

地産
地消

食と農の情報誌

IGUNE

イグネ

特集

真っ赤にきらめく
「仙台いちご」

クローズアップ

冬に食べよう！ふるさと自慢の味
仙台いちご／
せり／曲がりねぎ

農の食卓

JJAみやぎ登米
「みやとめさんくつきー」

読者プレゼント

「仙台いちご」など
選りすぐりの賞品

「旨いもの」づくりに Zoom in

農家レストラン

Rice Field
ライスフィールド

産直マーケットのご案内

元気のものを買いにいきましょ！
「おおくまふれあい
センター」

わが家の味

正月に欠かせない
栗原地方の郷土料理
ふすべ餅

vol.58
2025冬

0円
無料



とまらないおいしさ♪
地域団体商標登録
仙台いちご

仙台いちご キャンペーン 2025

Sendai Ichigo
Irresistible taste
Sendai Strawberry

もういっこ

とちおとめ

にこにこベリー

総計
100名様
プレゼント

キャンペーン期間 2025年 1/15 水 ▶ 5/15 木



仙台いちごを食べて みやぎのいいもんが当たる!

A
賞



総計 40 名様 (毎月10名様×4回)

「仙台牛」すきやき・
しゃぶしゃぶ用 (5,000円相当)

B
賞



仙台いちごの
パッケージの「旬太」または
「わたしーナ」もしくは
「ざおうさま」の
どれか1枚を貼ってね!

詳しくはこちら

- 応募方法: 郵便はがきに 仙台いちごのパッケージの「旬太」または「わたしーナ」もしくは「ざおうさま」のどれか1枚を貼り、必要事項(1.ご希望の賞品(A~B賞)、2.お名前、3.住所、4.郵便番号、5.電話番号、6.性別、7.年齢、8.購入店名、9.キャンペーンを何で知りましたか?)⇒①情報誌(Q何の情報誌ですか?)②インターネット(Q何のサイトですか?)③テレビCM④ラジオCM⑤店頭⑥その他(Q何で知りましたか?))を明記の上、右記までご応募ください。
※はがき1枚を一口として、お一人様何口でもご応募いただけます。

- 応募締切: 2~5月の各月の15日当日消印有効
※当選発表は賞品の発送をもって発表にかえさせていただきます。
●応募先: ☎ 980-0021 仙台市青葉区中央3丁目8-5
新仙台駅前ビル328号8-2 「仙台いちごキャンペーン」係
●お問い合わせ: 全国農業協同組合連合会 宮城県本部 園芸・生産振興部
TEL 022-782-3353
【受付時間】平日9:00~17:00(土・日・祝日除く)



※ご応募いただいた個人情報はキャンペーンに関する目的以外は使用いたしません。※応募条件を満たしていない場合、必要事項の記入に不備がある場合、お客様の住所、転居先が不明で景品をお届けできない場合は、ご応募、当選が無効となります。

真っ赤にきらめく

「仙台いちご」

「粒食べれば大人も子どもも笑みがこぼれる、
 「仙台いちご」がこれから出荷最盛期を迎えます。
 東北の湘南とも呼ばれる温暖な気候を活かし、
 いちごの栽培が盛んに行われている山元町の生産者を訪ねました。

真っ赤にきらめく 「仙台いちご」

JAみやぎ亘理管内 山元町



この日のハウスの中の温度は28℃。収穫間近のいちごが色づいていた。

宮城県は東北一のいちご生産量を誇り、そのうち8割が亘理町、山元町で生産されています。主な品種は3種類。栃木生まれの「とちおとめ」は酸味が少なく、強い甘みと香りが特徴です。県オリジナル品種「もういつこ」は酸味と甘味のバランスに優れ、大粒ですっきりとした甘さ。県オリジナル新品種「にっこにっこベリー」は、果皮だけでなく果肉まで赤く、きれいな円すい形が魅力です。

JAみやぎ亘理いちご部会本部委員・森川幸男さん
 「今年もおいしい『仙台いちご』ができました。『とちおとめ』『もういつこ』『にっこにっこベリー』はそれぞれ香りも味わいも違います。ぜひ食べ比べてみてお気に入りを見つけてください。」

 被災を免れたいちごで
 仲間を励まし続ける

森川 幸男さん

JAみやぎ亘理
いちご部会本部委員





災では、管内のいちご栽培面積の95%が津波で壊滅的な被害を受けました。山元町では生産者130戸のうち津波被害を免れたのはわずか戸。その1戸が、山あいの鷲足地区で生産を行う森川さんでした。当時、稲作も行っていた森川さんは水田が津波被害を受けたものの、常磐自動車道の建設に伴って自宅といちごの圃場は移転していたため、被災を免れました。

J Aみやぎ亘理いちご部会では、187人の部会員が49・5ヘクタールで生産を行い、例年10月～翌6月まで「仙台いちご」のブランドで札幌・京浜・仙台市場へ出荷しています。

肌を刺すような空気の冷たさに本格的な冬の訪れを感じる12月上旬、向かったのは山元町山下地域。常磐自動道の西側に立つビニールハウスでいちご部会本部委員・森川幸男さんが迎えてくれました。

2011年3月11日の東日本大震

災では、管内のいちご栽培面積の95%が津波で壊滅的な被害を受けました。山元町では生産者130戸のうち津波被害を免れたのはわずか戸。その1戸が、山あいの鷲足地区で生産を行う森川さんでした。当時、稲作も行っていた森川さんは水田が津波被害を受けたものの、常磐自動車道の建設に伴って自宅といちごの圃場は移転していたため、被災を免れました。

「地震1週間後くらいから出荷を再開してほしいと言わされました。父が『いちごを食べたらもう1回作ろうと思ふんじやないか』と言い、仲間のいる避難所へ毎日いちごを届けました。収穫が終わった後も、『また始める人がいるかもしれない』とランナーが取れるように株を残しました。実際、その株からランナーを伸ばして営農を再開した仲間もいました」と当時のこととき語ります。

17アールに「にこにこベリー」を栽培しています。「にこにこベリー」は果皮が硬めでパック詰めしやすいという生産者にとつてのメリットもあり、「高齢の両親が少しでも楽できれば」と今シーズンから栽培を始めました。

この日案内してくれたのは、「どち



セイヨウミツバチは受粉を助けてくれる頼もしいパートナー。

栽培方式は、震災前から取り入れているという高設ベンチ「るんるんベンチ」による土耕栽培です。「るんるんベンチ」はパイプやトタンなどを組み合わせて作る高設栽培方式。コストを抑えられ、昔ながらの地床栽培と比べると身体への負担が大幅に軽減されます。

ハウス内の温度管理はアナログ式のため、毎日足を運ぶ必要があります。外からは大型ハウスに見えますが、単棟ハウス8棟を横に並べ、出入り口側を通路でつないでいるだけ。換



手袋を着用し、いちごを傷つけないように丁寧に摘み取っていく。

おとめ」を栽培するハウス。中にいると鈴なりのいちごが鮮やかに色づき、セイヨウミツバチが花から花へ飛び交っています。

いちご栽培歴22年の森川さんは、 高設ベンチで軽効化

いちご栽培歴22年の森川さんは、両親と3人で20アールに「どちおとめ」、

真っ赤にきらめく
「仙台いちご」



「とちおとめ」は果汁がたっぷりで
ジューシーな味わいも魅力。

氣で側面を開閉する際は、8棟分のハンドルを手で回しています。

土作りには有機肥料を使用し、水やりは地下100メートルからくみ上げた水をチューブでかん水。地下水は一年を通して15℃前後を保っているため冬には暖房の役割も果たし、二重に張った屋根の間に水を流す「ウォーターカーテン」でハウス内を保温します。地中にパイプを通して温水を循環させる地中暖房にも、地下水を利⽤しています。

「昔からこれが普通だと思つてます」と森川さん。震災前、管内で「るん

るんベンチ」による高設栽培を行つていた生産者は少なく、当時の最先端でした。「時代遅れですよね」と笑いましたが、土耕栽培で作る森川さんのいちごには定評があります。



株元を見てみると土耕栽培であることが分かる。

一方、森川さんは2022年3月16日、最大震度6強を記録した福島県沖を震源とする地震で大きな被害を受けました。

「ハウスに来たら1棟のベンチがドミノ倒しになつてました。山下地域の若手生産者や農協の人たちが集まつてくれて、みんなで起こしました。うれしかつたですね」。仲間が困っていたら手を貸すのは当たり前。いちご部会には助け合いの心意気が根付いています。そして、「みんなに手伝つてもらつたので最後まで収穫しなければ」とひたすらに収穫を続けた結果、そのシーズンは10アール当たりの収量が過去最高の4・9トンを記録したそうです。

「目標は5トンです。5トン作れば父を超えるので、超えたいですね」。近年の極端な気象に「対応しきれていない」としながらも、森川さんは磨いてきた栽培技術でいちご作りに精を出します。

「仙台いちご」の品種や栽培方法はそれぞれですが、生産者に共通しているのは、「おいしいいちごを届けたい」という想い。いくつもの災害を乗り越えてきた生産者の挑戦は、これからも続きます。



「るんベンチ」で栽培する「とちおとめ」のビニールハウス。

創業以来の看板メニュー
「トーフハンバーグセット」(1,000円税込)。

「旨いもの」づくりに
Zoom in



西に船形山を仰ぎ、東に田園地帯が広がる色麻町。

自家産「ササニシキ」と地元の食材を使った料理で
多くのファンが訪れる農家レストランを訪ねました。



自家製米麹で作る「甘酒」(400円税込)は上品な甘さ。「甘酒ベイクドチーズケーキ」(450円税込)は軽やかな口当たりが好評。

自家栽培にこだわった 「ササニシキ」が主役

色麻町の国道457号線沿いに立つログハウス風の一軒家。宮城県の農家レストランの先駆け存在である『Rice Field(ライスフィールド)』は、1998年の創業以来、自家産「ササニシキ」と自家産野菜、地元の食材を使用したメニューで老若男女に親しまれています。

「当時、父がアトピー性皮膚炎を患っていた甥のために、安全・安心でおいしい料理を食べさせたいと農家レストランを始めました」と話すのは浦山典江さん。現在、オーナーである父・利定さんは米作りをメインに行い、レストランは母・恵美子さんと典江さんが切り盛りしています。

こだわりは、農薬、肥料を使わずに育てる自家栽培の「ササニシキ」です。田起こしには畑のようになく土を作つて土を乾かす「二山耕起」を取り入れ、育苗は昔ながらの苗代を利用。水田の雑草は除草機で取り除き、刈った稻は「くいがけ」で天日干しにするなど、手間暇をかけた米作りを行っています。

広くゆったりとした店内は木の温

冬期
限定



冬期限定「ビーフシチュー」(1,800円税込)もおすすめ。



開放的な店内は、時を重ねて深みを増した床が落ち着きを醸し出す。

もりにあふれ、寒い季節には薪ストーブに火が入ります。大きな窓からは緑豊かな庭や田んぼの四季折々の景色を眺めることができ、穏やかな時間の流れが日常の忙しさを忘れさせてくれます。

驚くほど柔らかな
玄米ご飯に感動

おすすめは「トーフハンバーグセット」。町内の豆腐店『船形屋』の県産大豆「ミヤギシロメ」100%のざる豆腐で作る看板メニューです。和風あんがかかった豆腐ハンバーグは、表面はカリッと香ばしく、中はふわふわとした口当たりで大豆の豊かな旨みを味わえます。以前は挽き肉も使っていましたが、「肉なしで食べたい」という要望が多く、豆腐のみのレシピに変更しました。

ハンバーグもさることながら、自慢はなんといっても玄米ご飯です。「吸水させずに圧力鍋で30分炊くだけ」という玄米ご飯は、喰めば驚くほど柔らかく、「ササニシキ」ならではのやさしい甘みが広がります。「玄米は硬い」というイメージがあるので、特に男性やご年配の方の中には『玄米なん

粒粉ピザなどの定番メニューを用意。春は山菜、夏は鮎、秋はきのこ御膳などの季節限定メニューも登場し、冬は薪ストーブで「晩じっくり煮込むビーフシチュー」が人気です。

またデザートも見逃せないものばかり。自家製米麹で作る「甘酒」はほのかな甘みでほっとする味わい。自家産米粉を使用した「甘酒ベイクドチーズケーキ」は麹の風味となめらかな口当たりが絶妙な一品です。アルコールは含まれていないので、子どもや妊婦、運転者も安心です。

「皆さんにおいしいと言つていただけることが一番うれしいです。毎週のように来てくださる方、出張で近くに来たからと連続で寄られる方もいます。家ではお米を食べないお子さんがお母さんの分まで玄米ご飯を食べちゃつたという話を聞くと、農家レストランをやってよかつたなと思います」。

玄関までのアプローチはスロープに

もりにあふれ、寒い季節には薪ストーブに火が入ります。大きな窓からは緑豊かな庭や田んぼの四季折々の景色を眺めることができ、穏やかな時間の流れが日常の忙しさを忘れさせてくれます。

後に替わりをして帰られます」と典江さん。

みそ汁は自家製米麹と「ミヤギシロメ」で仕込んだみそを使い、具材がたっぷり。小鉢には素材のおいしさを感じられる料理が並びます。

ほかにもチキンカレー、パスタ、全粒粉ピザなどの定番メニューを用意。春は山菜、夏は鮎、秋はきのこ御膳などの季節限定メニューも登場し、冬は薪ストーブで「晩じっくり煮込むビーフシチュー」が人気です。

粒粉ピザなどの定番メニューを用意。春は山菜、夏は鮎、秋はきのこ御膳などの季節限定メニューも登場し、冬は薪ストーブで「晩じっくり煮込むビーフシチュー」が人気です。

て食べたくない」という方も。でも最後はお替わりをして帰られます」と典江さん。

みそ汁は自家製米麹と「ミヤギシロメ」で仕込んだみそを使い、具材がたっぷり。小鉢には素材のおいしさを感じられる料理が並びます。

ほかにもチキンカレー、パスタ、全粒粉ピザなどの定番メニューを用意。春は山菜、夏は鮎、秋はきのこ御膳などの季節限定メニューも登場し、冬は薪ストーブで「晩じっくり煮込むビーフシチュー」が人気です。

またデザートも見逃せないものばかり。自家製米麹で作る「甘酒」はほのかな甘みでほっとする味わい。自家産米粉を使用した「甘酒ベイクドチーズケーキ」は麹の風味となめらかな口当たりが絶妙な一品です。アルコールは含まれていないので、子どもや妊婦、運転者も安心です。

「皆さんにおいしいと言つていただけることが一番うれしいです。毎週のように来てくださる方、出張で近くに来たからと連続で寄られる方もいます。家ではお米を食べないお子さんがお母さんの分まで玄米ご飯を食べちゃつたという話を聞くと、農家レストランをやってよかつたなと思います」。

玄関までのアプローチはスロープに



ホームページ

<https://www.ricefield-miyagi.com>



農家レストラン Rice Field

住所／加美郡色麻町大字下新町13-3

TEL／0229-65-3430

営業時間／11:30～16:00 (LO15:30)

定休日／火・水曜(祝日の場合は営業)

※臨時休業の場合もあるのでSNSでご確認ください。

※支払いは現金のみ

国道457号線沿い、緑色の屋根から突き出た小さな屋根が目印。



典江さん(写真左)がデザートと接客、母・恵美子さんが料理を担当。看板犬のトイプードル、ココちゃんも一緒に迎えてくれる。



Instagram

@rice_field_shikama



Facebook

@Rice Field



いとうとよこ
料理／伊藤豊子
フードコーディネーター
株式会社COM消費生活創研
食部門チーフ・主任料理講師

F U R U S A T O
クローズアップ ✕ 旬のふるさと特産品
R e c i p e

仙台いちごのパンナコッタ

調理時間20分(冷やす時間は除く) エネルギー 246kcal/1個分

冬に食べよう! ふるさと自慢の味。

寒い季節に時間をかけて育つ野菜は、
甘みと旨みをたっぷり蓄えています。
免疫力を高めるビタミンCやβカロテンを摂取して
風邪に負けない体をつくりましょう。



クリーミーで濃厚なパンナコッタ。



仙台いちご JAみやぎ亘理・JAいしのまき JAみやぎ仙南 ほか

いちごの果実は表面のツブツブの部分で、果実として食べているのは茎の先端の花床(かしょう)が膨らんだ偽果(ぎか)です。ビタミンCが豊富で、5~6粒で成人の1日の推奨量100mgを摂取できます。虫歯予防効果のあるキシリトールが100g当たり350mgも含まれています。先端が最も甘いので、ヘタ側から食べると甘い後味を楽しめます。

◎栄養素／ビタミンC、カリウム、葉酸、食物繊維、虫歯予防に効果的なキシリトール、抗酸化物質のフラボノイドを含む。

◎選び方／全体が赤く着色し、ツヤがあって傷がないもの。ヘタは濃い緑色でみずみずしく、乾いていないものを選ぶ。



<材料> 120ccのプリン容器5個分

いちご 1パック
(飾り用のいちごは適量取っておく)
牛乳 200cc
生クリーム 100cc
グラニュー糖 30g
ゼラチン 1袋(5g)
(ゼラチンによって溶かし方が違うので、説明書きを読んで使って下さい。)

飾り用のホイップクリーム
生クリーム100ccにグラニュー糖
小さじ1を加えてホイップする。

下準備:ゼラチンを80°Cのお湯50ccに溶かしておく。



<作り方>

①牛乳、生クリーム、グラニュー糖を鍋に入れて中火にかけ、ときどきかき混ぜながら60°Cくらいにあたため、ふやかしたゼラチンを加える。ボウルの底を氷水に当て、ゴムべらで静かに混ぜながら、軽くとろみがつくまで冷ます。

◆ゼラチンは沸騰させると固まる力が弱まります。

②いちごはヘタを取って5mm角に切る。1/2量はいちごソース用にグラニュー糖20g(分量外)を加えて、600Wの電子レンジで1分加熱する。残りのいちごはカップの下に敷く。

◆レンジにかけるときはラップをせずに吹きこぼれに注意し、大きめの容器で加热する。

③いちごを入れたカップに①を流し入れ、冷蔵庫で2時間以上冷やして固める。固まったらいちごソースをかけ、ホイップクリームをのせていちごを飾る。

◆とろみがついたら、素早く器に入れましょう。固まってくると見た目がでこぼこになります。

せりと鶏肉のお雑煮

調理時間 30分 エネルギー 380Kcal／1人分



千切り野菜が特徴の宮城のお雑煮を、
鶏肉のだしでアレンジしました。
せりをたっぷりと使って香りを楽しんでください。

せり JA名取岩沼・JAいしのまき
JA新みやぎ(南三陸地区)・JA仙台 ほか

宮城県はせり生産量が全国1位。石巻市河北地区で生産された「河北せり」、名取市及び仙台市太白区で生産された「仙台せり」はそれぞれ地理的表示(GI)保護制度に登録されています。秋冬は根まで味わうせり鍋や天ぷら、和え物、汁物、春はおひたしや浅漬けなど香りを生かす料理がおすすめです。

◎栄養素／体内でビタミンAに変換されるβカロテン、免疫力を高めるビタミンC、カリウム、鉄、葉酸などを含む。

◎保ち方／乾燥させないように湿らせた新聞紙などで根元を包み、ビニール袋に入れて冷蔵庫に立てて保存する。

<材料> 2人分

鶏もも肉	100g
せり	40g
大根	100g
ごぼう	40g
にんじん	40g
板かま(薄切り)	4枚
切り餅	2個

(A)

しょうゆ	大さじ2
めんつゆ(3倍希釀)	大さじ1
塩	少々

水 600ccカップ
かつおだし(顆粒) 小さじ1

<作り方>

①鶏肉は小さめのひと口大に切る。せりは2cm長さに切り、大根、ごぼう、にんじんは4cm長さの千切りにする。

◆千切り野菜は長さをそろえて切ると、仕上がりがきれいです。

②鍋に水、鶏肉、大根、ごぼう、にんじんを入れて火にかける。沸騰したらかつおだしの顆粒と(A)を加える。野菜に火が通るまで15分ほど煮る。



◆ごぼうは水にさらすと風味が失われるので、そのまま使います。

③器に②をよそい、焼いた餅を入れ、板かまとせりをのせる。

◆餅はオーブントースターかフライパンで焼くと焼き色がついて香ばしくなります。

曲がりねぎでねぎ焼き

調理時間 20分 エネルギー 310kcal／1枚分



曲がりねぎをたっぷり使ったねぎ焼きです。お好み焼きとは一味違った
ねぎ焼きは、シンプルでねぎの旨みがたっぷりです。
米粉を使ってちょっと仕上げました。

曲がりねぎ JA仙台・JA新みやぎ(あさひな地区)
JAみやぎ仙南 ほか

仙台市の伝統野菜「仙台曲がりねぎ」は、明治時代に宮城野区岩切の余目地区で栽培が始まったとされています。栽培中の長ねぎを一度抜き取り、斜めに寝かせて植え直す作業「やとい」を行うことで曲がって育ちます。旬は11月～3月。甘く柔らかいのが特徴で、火を通してさらに甘みが増します。

◎栄養素／ビタミンC、βカロテン、カリウム、カルシウム、食物繊維など。香り成分の硫化アリルに殺菌作用あり。

◎選び方／太さが均一で巻きがしっかりしているもの。白い部分が長く、緑と白の境目がはっきりしているもの。

<材料> 2枚分

曲がりねぎ	2本
(生地)	
米粉	100g
水	80cc
卵	1個
削り粉	小さじ1
しょうゆ	小さじ1

紅生姜のみじん切り 大さじ1
青のり、削り節 各適宜
しょうゆ 適宜

サラダ油 小さじ2



<作り方>

①ねぎは小口切りにする。ボウルに(生地)の材料を加えて泡立て器で混ぜ合わせる。

◆米粉はグルテンが出ないので、泡立て器でしっかり混ぜても大丈夫です。

②28cm位のフライパンにサラダ油を熱し、生地の1/2量を円形に流し入れる。すぐにねぎをたっぷりとのせる。つなぎ用の生地を少量かけて、弱火から中火で4～5分じっくりと焼く。

◆つなぎ用の生地は1枚につき大きさじ2ほど取っておき、上からかけてください。

③フライ返しで裏返して、上から押さえながら弱火で4～5分焼く。もう一度裏返して皿に盛り、紅生姜、青のり、削り節を散らし、しょうゆをかける。

◆お好み焼きソースやマヨネーズでもおいしくいただけます。



元気のもとを 買いにいきましょ!

株式会社ライフサポートわたり
「おおくまふれあいセンター」



人気の3品種を味比べ?!
「仙台いちご」は今が旬!!

部 龍太さん。

「産直価格でかなりお手頃で、箱買
する常連のお客様も多いです。1月か
ら4月中旬まで、土・日・祝日は店舗前
広場の特設テントで販売します。おか
げさまで近隣だけでなく仙台からも
大勢のお客様で賑わいます」とのこと。
長い句を楽しめるのも、作り手の努力
と工夫の賜物。シーズン中に何度も
通いたくなりそうです。

国道6号沿い、3つの赤いトンガリ屋
根が目印の「おおくまふれあいセン
ター」に、今年も「仙台いちご」の季節が
やってきました。亘理町・山元町を管内
とする「JAみやぎ亘理」は、温暖な氣
候が育くむ、東北一のいちごの産地で
す。約30名の生産者が出荷するのは、



新鮮・豊富な食材と

安心の店内加工で

元気な食卓を応援！



店内で焼き上げたパンが30種類以上も。イートインもできます。

冬の「おおくまふれあいセンター」を賑わす農産品は、寒さが増すほどにおいしくなるちぢみほうれん草やちぢみ雪菜などの冬野菜や、大きく育った白菜や大根など、どれもこれも生産者が腕によりをかけた自信作ばかり。



店内で調理したお惣菜やお弁当がズラリ。



国内産にこだわる精肉コーナー。

鮮魚は荒浜の魚屋さんから仕入れているので新鮮です。

「当店の生産者は高齢者が多く、皆さん名人級。出荷された野菜の出来の良さに、毎回すごいなあと感心します。それぞれに個性があるので、お日当ての野菜と出会えてもらえたうれしいですね」と、阿部さん。

また、産直には珍しく、店内に製造・加工施設があるのも特徴で、国産にこだわった精肉や、自家製の惣菜やお弁当、焼きたてが食べられるパンなど、幅広いジャンルと豊富な品揃えで、地域

のお客様の期待に応えています。まさに、安心・安全な毎日の食卓を支える応援団。ワクワク楽しい上に何とも頼もしい存在です。

これが
仔オシ!



りんご

亘理の生産者約10名が出荷。これから季節は香り高くてジューシーな「サンふじ」がメインに。キズなどの訳あり商品は値段も手頃。ジャムやコンポートに。

旬の
オスメ!



仙台いちご

ビタミンCや食物繊維が多く含まれ、美容や健康にもおすすめです。リピーターの中には生産者ご指名で購入する熱烈なファンもいるとか。地方発送もできます。



おおくまふれあいセンター
青果・産直担当 阿部 竜太さん
組合員の皆さんが頑張って作ってくださっているので、負けないようにドンドン売りたいです。近くにある鳥の海へ遊びにお越しの際はぜひお立ち寄りください。

(株)ライフサポートわたり おおくまふれあいセンター

営業時間 / 9:30~18:30
定休日 / 1月1・2・3日

T E L / 0223-34-9687
住所 / 〒989-2385 亘理郡亘理町逢隈字郡99

自慢の
味噌を
ご賞味下さい



人気店自慢の“冰点麺”と まろやかなコク深い味噌

自慢の0℃で冷蔵熟成された“冰点麺”は、打ちたての香りと風味、コシ、つるつるとした歯ざわりをあわせもった麺。まろやかなコク深いスープは、最後まで飽きさせません。店内はカウンターの他、テーブル席・座敷席もあり、ゆっくりとお食事できます。

◎オススメ

- ・みそラーメン 800円(税込)
- ・ねぎみそラーメン 900円(税込)
- ・しおラーメン 700円(税込)
- ・しょうゆラーメン 650円(税込)
- ・餃子 350円(税込)

氷点麺の店

ラーメン松月

〒981-1106 仙台市太白区柳生5-13-7

TEL・FAX 022-242-6282

[営業時間] 11:30~20:00

[店休日] 水曜日

[駐車場] 11台

[席数] 全55席 (うちカウンター14席)



(交通・アクセス) JR南仙台駅より車で6分

ネットワーク
&
オフィス

産業資材
紙&
包装資材

専門力×総合力

価値あるサービスを提供

OBISAN オビサン株式会社

【仙台支店】

〒983-0034 仙台市宮城野区扇町7-6-30

TEL:022-254-0701 FAX:022-254-0706

のうのしょくたく

曲の食卓

vol. 20

意欲のある生産者が、自分で生産した農畜産物を加工して、自ら販売するケースが増えています。これを「6次産業化」といい、農林水産業などの第1次産業に、食品加工の第2次産業と流通・販売の第3次産業の数字を掛けると6になることから、そう呼ばれています。



「みやとめさんくっキー」

内容量・販売価格／

- ・1枚 150円(税込)
- ・5枚箱入 950円(税込)
- ・10枚箱入 1,750円(税込)
- ・15枚箱入 2,550円(税込)

お買い求め先

おかしの家 Kanon、道の駅みなみかた(5枚箱入・10枚箱入のみ取り扱い)

JAみやぎ登米
マスコットキャラクター
「みやとめさん」



地元菓子店とコラボ！ 環境保全米の米粉で作る 「サクほろ」クッキー

今回紹介するのは、JAみやぎ登米と地元の菓子店『おかしの家 Kanon(カノン)』が共同開発した「みやとめさんくっキー」。管内産「環境保全米ひとめぼれ」の米粉を使用したメイドイン登米の商品です。環境保全米は、農薬や化学肥料の使用量を慣行栽培の半分以下に抑えて栽培された、人と環境にやさしい米です。

「米粉を使って何か商品化できないかとKanonさんに相談したところ、持ち運びしやすいクッキーがいいのではと提案を受けました。米粉100%のクッキーもおいしいのですが割りやすいため、100%にこだわらず、味にこだわりました」と話すのはJAみやぎ登米営農部販売推進課・鈴木久美さん。開発に当たり伝えた要望がもう一つ、それは同JAマスコットキャラクター「みやとめさん」をモチーフにすることでした。

同店ではこれまで同JAの甘酒



おかしの家 Kanon パティシエ
鈴木 祐二朗さん

「JAみやぎ登米とのコラボレーションから生まれた「環境保全米ひとめぼれ」の米粉クッキーです。米粉の甘みをしっかり感じられるように仕上げています。お子さんにも喜ばれる商品です。ぜひお試しください」

を使用した「糙みるくぱりん」を共同開発してきましたが、米粉を使った商品を開発するのは今回が初めて。「米粉と小麦粉の割合を少しずつ変えながら試作を繰り返しました。おかげで米粉の魅力を知ることができました」とパティシエ・鈴木祐二朗さんが笑顔で語ります。

完成した「みやとめさんくっキー」は、米粉らしいサクほろほろ食感とやさしい甘みに発酵バターの芳醇な香りとコクが加わり、リッチな味わいに仕上がっています。初めは見た目のかわいらしさで手に取る人も、そのおいしさでリピーターに。個包装で食べやすく、おやつはもちろん手土産にも最適。帰省時に購入する人も多いといい、登米の定番土産になる日もそう遠くなさそうです。

ふすべ餅

— 栗原市金成 菅原喜恵さん —



ピリ辛で身体ぽかぽか 滋味あふれる餅料理

「昔はドジョウを獲つて串に刺して、焼いて、囲炉裏のベンケイ(※)でいぶすのがお嫁さんの仕事だったの」と話すのは、JA新みやぎ栗っこ女性部金成支部会員・菅原喜恵さん。紹介してくれた「ふすべ餅」は、主に栗原地方で受け継がれてきた正月の餅料理です。

「ふすべ」は、いぶす、黒くすすけさせるといった意味の「^{ふす}べる」に由来します。本来は焼いていぶしたドジョウを粉末にし、すりおろした^ごぼうと大根を加え、しょうゆや唐辛子で味付けをしますが、現在はドジョウの代わりに鶏ひき肉を使うことが多いといいます。実は「ふすべ餅」が伝わるのは栗原地方の中でも若柳、栗駒、金成など的一部地域で、大根おろしは使わない、みそで味付けするなど地域によって少しずつ作り方が異なるそうです。

すりおろした^ごぼうは香りが際立ち、大根おろしが後味をさっぱりさせてくれます。唐辛子のピリッとした辛味が全体の味を引き締めるとともに、身体を温めてくれます。

「難しそうに見えるけど家にある

材料で簡単に作れます。辛さはお好みでどうぞ」と菅原さん。大根には消化酵素のアミラーゼ、^ごぼうには食物繊維が豊富に含まれており、餅と二緒に食べると消化をサポートしてくれます。正月の余った餅で作ってみてはいかがでしょうか。

Recipe

— レシピ —

[材料] ※作りやすい分量

鶏ひき肉	200g
大根	300g
ごぼう	150g
A	
しょうゆ	大さじ5
酒	大さじ2
みりん	適量
水	800ml
一味唐辛子	適量
餅	適量

ここが
コツ!

ごぼうの加熱は味がなじむ程度でOK。煮込む必要はありません



[作り方]

- 大根、ごぼうはすりおろす。
- 鍋に鶏肉、Aを入れて中火にかけ、ほぐしながら火を通す。
- (2)に大根、ごぼう、水を入れ、煮立ったら一味唐辛子を加えて全体に味がなじむまで煮る。
- *水の量は大根から出る水分を見て加減する。
- (4)(3)に餅を入れて絡める。

※囲炉裏の上に吊るし、串に刺した魚などを挿して燻製にする道具。立ち往生する武藏坊弁慶の姿になぞらえてベンケイと呼ばれる。

読者プレゼント

IGUNEへのご意見・ご感想など、読者の皆さまのお声を頂戴し、抽選で下記の賞品をプレゼントさせていただきます。(賞品はイメージです。)

応募締切日 令和7年3月3日(月)まで(当日消印有効)

当選の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

1 宮城県産 仙台いちご (4パック・1箱)



※写真はイメージです。

甘さと酸味のバランスが絶妙の「仙台いちご」をお楽しみください。合わせて仙台牛や宮城のお米などが当たる仙台いちごキャンペーンも実施中。

提供
宮城県園芸作物ブランド化推進協議会様
TEL 022-782-3353 仙台市若林区卸町

※表紙裏面にキャンペーン広告が掲載されています。

4 みやとめさんくつきー (10枚・1箱)

JAMみやぎ登米とおかしの家
Kanon(登米市迫町)が共同開発した登米市産「環境保全米ひとめぼれ」の米粉を使ったクッキーです。



米粉ならではのサクサクほろほろとした食感が楽しめる一味違うクッキーです。

5名様

提供
JAみやぎ登米様
TEL 0220-23-8007 登米市中田町石森

URL https://www.miyagitome.or.jp/
※11ページに記事が掲載されています。

2 干しそばセット (180g・3袋)

名取産「常陸秋そば」を自家栽培・自家製粉した石臼挽き手打ちそば。低温乾燥仕立ての干しそばをぜひ賞味ください。



提供 農家食堂 神明そば 慶様 3名様

TEL 022-797-0408 名取市田高
URL http://www.shinmeisobakei.com

※綴じ込み広告が掲載されています。

5 宮城県産「ひとめぼれ」 (5kg・1袋)

「ひとめぼれ」の生まれは宮城県。粘り、つや、うまい、香りのトータルバランスが良いことから、料理の幅を広げてくれるお米です。



提供 JA全農みやぎ様 5名様

TEL 022-264-8381 仙台市青葉区上杉
URL https://www.m-hozenmai.jp/

3 いちごだワ・イン「夢みる乙女」 (720ml・1本)

「わたりいちご」を贅沢に使用し、さっぱりとした甘さと、高貴ないちごの香りが口の中いっぱいに広がるワインに仕上げました。アルコール分が低めで、どなたでも楽しめるフルーツワインです。



※20歳未満の方は応募いただけません。

提供 株式会社ライフサポートわたり
おおくまふれあいセンター様 5名様

TEL 0223-34-9687 亘理郡亘理町逢隈

※8・9ページに記事が掲載されています。

応募方法

とじ込みの応募はがきに、下記を明記のうえご応募ください。

1. ご希望の賞品番号と賞品名
2. アンケート
3. 氏名(フリガナ)
4. 郵便番号・住所
5. 電話番号
6. 性別
7. 年齢
8. 職業

〒983-0035
仙台市宮城野区日の出町三丁目7-20

JAプリント「IGUNE」読者プレゼント係

※皆様からお預かりした個人情報については、プレゼントの抽選や賞品の発送、今後の誌面づくりの参考などに利用させていただき、それ以外の目的で使用することはございません。

※応募はお一人様1回限りとさせていただきます。



食と農の情報誌

IGUNE ホームページ

http://igune.jp/

スマホで位置情報をゲットして、
ナビでJAグループ直売所へ行ってみよう!



IGUNEのバックナンバー・設置場所についても、
ホームページをご覧ください。



食と農の情報誌

IGUNE イグネ

http://igune.jp/



2025年1月 vol.58 冬号

IGUNE は生産者と消費者を結ぶ、地産地消コミュニケーション・マガジンです。宮城に伝わる屋敷林「居久根(いぐね)」のように、農業を守り、豊かな生活と健康を育むいろいろな「これ、いぐね? (いいじゃない。)」をご紹介していきます。

[協力]

JAグループ宮城「県産県消」推進協議会
全国農業協同組合連合会宮城県本部

[印刷・発行]

株式会社 農協印刷センター(JAプリント)

[編集]

IGUNE編集委員会(JAプリント内)

〒983-0035

仙台市宮城野区日の出町三丁目7-20

TEL 022-284-3071 FAX 022-284-8088

E-mail ja-print@japsendai.co.jp

→次号のIGUNEは2025年4月発行予定

次号も食と農をテーマにした特集、情報を届けします。

記事・広告に関するお問い合わせは

JAプリントまでお問い合わせください。

JAプリント
022-284-3071

みやぎの農業を応援して55年の印刷会社です!

印刷物・ラベル・作業着など生産者さんのお困りごとをご相談ください

本誌掲載の記事、写真、イラストの無断転載を禁じます。

子どもたちの未来に 食の安心をつなぐ

こく しょう こく さん
国 消 国 産



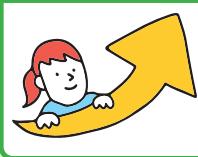
日本は今、食料の 食料自給率
約6割を輸入に こく しょう こく さん
頼っています。

もしも輸入が難しくなって、必要な食べものが足りなくなったら…農畜産物は、足りなくなったからといって、すぐに生産を拡大することはできません。だから、日ごろから「国消国産」を進めることができ。大事。「国産」をもっと食べましょう。



国産を食べると、いいこと いっぱい!

自給力アップで、
いざというとき安心!



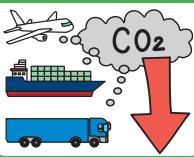
日本の農業を
食べて応援できる!



おいしくて安全・安心な
食事を実現!



輸送で出るCO₂を
減らし、SDGsに貢献!



こく しょう こく さん
国 消 国 産

が日本の食の未来をつくります。

こく しょう こく さん
国 消 国 産をすすめる

JAグループって、何してるの?

JAグループは、日本の農業を
様々な事業で支えています。

JAグループは、協同組合として、農業に携わる皆さんを、様々な事業で総合的に支えています。農畜産物をまとめて流通・販売したり、肥料や家畜のエサなどを共同で購入したり。農業に必要な技術のサポートや、農業を始める方たちの支援も行っています。



JAグループは、地域のくらしを
様々な事業で支えています。

JAグループは、金融や共済といった事業のほか、地域の病院や高齢者福祉施設も運営しています。また、買い物が不便な地域に移動購買車を走らせるなど、助け合いの精神で、地域のくらしを支え続けています。



JAグループの目指す姿(2030)

- ①持続可能な農業を実現
- ②豊かでくらしやすい地域共生社会の実現
- ③協同組合としての役割の発揮



JAグループを知る



耕そう、大地と地域のみらい。



JAグループ宮城