウライシ)の3種、朝採りされたいちじくが店頭に出ます。栄養成分から高血圧、動脈硬化の防止、便秘改善も期待できると言われています。

年間収穫量日本一「愛知」の実力を是非この時期にお楽しみ下さい!

旬の期間 10月頃まで

旬限定

あつみ自家製 フレッシュいちじくジャム
朝採りいちじくを使い、北海道産でんぷい糖とレモンのみで仕上げた逸品。150g入 298円

パン工房あつみ 恵み食パン
国産の高品質な素材だけで作ったあつみの看板商品! どうもすて、この食パンを食べたら他の食パンが食べられなくなります(笑)1斤250円

ATSUMI FOOD OASIS

田原市古田町エグノ前125
TEL.0531-33-0543

田原市田原町西1番地 セトパール内
TEL.0531-24-0711

豊川市宿町佐平山56
TEL.0533-78-4541

豊橋市山田町西字山11-1
TEL.0532-37-5281

毎週日曜日朝市
豊橋有機農業の会
いちじく ちびいちじく

あつみ山田店駐車場
午前8:30~午前10:30
<http://toyohashiyuki.jugem.jp/>

田原の滴

Shizuku

地産地消推進隊

濃いピンク色の果実に、黒の種のコントラスト
果汁もたっぷりて、こってりした食事の後はぴったり

ドラゴンフルーツとの 出会い

重油価格高騰が経費を圧迫しつつも、先代から続くハウスみかんを栽培を続けていた頃、父が行った香港のホテルのフルーツバスケットの中にあつたことで「ドラゴンフルーツ」の存在を知る、これが今からちょうど10年程前、珍しい物を作りたい、そんな好奇心から、静岡県の生産者さんとメール

今回の旬のしずく

ドラゴンフルーツ 品種:レッドピタヤ
他:ハウスいちじく など

サンテパルクたはら、道の駅 田原めつくんはうす、あぐりパーク(食彩村)、ロコステーションで入手可能。
(売切れの場合あり)

ハウスの地面に広がるタイカン
ドフハウス内の環境ハローメ
ターにもなっている。



ど「経験や実験に勝る知識はないから、土地にあつた自己流栽培方法を見つける。現在も試行錯誤の連続。毎年、毎年が勉強。」と森下さんは話す。

生産、販売: 難しさも...

ドラゴンフルーツはサボテン科。果皮が竜のウロコにように見えるため名付けられた。現在、赤い果実「レッドピタヤ」と白い果実「ホワイトピタヤを

栽培しているが、生産性や甘みが安定しているレッドピタヤを中心に無農薬にこだわりの栽培している。果肉の赤色は「ベタシアニン」というポリフェノールの一種で強い抗酸化作用がある。また女性にはうれしい「お通じも良くなる。」と話す購入者もいるそう。実のものとなる花は、月下美人と同じ夜咲きで月の満ち欠けに関係、15日おきに開花、受粉作業は家族総出で夜に行う。その後、約35日かけて鮮やかなピンク色の実をつけ収穫となる。毎年繰り返すことでも花をつけさせる難しさ、肥料のやり方の難しさなど、作り方も未だに確立されたとは言えないという。ここ5年くらいでドラゴンフルーツの認知度も上がってきたが「食べ方、時期、保存方法」など購入時に添付するも、質問されることもしばしば。情報提供がまだ不十分。こういう新たな課題が、また次への「やりがい、意欲」となっている。

森下さんが思う 地産地消...

地産地消は、鮮度の良い旬のものが食べてもらえるので賛同。反面、旬になると、同じものでも、手のかけ具合の違い方に揃う傾向」があることを経済面から懸念する。生産者が来年、また将来に向け、意欲の沸く価格設定基準が早く確立することを願う。

「味はさっぱりした甘さ、果肉はやわらかくサクサクした食感。とにかく一度食べて下さい。」と森下さん。

【編集】

南国ばりのハウス内の迫力！初めての果実の舌触りや食感味、すべてが新発見でした。

今回の人しずく

■森下農園 森下和茂さん

先代から続くハウスみかんから徐々にドラゴンフルーツへと移行し、現在に至る。人とは違うものを作ることが楽しみで非常に研究熱心。マンゴー、ブルーベリー、ミラクルフルーツなどの栽培を行う。すべて成功するわけではないが、失敗にも収穫はあると次への挑戦をのぞかせた。



人とは違うものを… 原動力は「好奇心と探究心」

田原で「ドラゴンフルーツ」を栽培する森下農園。今でこそ少しメジャーになった名前だが、挑戦を始めたのは10年前。インターネットで目にするのも少なく、まだまだ知られていない存在に興味をそそられて栽培を開始。毎年、毎年、手探りと話す森下さんの好奇心と探究心の源についてお話を聞いた。

種類は「赤」「白」「黄」
当農園では「赤」を中心に栽培



VEGECAFÉ LOTUS
ベジカフェ ロータス
豊橋市西岩田6-16-12
Tel.0532-69-0880

- 営業時間 / 9:00~19:00
- 定休日 / 月曜日
- P / 16台
- HP / www.vegecafe-lotus.com/

●Shop Access

豊小 ●	サークルK ●	至岩田運動公園 ●
		CaDen ●
	セブンイレブン ●	第二駐車場 ●
		至飯村 ●
shop illex ●		至平医院 ●

肉・卵・牛乳・魚介類など動物性食品、合成添加物、砂糖を一切使わない食材やオーガニック野菜を使用。食に対して意識の高いお客さんが集う人気の「ベジタリアン」カフェ。

メインディッシュが14日間でかわる マクロビ・玄米 Lunch

スープ、サラダ付 ¥1,380 (1日限定20食)
+200円ドリンク、+400円ケーキドリンク

今回はベトナムや、南イタリアから夏を乗り切るお料理法でジャガイモ・ナス・トマト・かぼちゃ・子供ピーマンを使い、お野菜を美味しく召し上がって頂けるよう工夫しました。もちろん和のマクロビोटニックをベースに、体の調整をして頂けるメニューです。

豊橋 新城 地の滴 Shizuku

地産地消応援隊



新城産「空`多楽農園さん」の旬の有機野菜

ちょうど10年に静岡の定職を離れ、就農を決意。「福津農園」松沢氏のもと有機農業を学ぶ。その後、新城市内をいくつか移り住み現在の農場を開く。農薬、化学肥料は使わず年間50~60品種を栽培。通っていた有機野菜・自然食品を扱う豊川の「玄気」の安竹氏と出会いが縁で、豊橋のベジカフェロータスに自慢の旬の野菜が届くようになる。ロータスのシェフにより素材の味を活かした手間を惜しまない料理が提供される。「有機野菜は作るのが難しく、畑によって、その畑の中でも性格が違う。季節も気候も一定でない、獣害や天災もある。それでもおいしいと言ってくれるお客さんの笑顔、子供の成長のためにもこの環境に身を置いていることは非常に恵まれている。」と遠山さん夫妻。「人とのつながりを大切に頑張っています。」と力強く語ってくれた。



遠山 祐司、恵理さん夫妻

子育ても仕事も二人三脚。就農のきっかけも意思疎通があったからこそ。自分が見てきた大人の背中を感じさせられたと語る。個人注文も対応、問合せはお気軽に。Tel.0536-23-2023

今回のしずくサポーター

現代人に不足しがちな必須脂肪酸
Flax Oil 亜麻仁油 (アマニ油)
有機JAS認証。



地産地消は特別なことではなく、昔からの農法である有機農業と同じく自然なことだと遠山夫妻。自分がおいしいと思うものを作り、しっかりと明日を見つめながら、今の環境で充実した子育てで心の毎日を送っている

お店の一押しあらかると
小松菜ロール
◆本日のケーキセット
本日のケーキ代+400円で
お好きな飲み物を選べます。
(一部を除く)

iiwani

「いいわん取扱店」
トウモロコシを原料に作られた
人と環境にやさしい幼児用食器。



他にもいろいろな野菜を使ったスイーツがあります

当店取扱いの安心安全な食器。P9の豊栄工業さんの広告をご覧ください。

桃、梨、柿
直接販売
連絡方法:電話、メール
全国発送可能

■今川果樹園
豊橋市石巻西川町字上地117
Tel&Fax.0532-88-3959
●営業時間 / 収穫期は無休
●mail:imagawa.a@me.com
●全国発送可能




豊橋

いよいよ最盛期! 実りの秋に「梨」と「柿」を!

美味しい果物を作りたい一心で桃、梨、柿の果樹園を始めて35年になる今川果樹園。樹が根を地中深く張れるよう、草生栽培をし、肥沃な土壌を作る為、化学肥料を使用せず、有機質肥料のみで栽培している。9月下旬から収穫に入っている梨「あきつき」は秋の名目のような、まん丸のオレンジ色、糖度も高く評価の高い梨が食べごろ。

収穫時期
●桃・・・6月20日頃～7月末頃
●梨・・・8月初旬～10月中旬
●柿・・・10月末頃～11月末頃



マクロビ初級クラス
11月より(全10回+試作会)
隔週コース:水・日曜クラス
10:00～13:30(9:30受付)

■MEGURIYA(めぐりや)
田原市若見町権亟地80番地
Tel.0531-45-3069
●受講時間 / 10:00～13:30
●mail:kbansei@kha.biglobe.ne.jp
●受講料 / 40,000円+テキスト代2,940円
●持ち物 / 三角巾、エプロン、筆記用具
●持ち帰り容器
●お子様と同伴での受講は不可。
●お子様連れの場合は応相談。



田原
マクロビ
教室

大好評!「めぐりや」マクロビ教室生徒募集開始!!

素材の選び方、切り方、火の入れ方などの実習と、マクロビオティックの食事法の理論を学ぶ、毎回大好評の初級クラスが11月にスタート。基本を知ることにより毎日のバランスの取れた食事を美味しく作ることができ、素材そのものの美味しさを実感できます。これからの生活にマクロビオティックを取り入れたい方は是非受講してみてください。

クラス内容
日程 / 2012年11月より 全10回+試作会
水曜日クラス 11/7から隔週
日曜日クラス 11/11から隔週
※振り替え受講できます。



豊橋・豊川・蒲郡・田原・新城 あなたの近くの地産地消実践店や商品をご紹介します

味の滴 地産地消実践隊

豊川のイトコーさんでぬか漬け講座を開催しました! 食卓に自分で漬けたぬか漬けを!

お肉やお魚のぬか漬け焼などいろいろ使い方が可能

漬物本舗 道長 石川 道長
平成24年7月12日

つげ太郎ぬか ¥1,365
米ぬか、白たまり(小麦を含む)、みりん、粗糖
※豊川市減農薬米「音羽米研究会」の米ぬかを使用

豊川有機朝市(アツミ酒店・毎週火曜日AM9:00～)
音羽グリーンセンター、イトコーマーケットなどで好評販売中!

漬物本舗 道長
豊川市萩町下大田面83-1
TEL.0533-87-5537
●営業 / 9:00～18:00 不定休

http://www.bea.hi-ho-ne.jp/michinaga
通信販売「道長のんまいショップ」
http://www.nonhoi-shoppi.com/
インターネットでも商品を購入いただけます





家庭菜園「応援」します! Kukumu Gardening Fair

種 苗 野菜

くくむ Garden

豊橋市向草間町字北新切 95
TEL.0532-46-6509
■定休日:毎週火曜日
■くくむガーデン・くくむ市場 9:00～18:00
■くくむカフェ 9:00～17:00

「地産地消産直のカフェだからこそ出せる料理を!」

くくむカフェ
お花と緑を眺めながら、ゆったりとしたひとときを。上質なアラビカ品種100%コーヒーや、くくむ市場の新鮮野菜をたっぷり使ったサンドウィッチ、サラダバーもおすすです!

9月22日から販売の menu

キノコマリネサンド
ドリンクセットで 650yen

地産地消のモーニング & ブランチ
●モーニング / 11:00
●ブランチ / 11:30～14:00

ガーデニングフェア開催
ガーデニングのこと、何でもご相談下さい!

ガーデニングフェアの詳細はHPの「チラシ」でチェック!

9月は「くくむ」から 目が離せません! http://www.kukumu-g.com/




季節の旬野菜
東三河産
モーニング、ランチあり
ディナーのみ予約・貸切可能

Yummy
蒲郡市三谷町九舗47-12
Tel.0533-65-7738
●営業時間 / 7:00~18:00
cafe Last / 17:00
●定休日 / 火曜日、第二火曜日・水曜日・連休
●P / 16台
●18:00以降、ディナー4名様から
貸切予約承ります。



オススメメニュー
●モーニングセット 380円~
●ジェノバゼ 1,200円
●魚料理 1,100円



蒲郡
モーニング
ランチ

こだわった素材でこの土地の旬を味わう

豊橋を中心に三河産野菜や肉、三河湾の魚介類を使い素材本来の味をいかした料理とともに焼きたてパンが楽しめるお店「Yummy」。モーニングはドリンクに季節のスープ、サラダ、パンがついて380円から。ランチはパスタ、魚または肉料理、ドリンク、パン（おかわり自由）、デザート付（全5品）で1,100円から楽しめます。



季節の無農薬旬野菜
自家菜園
ランチ、カフェあり
着物、着物雑貨取扱い

伽羅(きやら)
新城市宇宮ノ西10-18
Tel.0536-23-2323
●営業時間 / 11:00~18:00
※お電話でのご予約が安心です
●定休日 / 月曜日(臨時休業あり)
●P / 4台
●blog / <http://kyara.dosugoi.net/>



オススメメニュー
●ファーマーズカレー(ナンも選択可) 各700円
(ふわとろカレー、キーマカレー)
食後のドリンク+200円
●黒カレー 700円 ●ゆずティyce 400円



新城
ランチ
カフェ

採れたて旬野菜いっぱいのこだわりカレー

古民家カフェの雰囲気いっぱいの「伽羅」はオーナーの完全無農薬の自家菜園野菜をたっぷり使ったファーマーズカレーが人気。旬野菜を使った特製ルーをじっくり煮込み、自然な甘さのやさしい味に、仕上げにその日の朝取り野菜が彩られる一品。ふわとろカレー(ビーフ味)とキーマカレーがあり、野菜により期間・数量限定。



豊橋・豊川・蒲郡・田原・新城 あなたの近くの地産地消実践店や商品をご紹介します

味の滴 地産地消実践隊

こどものためのベジごはん 夏便
地元企業のコラボでつくるやさしい食事のじかん

おやさい 有機農園で育った新鮮な旬やさしい。今回はオクラ。
クッキング × オーガニックカフェレゼンツ × 素材を生かした離乳食レシピ。
うっわ トウモロコシからできた、子供と地球にやさしい食器。

離乳食レシピ提供 @VEGE CAFE LOTUS 豊橋市西宮店

おかけ
●オクラ...2本
●ごはん...80g
●椎茸昆布だし...100ml

あん
●葛粉...大1
●椎茸昆布だし...100ml

離乳食初期 まずは穀類や野菜類から、ヨーグルトの硬さぐらいのドロドロ、ベタベタ、ゴックンの練習で飲みこめるのが目的。
●使用食器 iiwan おちやわん・iiwan スプーン

生まれて初めての食事、食器だって安心安全を...

ごっくん期 **もくもく期** **かみかみ期** **ばくばく期**

株式会社 豊栄工業 新城市川田字新間平1-369
HOEI Industry Co. Ltd. TEL.0536-22-0895



iiwan
幼児向け食器シリーズ
http://hoei-bp.com/

いいわん 検索

米のだやは玄米生活を応援します。

玄米Life
おいしく食べて 健康・ダイエット
produced by come-nodaya

今年のお月見は 9月30日
玄米だんごでお月見はいかが?
安心安全な品質のお米を全国から

いよいよ 新米順次入荷 します!

計り売り 店頭精米の店
2kgの精米します。

●あらびき玄米
●分つき精米
●胚芽つき白米
●ピカピカ白米

農林水産大臣賞 受賞店
野田博司

お米一筋のだや

八幡店 豊川市八幡町西赤土61 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)