



きのこは「植物」じゃなくて「菌類」らしいよ!

きのこが大好きなゆうちゃんが大好きなきのこのアレコレを調べてみたよ。

一番好きなのはきのこ型のお菓子だけだね!

きのこは何種類?

スーパーに行くとき、たくさんの種類のきのこがあるよ。世界中には約50万種類ものきのこがあるんだって! 日本には1万種類ぐらいで、そのうち食べられるきのこは100種類ぐらいあるらしいよ!

シイタケはどうやって育つの?

豊田市下山地区でシイタケを育てている「近藤しいたけ園」さんに聞いてみたよ!

きのこに栄養はあるの?

きのこは野菜じゃないけど栄養はあるのか不思議に思ったから調べてみたよ。食物繊維、ビタミンB類、ビタミンD2、ミネラルなどの栄養をたくさん含んで低カロリーなんだって! シイタケはビタミンD2がたくさんだから健康な肌や髪を保つのに効果があるんだって! ママに教えてあげなきゃ!



▲近藤しいたけ園さんの圃場。栽培に使用する木は20〜30年ぐらいの若い木が理想ですが、実際は山の木の伐採が間に合わず高齢の木を伐ることが多い。木を伐ったら植林して、広葉樹を更新(切った切株から芽を出す)するサイクルを作っていくことが今後の目標です。



◀夏場は湧き水を利用して浸水栽培も行っています。

- シイタケはどの時期がおいしいですか?
- 秋と春にシイタケが出てくるので、生のシイタケを食べるならこの時期が一番おいしいよ。
- どんなところでシイタケは育てられますか?
- シイタケは光を嫌うから、日の当たらない竹林や、広葉樹林の涼しい場所だと育てやすいよ。
- 近藤さんはどうやってシイタケを育てていますか?
- 山から20〜30年ぐらいの若い木を伐ってきてその木にシイタケの菌を打つんだよ。下山地区の涼しい山の中で自然にシイタケを発生させているんだ。これを「原木栽培」というんだよ。自然の中で育てると抜群においしいシイタケができるんだよ。



近藤しいたけ園 近藤圭太さん

知っているかどうかわからないけど、きのこは菌類なんだよ。



きのこ特集

秋の味覚、美味しい

旬のきのこは種類も豊富。ブリッとしてしゃキッとして料理の名脇役。秋の定番、きのこについてご紹介します。



よくばりフレンチトースト

レギュラーサイズ 1,580円(税込)、ハーフサイズ 990円(税込)
豊田市産の卵を使用しています。甘さひかえめのフレンチトーストと、甘いフルーツとの相性がバッチリ!お友だちと仲良くシェアして食べてください!

Favorite cafe in ecofultown

豊田市元城町3-16 とよたエコフルタウン大和ハウス展示棟内
TEL: 0565-31-7773 月曜日定休(祝日は営業)
火~木、日 9:00~18:00 金土 9:00~22:00



だしまきたまご 1本580円(税別) テイクアウト 1本380円(税別)

豊田市産の卵を使用しています。新鮮でおいしい宮澤養鶏園さんの卵をふんだんに使用しました。かつおだしのやさしい味をお楽しみください。

彩花亭

豊田市元城町1-69 岐阜屋ビル1F TEL: 0565-32-0556 日曜日定休
ランチ 11:00~14:30(Lo.13:30)、ディナー 17:30~22:00(Lo.21:30)



いちよう

ランチコース 銀杏 2,000円(税別)

豊田市産のゆたか牛、金ノ卵、白い発芽にんにく、百年紅茶、フルーツ、野菜を使用しています。豊田発のブランド牛「ゆたか牛」のステーキがランチに初登場です。

鉄板 櫻 名鉄トヨタホテル6階

TEL: 0565-35-4663

営業時間 ランチ11:30~14:00 定休日なし 名鉄トヨタホテルの「シーズナルキッチン ル・ボナール」及び「日本料理 御河」も参加店舗です。



代表 今井さん

デミオム 1,180円(税別)

豊田市産の卵を使用しています。宮澤養鶏園さんの卵は味が濃く、デミグラスソースと相性抜群です。

Big smile

豊田市元宮町1-72-1 TEL: 0565-42-7558
ランチ 11:00~15:00(Lo.14:30)
ディナー18:00~22:00(Lo.21:30)
火曜日定休

オーナーシェフ 那須さん



Toyota Egg

三州豚とイタリア野菜のゲリル 1,580円(税別) ※ディナーのみ

豊田市産の三州豚を使用しています。三州豚の肩ロースは脂がのっておいしいです。しっかりとした味を引き立てるよう、塩・こしょう・レモン・粒マスタードのシンプルな味付けでお楽しみください。ワインとの相性も抜群です。

WINE & DINING TWIN PEAKS

豊田市山之手8-128 TEL: 0565-26-8899
11:30~14:00(O.S.13:45)
17:30~23:00(O.S.22:30) 日曜日定休



店長 神谷さん



Shō-shō

ランチコース 張家界 2,000円(税別)

豊田市産の茶、三州豚、白い発芽にんにく、金ノ卵を使用しています。三州豚は旨みと甘みが引き立つ温しゃぶがおススメです。



中国料理 桂林

名鉄トヨタホテル6階
TEL: 0565-35-4637
営業時間 ランチ11:30~14:00
定休日なし



料理長 遠藤さん



下記の地産地食応援店でスタンプを集めてご応募いただいた方に抽選でとよたの農産物をプレゼントいたします。詳細はp17をご覧ください。



Toyota green tea

たこ焼き 6個入 350円(税込) 8個入 400円(税込)

豊田市産の小麦を使用しています。シタケ農家でもある店主自慢のシタケのだし汁を使用しているため、ソースなしでもお楽しみいただけます。



加藤さん家(移動販売)

■第1金~日曜日 8:30~17:30
JAあいち豊田 グリーンセンターみよし
■第2金~日曜日 9:00~18:00
JAあいち豊田 グリーンセンター高岡
■第3金~日曜日 9:00~19:00
JAあいち豊田 グリーンセンター朝ヶ丘

店主 加藤さん



Toyota flour

とよた地産地食フェア スタンプラリー 参加店舗

とよたの農産物使用メニューを食べてスタンプを集めよう!

食べて
応募しよう!

茶いなり 一貫 100円(税別)

豊田市産の茶を使用しています。いしかわ製茶さんの食べるお茶をふんだんに使い、さらに下山高原産有機栽培煎茶の粉末がお茶の風味を引き立てます。

新寿司

豊田市大林町15-7-3 TEL: 0565-27-2155
11:30~14:00、17:00~22:00 水曜日定休



3代目 大將 渡辺さん



工藤さん、店長 志水さん

ナスのあげびたし

豊田市産のナスを使用しています。ナスは揚げてありますが、ポン酢味のさっぱりした味に仕上がっています。
※食べ放題のメニューのうちのひとつとなりますので料金はコース別で異なります。

しゃぶしゃぶおかわりくん 豊田FC店
豊田市前田町1-76-6 TEL: 0565-42-4517
ランチ 11:30-15:30 ディナー 17:30-23:00
(最終受付 22:00 Lo. 22:30)



あ
な
つ

ナスのゴロゴロにんにく炒め 648円(税込)

豊田市産のナスを使用しています。どなたでも食べやすい醤油ベースに仕上げました。

上海四馬路 豊田店

豊田市小坂本町5-12-2 TEL: 0565-32-0115
平日/11:30~Lo.14:00 17:00~Lo.23:30
土/11:30~Lo.23:30 日祝/11:00~Lo.23:30



店長 中川さん





天気 雨続き&晴れ続き

今年の夏は雨が続き、晴れが続いたり。雨が続きと実がつかなかったり変形したものが増えたりで出荷が出来ない時期もありました。樹の元気がなくなるのが私たちでも分かるほどです。かといって晴れが続くと水やりが大変。雨を恋しくなる時期もありました。



風 台風にはやひや

台風がやってくる度に野菜に影響がでるのではないかとヒヤヒヤしました。支柱が飛ばされそうになり対策に必死でした。

ママが作った
わぽちゃだよ！

この経験を通じて農家さんがいかに大変かを知りました。のらガールを始めてから、できるだけ産直のお店で新鮮な野菜を購入するよう心がけるようになりました。

心配ごとが尽きることはありませんでした。どんな時でも「野菜は大丈夫かな。」と頭から考えることはありませんでした。

のらガールの
心配ごと

天気
虫 風

お願いだから食べないで！

聞いたことのないような名前の虫に大事な野菜を食べられることもしばしばありました。鳥に狙われることもあり、協力して鳥害対策用の糸を畑に張り巡らせたりもしました。山間地の農家さんは、サルやイノシシなどの獣害対策も必要と聞き、野菜を作る苦勞に気づかされました。

家族の時間が増えたよ

のらガールを始めて以来、家族と一緒に畑仕事をするが増えました。旦那さんも積極的に手伝ってくれて、子どもたちは毎朝自分で早起きをして畑に行こうとします。私たち自身、朝4時過ぎに起きて5時頃畑に向かう日々が続きました。これまでたくさんの方々に協力していただき、やっとの思いでひとつひとつの野菜を収穫することができました。当たり前のように食べていた野菜をこうして感謝しながらいただけることをとても嬉しく思っています。

採れたての野菜は、おいしいよー！



農産物直売所に行こう！

新鮮な野菜って美味しい！これがのらガールの経験から何よりも実感したこと。子どもたちが一番喜んで、もぎたてのキュウリを何もつまずきずに食べてくれました。新鮮って大事。やっぱり、土元の野菜が一番です！

JAあいち豊田 産直プラザ

豊田市西町4-24 (JAあいち豊田本店隣接)
9:00~18:00 定休日：月曜日 駐車場あり
TEL: 0565-31-9876

私たちが野菜をつかって JA産直プラザで販売しました！

農家さんからお借りした畑の一角で野菜を栽培し、JAあいち豊田「産直プラザ」に出荷するまでを体験する「のらガール」。
第2回は野菜の生育ぶりや、実際に野菜を出荷した彼女たちの奮闘記をお送りします。

のら ガール

NORA GIRL 2015

第2回 出荷編

野菜の出荷を目前に控えて、産直プラザへ視察に行きました。見た目がほぼ同じ野菜をどのようにして差別化して販売するか、販売価格の設定基準などを調査しました。

産直プラザに
「のらガールコーナー」
を設けていただきました。
ありがとうございます！

We're Nora Girl !!



福田美奈子さん 羽山ゆかりさん

視察



初出荷



6月28日、いよいよ産直プラザへ初出荷です！自分たちが作った野菜が売れるかどうか、どんな方に買っていただけるのか心配で、とても緊張した一日でした。結果は…
売れ残りなし！買ってくださった方、本当にありがとうございました！

野菜の生長



野菜の生長の早さに驚くばかりでした。トウモロコシはあっという間にのらガールの身長を越え、キュウリは朝晩の1日2回収穫しないと間に合いません！



果が
つき
すぎて
折れ
ちや
った



カンナが畑の隅で育てた
マリーゴールドが
咲いたよ！

星形やハート型のキュウリを作りました
おそさん、家族で野菜を食べてほしいな



トウモロコシの初収穫
栽培に手間がかかった分、食べた時の味は感動的でとても嬉しかったです！

