

TAKE
FREE
¥0
ご自由にお持ち
帰りください

No.2

愛媛県伊予市のおいしい情報をばくっと！食べちゃう地域情報紙

ばくっと！

こころ **ホッ** とするもの
食べにいこ！

おさき製麺 / スイーツ&カフェ シエル / 空と大地クッキー / 菌床しいたけ

◆おめでとう！しんじょう君◆

三カんまるの部屋
ゆるキャラグランプリ 2016

iProject! 伊予農業高校×松山大学×伊予市
松大生の企画発表会

中川優の中国料理教室
特別レシピ
「瀬戸内鯛とザーサイの炊き込み御飯」

参加者募集！
新規就農者勉強会を開催します！

ますます、いよし。



伊予市

(c)須崎市2013承認番号628

CONTENTS

ぱくっと! No.2

こころホツとするもの 食べにいい!

おさき製麺/スイーツ&カフェ シエル
空と大地クッキー/菌床しいたけ



- 04 ミカンまるの部屋
- 06 iProject! 伊予農高×松山大学×伊予市
- 08 中川優の中国料理教室&直伝レシピ
- 10 新規就農者勉強会を開催します!

【五勇士まんが】ゆるキャラグランプリ 2016

<p>当日投票にきてくれた人、 インターネットで1ポチしてくれたみんな、 本当にありがとうございます♡</p> <p>3</p>	<p>今回のゆるキャラグランプリの会場は、松山市!</p> <p>ボクも伊予市代表として参加してきたんよ!</p> <p>ゆるキャラグランプリ 2016</p> <p>おもてなしするみんな</p> <p>1</p>
<p>これからもミカンまると五勇士をよろしくお祈りします!</p> <p>4</p> <p>投票の結果は「ミカンまるの部屋」を見てね!</p>	<p>会場にはたくさんさんのゆるキャラたちが大集合!</p> <p>どこ見てもゆるキャラばかり!!</p> <p>2</p>



ぱくっと! No.2

平成 29 年 1 月 発行 (季刊発行)
愛媛県伊予市のおいしい情報をぱくっと! 食べちゃう地域情報紙
企画・制作・編集 / いよの食と食文化のまちづくり推進委員会
問合せ先 / 〒 799-3193 愛媛県伊予市米湊 820 番地 伊予市未来づくり戦略室内
ぱくっと! 編集部 TEL 089-982-1111 (代表)



表紙 / ゆるキャラグランプリ 2016 会場 (松山市場之内)

※おさき製麺は、食と食文化のまちづくりに協賛しています。



住 伊予市尾崎 75 番地 1
電 089-994-6621
営 11:30-14:00
休 土・日・祝日

セルフうどん おさき製麺

空と大地分場



平日の昼間だけの営業にも関わらず、じわじわと人気上昇中のお店を2つご紹介しよう。まずは、こだわりの自家製麺が人気の「セルフうどん おさき製麺」だ。綺麗な藍色ののれんをくぐり店内に入ると、元気のいいあいさつで出迎えてくれる。

注文口で希望の玉数を告げ、うどんを受け取る。好みにトッピングや天ぷら、おにぎりを取り、最後に好きなだけネギと天かすを乗せ、空いている席へ。こだわりの麺は、ほどよいコシと、のど越しの良さで何玉でも食べられそうだ。ボリューム満点の天ぷらと一緒に食べればお腹も大満足。値段も、かけうどん1玉200円とリーズナブルで営業マンに人気なもうなずける。サイドメニューの自家製カレーも人気で、このカレーを求めて市外から訪れる常連がいるほど。

立ち寄る機会がある方は、ぜひ、おさき製麺の自家製麺を味わってみてほしい。



かけうどん (1玉) 200円 (税込)
かき揚げ 130円 (税込)

Sweets and cafe Ciel

スイーツ&カフェ シエル

空と大地分場

次に紹介するのは、「セルフうどん おさき製麺」の隣の店舗で営業している「スイーツ&カフェ シエル」だ。ポップでカワイイ赤い看板が特徴のお店の中はこじんまりとしていて、真ん中に置かれたショーケースには、専属のパティシエが作る、小ぶりで愛らしい作りのケーキが並んでいて、どれを選ぶか迷ってしまう。持ち帰りはもちろん、店内で食べることも可能。挽きたてのコーヒーと一緒にケーキを並べてみると、その可愛らしさに食べるのがもったいないと思ってしまうほどだ。

多くの方に食べてもらいたいと、値段もリーズナブルに設定されていて、人気の「シュークリーム」はなんと1個50円！しかし手抜きは一切なく、どれも程よい甘さでいくらでも食べることができる。また、飽きられないように定期的にケーキのラインナップを見直すなど余念がない。日によっては売り切れてしまうこともあるそうなので、早めの時間帯に来店を。

今回ご紹介した2つのお店をもつ「空と大地」の施設長にお話を伺うと、「地域の方たちに支えてもらって本当にありがたい。うどんもケーキも美味しいのでぜひ立ち寄ってほしい」と笑顔で答えてくれた。

ショートケーキ 130円 シュークリーム 50円 モンブラン 180円(全て税込)
※店頭がない場合もあります



住 伊予市尾崎 75 番地 1
電 089-994-6621
営 10:00~15:30
休 土・日・祝日



～空と大地の贈るまごころ商品をご紹介します～

空と大地 クッキー

空と大地の看板商品でもある「手づくりクッキー」。プレーンやココアなどの生地を、一つひとつ丁寧に型を抜き焼き上げた定番のクッキーから、「みそ」が入ったものや「ひまわりの種」が入ったもの、オレンジやレモンの柑橘フレーバーのものなど、豊富なラインナップで楽しませてくれる。

また、ギフト商品のほか、クリスマスシーズンにはイベント商品を用意するなど、ニーズに応じた商品展開を行っている。



先ほど紹介したシエルの店舗や、注文販売でも買うことができる。ティータイムのおやつ、お世話になっている人への贈り物にいかが？



1袋
130円(税込)



1パック
130円(税込)



菌床しいたけ「姫の恋」

空と大地の誇るPB（プライベートブランド）の菌床しいたけ「姫の恋」。完全無農薬で栽培され、徹底した温度、品質管理によって安心安全で極上の味に仕上がっている。

「町家」や「松山市中央卸売市場」などを通し、多くの人に自慢のしいたけを届けている。一つひとつ肉厚でとってもジューシーな味わい。最近では、このおいしさを知ったお客さんが、直接空と大地へ買いにくるんだとか。

お鍋がおいしいこの季節。かわいらしいキャラクターが目印の「姫の恋」をぜひ味わってみて。

空と大地ってどんなところ？

「空と大地」及び「空と大地分場」（おさき製麺・シエル）は、障がい者支援事業所（就労移行支援事業・就労継続支援B型事業）として、施設利用者への一般就労や社会的自立を目指した、知識・能力向上のプログラムや就労の機会や場所を提供しています。



社会福祉法人
朝風会 空と大地

住 伊予市本郡 54 番地 3
電 089-992-9001
休 土・日・祝日
HP www.asanagikai.com

※スイーツ&カフェシエルは、食と食文化のまちづくりに協賛しています。



ミカンまるの部屋

ボクの日常や、最近の出来事を教えるけんね！

ミカンまる

伊予市のPRキャラクターであじの五勇士リーダー。3つの鼻が特徴で、おいしいものを嗅ぎ分けることができるんだ！風邪をひいたことがないのが自慢だよ。好きな物は、伊予市でとれるおいしいものならなんでも！



ゆるキャラグランプリ 2016 in 愛顔のえひめ ミカンまるも参加してきたよ！



ゆるキャラグランプリ 2016の決戦投票が、松山市の城山公園芝生広場で平成28年11月5日(土)、6日(日)の2日間にわたって開催されたんよ。ボクも最後の戦いに行ってきたよ！

インターネット投票の総票に加え、決選投票の得票を合計して、今年のグランプリになったのは高知県須崎市の「しんじょう君」！！4345960ptで堂々の一位だよ。

ボクはというと、3822ptで総合**436位**だったよ。会場ではたくさんの方が投票してくれて、とってもとっても嬉しかったな。応援してくれたみんな、本当に本当にありがとう♡



順位 436位/3822pt
エントリーNo.396
ミカンまる
(愛媛県)

伊予市のブースでは、五勇士缶バッジとピンバッジの販売をしたんよ。愛媛県のブースまわりはとっても大人気で、お客さんもたくさん来てくれたよ。会場全体ではなんと5万人のお客さんが来場して、とっても大賑わい！たくさんのお友達にも出会えたり、と～っても楽しい二日間だったよ！



▲伊予市ブース
▶ステージに立つミカンまる



ゆるキャラのおともだちと記念撮影♪



おともだちと一緒にたくさん写真を撮ったよ♪

伊予農業高校生が手づくりの 「五勇士のパン」を作ってくれたよ！

ハモのすけ



おタイ



伊予農業高等学校食品化学科の生徒のみんなが、農業祭(文化祭)で展示する作品として、パン生地で作った五勇士の顔を作ってくれたよ！

形もそうだけど、焦げ目を利用して、顔の特徴をうまく表現してくれたんだ。みんなソックリで驚いちゃった！パンのいいにおいがして、思わずかじりつきそうになったよ！生徒のみんな、ありがとう！！



ミカンまる



ピワひめ



フリバエ

あいぶろじゅくと! iProject!

伊予農業高等学校 × 松山大学 × 伊予市

iProject! って何なん?

伊予農業高等学校・松山大学・伊予市の3者が協働し、伊予市の特産品などを活用して伊予農業高校の生徒が開発したメニューを、松山大学生が消費者目線で向上させたうえで、企業に売り込み、実際の商品として世に出すことを目指すプロジェクトです!

iProject! 企画発表会をウェルピア伊予で実施!



iProject! の成果を発表する「企画発表会」を平成 28 年 10 月 21 日（金）ウェルピア伊予で開催しました。松山大学の学生が 6 月に伊予農業高等学校生活科学科の生徒考案メニューを試食してから、約半年間にわたって調査・研究を行い、メニューのアレンジや販売戦略などを



企画書にまとめ、その成果を班ごとに発表しました。伊予農高生や、いよの食と食文化のまちづくり推進委員会委員の参加に加え、協力企業担当者が参加することで企業プレゼンを兼ねたも



のとし、それぞれの立場から意見、感想をいただきました。メニューそのものやプレゼンのやり方にいたるまで、多岐にわたって貴重な意見をいただき、非常に中身の濃い企画発表会となりました。



みかんベーグル

ローファット商品のベーグルと、愛媛県の柑橘を組み合わせた、いいとこどり商品。



みかんレアチーズケーキ

「ミカンまるのレアチーズケーキ」という名前が付けられた、マーマレードとみかんゼリーを使って全年齢に向けた商品。



そら豆カレー

そら豆の粒を入れたものと、ペースト状にし、シチュー風にしたものと2種類。健康志向の方や、伊予市のお土産として。



そら豆3色パウンドケーキ

そら豆、チョコ、プレーンの3層にすることで、意識することなくそら豆の栄養を得られる。女性や子どもに向けた商品。



そら豆ちぎりパン

そら豆とチョコのパンで、豆乳や豆腐を使ってヘルシー。健康志向の方や、女性がターゲット。



伊予市まるごとふりかけ

伊予市の特産品である、びわ葉茶、ちりめん、かつおぶしを使用したふりかけ。伊予市のお土産として最適。



びわアイス

美容効果があると言われるビワと、バニラアイスとマッチさせたアイスクリーム。女性をターゲットにした期間限定商品。



商品化のお手伝いをさせていただける事業者様を募集しています

iProject!

iProject! の活動に興味を持たれた事業者の方は
伊予市 未来づくり戦略室 食と食文化のまちづくり担当
☎ 089-982-1111 (代表) ままでご連絡ください

中川優の 中国料理教室

伊予市出身で、東京千駄木にある「四川料理の店 天外天」オーナーシェフの中川優先生の料理教室が平成 28 年 10 月 11 日（火）に開催されました。

午前午後と合わせて 56 名もの参加者を迎え、家庭でできる本格中国料理を学びました。



今回は、「瀬戸内鯛とザーサイの炊き込み御飯」「アボカドと地エビのライスペーパー巻き」「中山栗と鶏肉のオイスターソース煮込み」「ふわふわマンゴープリン」の4品を作りました。普段手に入る身近な食材も、ひと手間加えることでお店の味に早変わり！調理中や試食時には中川先生との親睦を深め、参加者のみなさんも大満足の料理教室になりました。



中川先生の料理本大好評発売中！！

「中川優さんの 家庭で作れる本格中華」

光文社・定価 1,400 円＋税

中川先生が教える、家庭でも作れる本格中国料理のレシピ本が発売されました！料理の極意からお店の味に近づけるコツなど、とってお得な一冊となっています。書店や amazon などで購入することができます。

天外天 中川優シェフ直伝レシピ 第8弾

瀬戸内鯛とザーサイの炊き込み御飯



<材料(6人分)>

大きめの土鍋
米 … 2合(360ml)
瀬戸内鯛の切り身 … 300g
ザーサイ … 100g
生姜 … 15g
白ネギ … 1本
チンゲンサイ … 1株
エシャロット油
(もしくはネギ油) … 大さじ2

《味付け調味料》

鯛のスープ … 550cc
しょうゆ … 小さじ2
オイスターソース … 小さじ2
紹興酒 … 大さじ1
ごま油 … 大さじ1

<作り方>

- 1 鯛を厚めに切り、水気をふき取っておく。
- 2 ザーサイは薄切りに、生姜はみじん切りに、ネギは2cm幅に切る。
- 3 チンゲンサイを茹で、一口大に切っておく。
- 4 洗って水気を切っておいた米を土鍋に入れ、《味付け調味料》と、②と③の食材を入れて、以下の通り火加減を調整しながら炊く。

強火で沸騰まで⇒中火5分⇒

弱火10分⇒強火1分⇒10分蒸らす

- 5 ごはんが炊き上がったたら、チンゲンサイ、エシャロット油を入れて混ぜ合わせる。

Point!

イリコだしでも
代用できます！

《鯛のスープの作り方》

さっと湯通しした鯛のアラを沸かした湯に入れ、長ネギの青い部分と生姜(分量外)と一緒に茹でる。沸いたら弱火にし、アクを取って鯛のスープの完成。

参加者募集!!

あなたも伊予市で
"農業"を始めてみませんか?



新規就農者勉強会を開催します!

平成25年4月1日に開設された「伊予市農業振興センター」では、さまざまな地域農業の課題解決に取り組んでいます。

その一環として、平成26年3月から、就農希望者を対象にした「新規就農者勉強会」を開催し、就農や農業に必要な基礎知識と栽培技術を習得するための基礎講座により、新規就農者の確保育成を図っています。

市外や県外の方も参加できますので、ぜひご応募ください。

伊予市農業振興センター

愛媛県伊予市市場甲 127 番地 1
(就農相談窓口)



あじの五勇士

JA えひめ中央

南部営農支援センター
☎089-982-4972



まるえちゃん

伊予市

農林水産課
☎089-983-6350
農業委員会
☎089-983-6351

共用部分
(農業相談など)

愛媛県

中予地方局産業振興課
伊予農業指導班
☎089-982-0477

連携

愛媛県農業共済組合
愛媛県伊予市米湊 825 番地 9
☎089-982-0534



ノーサイくん



みきちゃん

■「新規就農者勉強会」スケジュール

平成 29 年
3 月 4 日 (土)

講 義：農業を始めるための基礎知識
農地の取得方法
現 地：農業機械の取扱い
柑橘類の剪定方法



※都合により変更する場合がありますので、詳しい内容については、下記にお問合せください。

【お申し込み・お問合せ先】

伊予市農業振興センター

愛媛県伊予市市場甲 127 番地 1

● 伊予市農林水産課 089-983-6350

● JA えひめ中央
南部営農支援センター 089-982-4972

● 愛媛県中予地方局産業振興課
伊予農業指導班 089-982-0477



■その他の研修制度

JA えひめ中央では新規就農研修センターを設置し、研修生の受け入れ体制を確立しています。

研修期間は原則2年間で、より専門的な研修を希望される方が対象となります。

※年齢要件等がありますので、詳しい内容については、下記にお問合せください。

【お問合せ先】

JA えひめ中央 営農部 経営支援課

愛媛県松山市千舟町 8 丁目 128 番地 1
089-943-2342



北部研修園 (堀江柑橘園場)



南部研修園 (伊予野菜園場)

配布協力施設一覧

愛媛県内施設

伊予銀行
愛媛銀行
愛媛信用金庫
えひめ中央農業協同組合
伊予鉄道 松山市駅
松山空港
松山大学
えひめ共済会館
伊丹十三記念館
スカイホテル
東京第一ホテル松山
ホテルJALシティ松山
松山東急REIホテル
エスポワール愛媛文教会館
四国道後温泉 宝荘ホテル
道後温泉 大和屋本店
道後の宿 葛城
道後温泉 ホテル花ゆづき
道後温泉 ふなや
道後温泉 道後館
オールドイングランド 道後山の手ホテル
道後ぎやまんガラス美術館
道後温泉 ホテル古湧園
道後温泉 茶玻璃
道後 夢蔵
道後 やや
今治極上巾着 伊織
Vimi 美味
ルブリュ マツヤマ
eワーク愛媛
学校法人 愛媛学園
cafeにこら
Aコープ西日本
生活協同組合コープえひめ
いよココロザシ大学
伊予市特産品直売所
(ジョー・プラ内)

※掲載施設以外にも多数の施設・店舗の他、食と食文化のまちづくり協賛店にも設置協力いただいています。



ピワひめ

愛媛県内道の駅

瀬戸農業公園
マイントピア別子
ひろた 峡の館
内子フレッシュパークからり
伊方町観光物産センター きらら館
きなはい屋しろかわ
今治湯ノ浦温泉
虹の森公園まつ
S・Cマリノアアシスはかた
多々羅しまなみ公園
よしうみいきき館
広見森の三角ぼうし

伊予市内施設

伊予市役所
中山地域事務所
佐礼谷自治支援センター
双海地域事務所
下灘自治支援センター
伊予市立図書館
伊予市総合保健福祉センター
伊予市内公民館 各館
さざなみ館
ふるさと創生館
彩浜館
しおさい公園
手づくり交流市場 町家
ファーマーズマーケット いよこら
なかやま特産品センター
クラフトの里
ふたみシーサイド公園(道の駅ふたみ)
伊予市都市総合文化施設 ウェルピア伊予
花の森ホテル
遊栗館
伊予商工会議所
伊予市観光協会
伊予市社会福祉協議会
伊予農業高等学校
フジ伊予店
伊予漁業協同組合
上灘漁業協同組合
下灘漁業協同組合

愛媛県内公共施設

愛媛県中予地方局
愛媛県立図書館
愛媛県美術館 南館
愛媛県消費生活センター
えひめ愛顔の観光物産館
愛媛県男女共同参画センター
松山市立図書館 各館
松山市総合コミュニティセンター
坂の上の雲ミュージアム
松山市立 子規記念博物館
えひめ地域政策研究センター
砥部焼伝統産業会館

県外施設

東京都港区新橋
・香川・愛媛せとうち旬彩館
東京都大田区
・学校法人佐伯学園 佐伯栄養専門学校
東京都文京区千駄木
・四川料理の天外天
東京都千代田区永田町
・愛媛県東京事務所
山梨県北杜市
・北杜市 食と農の杜づくり課
・武川町農産物直売センター
・おいしい市場
・三分一湧水館
・白州・尾白の森名水公園 べるが
・道の駅 南きよさと
中央自動車道
・八ヶ岳PA上り
・八ヶ岳PA下り
・境川PA上り
・釈迦堂PA下り
・初狩PA上り
千葉県千葉市
・長沼原勤労市民プラザ
・幕張勤労市民プラザ
・中央区蘇我コミュニティセンター
・稲毛区長沼コミュニティセンター
・美浜文化ホール
・若葉文化ホール
・若葉区千城台コミュニティセンター
千葉県印西市
・印西地区環境整備事業組合 温水センター
埼玉県飯能市
・名栗温泉 さわらびの湯
神奈川県足柄下郡箱根町
・芦ノ湖キャンプ村 レイクサイドヴィラ
神奈川県海老名市
・高座施設組合屋内温水プール
長野県長野市
・豊野健康増進型コミュニティ施設
豊野温泉 りんこの湯
・戸隠そば博物館 とんくるりん
・鏡池園地総合案内施設 とんくりハウス
長野県北安曇郡松川村
・馬羅尾天狗岩温泉 すずむし荘
・道の駅 安曇野松川 寄って停・まつかわ
静岡県田方郡函南町
・湯〜トピアかんなみ
大阪府大阪市
・愛媛県大阪事務所
広島県広島市
・広島市文化交流会館
島根県浜田市
・国民宿舎 千畳苑
徳島県阿波市
・阿波市交流防災拠点施設 エアエルワ
(順不同)

伊予市のふるさと納税 受け付けています!

伊予市では、伊予市を愛し、応援したいという人たちの思いを個性豊かで魅力的なまちづくりに役立てるため、「ふるさと納税制度」を推進しています。10,000円以上のご寄附をいただいた方には返礼品として伊予市の特産品を贈呈いたします。

申し込みは、ふるさと納税サイト「ふるさとチョイス」から申し込みが可能です。返礼品として、伊予市の特産品や、愛媛の食材をご用意しております。寄附はクレジットカードでの決済も可能です。ぜひ伊予市を応援してください!

ふるさとチョイス 検索

<https://www.furusato-tax.jp/government.html>

当サイトは、株式会社トラストバンクのサイトです。申し込みが完了すると、伊予市からふるさと納税に関する書類が郵送されます。



読者のひろば

読者のひろばあて先

「読者のひろば」では、読者からのお便りを募集しています。
ハガキに①住所②氏名③電話番号④ぱくっと!を読んだ感想⑤ぱくっと!をどこで手に入れたか、を明記してください。

その他、伊予市の情報や、思い出。ミカンまる(五勇士)のイラストや目撃情報、写真などなど、なんでもOKです!採用された方には「五勇士缶バッジ」をプレゼント!採用されなかった方にも嬉しいプレゼントがあります♪

メール: ajinokuni@yahoo.co.jp
郵 送: 〒799-3193

愛媛県伊予市米湊 820 番地
伊予市未来づくり戦略室
「読者のひろば」係





ますます、いよし。



◆伊予市へのアクセス◆

- ・JR予讃線で松山駅から伊予市駅まで約20分
- ・伊予鉄郡中線で松山市駅から郡中駅まで約25分
- ・松山ICから伊予ICまで車で7分
- ・松山空港から車で約30分
- ・松山観光港から伊予市内まで車で約40分



ミカンまる Facebook
おいしい情報発信中!



伊予市

ご自由にお持ち帰りください

TAKE FREE