食材プロフィール

リストNO.	1

【自治体】	石岡市
【担当】	農政課
【食材名】	豚肉（弓豚）

【食材写真】

【食材情報】（旬、調理方法、値段等）	【生産者情報】（プロフィール、連絡先等）
詳細については要相談	㈲弓野畜産 担当：弓野由佳 電話：0299-24-4568 090-2745-2363 HPアドレス：http://www.yumibuta.jp

食材プロフィール

リストNO.	2

【自治体】	石岡市
【担当】	農政課
【食材名】	レンコン

【食材写真】

【食材情報】（旬、調理方法、値段等）	【生産者情報】（プロフィール、連絡先等）
旬・・・9月上旬～12月下旬 値段・・・1kg@500円～600円	JA新ひたち野レンコン部会 担当部署　ひたち野営農経済センター 担当者　　中山　範彦 住所　茨城県石岡市三村6905-1 0299-56-3100

食材プロフィール

リストNO.	3

【自治体】	石岡市
【担当】	農政課
【食材名】	有機栽培　ねぎ

【食材情報】（旬、調理方法、値段等）	【生産者情報】（プロフィール、連絡先等）
旬・・・11月～3月 値段・・・　500g（袋）　160円 調理方法・食べ方 冬の寒さを受けたねぎは加熱調理すると甘味が強くなります。	JAやさと　有機部会 JAやさと管内（石岡市内）で有機栽培に取り組んでいます。出荷する有機野菜は有機JAS認証を取得しています。新規就農支援に力を入れ若く力量ある生産者の育成にも力を入れています。 有機栽培部会　担当　飯田大智 0299-44-1661

食材プロフィール

リストNO.	4

【自治体】	石岡市
【担当】	農政課
【食材名】	有機栽培　小松菜

【食材写真】

【食材情報】（旬、調理方法、値段等）	【生産者情報】（プロフィール、連絡先等）
旬・・・10月～12月 値段・・・　200g（袋）　110円 調理方法・食べ方 多種多様な料理に使用できる野菜です。有機栽培で栽培した小松菜はエグ味などが無いのが特徴です。	JAやさと　有機部会 JAやさと管内（石岡市内）で有機栽培に取り組んでいます。出荷する有機野菜は有機JAS認証を取得しています。新規就農支援に力を入れ若く力量ある生産者の育成にも力を入れています。 有機栽培部会　担当　飯田大智 0299-44-1661

食材プロフィール

リストNO.	5

【自治体】	石岡市
【担当】	農政課
【食材名】	有機栽培　ほうれん草

【食材写真】

【食材情報】（旬、調理方法、値段等）	【生産者情報】（プロフィール、連絡先等）
旬・・・11月～12月 値段・・・　200g（袋）　120円 調理方法・食べ方 冬の寒さと共に甘味が強くなっていく野菜です。サラダなどの生食でも美味しいですが、加熱調理をするとさらに甘味が強くなります。	JAやさと　有機部会 JAやさと管内（石岡市内）で有機栽培に取り組んでいます。出荷する有機野菜は有機JAS認証を取得しています。新規就農支援に力を入れ若く力量ある生産者の育成にも力を入れています。 有機栽培部会　担当　飯田大智 0299-44-1661

食材プロフィール

リストNO.	6

【自治体】	石岡市
【担当】	農政課
【食材名】	有機栽培　レタス

【食材情報】（旬、調理方法、値段等）	【生産者情報】（プロフィール、連絡先等）
旬・・・10月～11月末 値段・・・　1玉（ラップ）　　130円 調理方法・食べ方 サラダなどが定番ですが、炒めて食べても美味しいと思います。	JAやさと　有機部会 JAやさと管内（石岡市内）で有機栽培に取り組んでいます。出荷する有機野菜は有機JAS認証を取得しています。新規就農支援に力を入れ若く力量ある生産者の育成にも力を入れています。 有機栽培部会　担当　飯田大智 0299-44-1661

食材プロフィール

リストNO.	7

【自治体】	石岡市
【担当】	農政課
【食材名】	有機栽培　サニーレタス

【食材写真】

【食材情報】（旬、調理方法、値段等）	【生産者情報】（プロフィール、連絡先等）
旬・・・10月～11月末 値段・・・　1株（ラップ）　　110円 調理方法・食べ方 サラダや添え物野菜の定番です。ほのかな苦味が特徴の野菜です。	JAやさと　有機部会 JAやさと管内（石岡市内）で有機栽培に取り組んでいます。出荷する有機野菜は有機JAS認証を取得しています。新規就農支援に力を入れ若く力量ある生産者の育成にも力を入れています。 有機栽培部会　担当　飯田大智 0299-44-1661

食材プロフィール

リストNO.	8

【自治体】	石岡市
【担当】	農政課
【食材名】	有機栽培　グリーンリーフ

【食材写真】

【食材情報】（旬、調理方法、値段等）	【生産者情報】（プロフィール、連絡先等）
旬・・・10月～11月末 値段・・・　1株（ラップ）　　110円 調理方法・食べ方 サラダや添え物野菜の定番です。	JAやさと　有機部会 JAやさと管内（石岡市内）で有機栽培に取り組んでいます。出荷する有機野菜は有機JAS認証を取得しています。新規就農支援に力を入れ若く力量ある生産者の育成にも力を入れています。 有機栽培部会　担当　飯田大智 0299-44-1661

食材プロフィール

リストNO.	9

【自治体】	石岡市
【担当】	農政課
【食材名】	有機栽培　人参

【食材写真】

【食材情報】（旬、調理方法、値段等）	【生産者情報】（プロフィール、連絡先等）
旬・・・11月～2月 値段・・・　500g（袋）　110円 調理方法・食べ方 有機栽培の人参は甘味や人参独特の香りが強いと言われています。どんな料理にも合う野菜です。	JAやさと　有機部会 JAやさと管内（石岡市内）で有機栽培に取り組んでいます。出荷する有機野菜は有機JAS認証を取得しています。新規就農支援に力を入れ若く力量ある生産者の育成にも力を入れています。 有機栽培部会　担当　飯田大智 0299-44-1661

食材プロフィール

リストNO.	10

【自治体】	石岡市
【担当】	農政課
【食材名】	有機栽培　里芋

【食材写真】

【食材情報】（旬、調理方法、値段等）	【生産者情報】（プロフィール、連絡先等）
旬・・・11月～1月 値段・・・　500g（袋）　140円 調理方法・食べ方 ねっとり・ホクホクが特徴の有機里芋です。	JAやさと　有機部会 JAやさと管内（石岡市内）で有機栽培に取り組んでいます。出荷する有機野菜は有機JAS認証を取得しています。新規就農支援に力を入れ若く力量ある生産者の育成にも力を入れています。 有機栽培部会　担当　飯田大智 0299-44-1661

食材プロフィール

リストNO.	11

【自治体】	石岡市
【担当】	農政課
【食材名】	有機栽培　ごぼう

【食材写真】

【食材情報】（旬、調理方法、値段等）	【生産者情報】（プロフィール、連絡先等）
旬・・・11月～12月 値段・・・　200g（袋）　150円 調理方法・食べ方 有機栽培ごぼうは市場にもあまり出回りません。ごぼう独特の香りが特徴です。	JAやさと　有機部会 JAやさと管内（石岡市内）で有機栽培に取り組んでいます。出荷する有機野菜は有機JAS認証を取得しています。新規就農支援に力を入れ若く力量ある生産者の育成にも力を入れています。 有機栽培部会　担当　飯田大智 0299-44-1661

食材プロフィール

リストNO.	12

【自治体】	石岡市
【担当】	農政課
【食材名】	有機栽培　大根

【食材写真】

【食材情報】（旬、調理方法、値段等）	【生産者情報】（プロフィール、連絡先等）
旬・・・10月下旬～11月末 値段・・・　1本（袋）　　120円 調理方法・食べ方	JAやさと　有機部会 JAやさと管内（石岡市内）で有機栽培に取り組んでいます。出荷する有機野菜は有機JAS認証を取得しています。新規就農支援に力を入れ若く力量ある生産者の育成にも力を入れています。 有機栽培部会　担当　飯田大智 0299-44-1661

食材プロフィール

リストNO.	13

【自治体】	石岡市
【担当】	農政課
【食材名】	有機栽培　かぶ

【食材写真】

【食材情報】（旬、調理方法、値段等）	【生産者情報】（プロフィール、連絡先等）
旬・・・10月～11月 値段・・・　500g（3～5玉程度）（袋）　　120円 調理方法・食べ方 秋物のかぶは甘みが強く，胃腸のはたらきを活発にする酵素が豊富で，葉にもビタミンなどの栄養素が多く含まれます。お漬物，お味噌汁，煮物等で食べると美味しくいただけます。	JAやさと　有機部会 JAやさと管内（石岡市内）で有機栽培に取り組んでいます。出荷する有機野菜は有機JAS認証を取得しています。新規就農支援に力を入れ若く力量ある生産者の育成にも力を入れています。 有機栽培部会　担当　飯田大智 0299-44-1661

食材プロフィール

リストNO.	14

【自治体】	石岡市
【担当】	農政課
【食材名】	有機栽培　さつまいも（紅はるか）

【食材写真】

【食材情報】（旬、調理方法、値段等）	【生産者情報】（プロフィール、連絡先等）
旬・・・11月～12月 値段・・・　500g（袋）　120円 調理方法・食べ方 皮つきで使うときは，水にさらしてアク抜きをします。長く浸けると豊富なビタミンCまで流出してしまうため，浸け時間は3分程度でよいとされています。定番の焼き芋をはじめ，天ぷらや甘煮，味噌汁やさつまいもご飯にしても美味しくいただけます。	JAやさと　有機部会 JAやさと管内（石岡市内）で有機栽培に取り組んでいます。出荷する有機野菜は有機JAS認証を取得しています。新規就農支援に力を入れ若く力量ある生産者の育成にも力を入れています。 有機栽培部会　担当　飯田大智 0299-44-1661

食材プロフィール

リストNO.	15

【自治体】	石岡市
【担当】	農政課
【食材名】	柿（西村早生，早秋，富有など）

【食材写真】

【食材情報】（旬、調理方法、値段等）	【生産者情報】（プロフィール、連絡先等）
旬・・・10月～11月 値段・・・　10kg（箱）　4，000円 調理方法・食べ方 そのまま食べても美味しくいただけますが，熟れすぎた柿は冷凍保存することで，シャーベットのように食べても美味しいです。	JAやさと　柿部会 JAやさと管内（園部地区）で栽培に取り組んでいます。茨城県八郷町は昔から柿の生産が盛んな地域で，柿の王様「富有柿」は，昭和44年からは毎年皇室に献上しています。 柿部会　担当　比企　崇之 0299-44-1661

食材プロフィール

リストNO.	16

【自治体】	石岡市
【担当】	農政課
【食材名】	卵

【食材写真】

【食材情報】（旬、調理方法、値段等）	【生産者情報】（プロフィール、連絡先等）
値段：10個入れ300円 調理方法：定番の厚焼き玉子や目玉焼きから主役にも脇役にもなれるたまごです。 飼育方法や親鶏が食べるエサにこだわって安心安全なたまごを一度食べてみて下さい。 個人的にはたまごかけご飯が、他のたまごとの違いがよく分かります！	JAやさと鶏卵部会 開放鶏舎で飼育しており、自然な風や、日の光が差し込ようになっており、ケージも1～2段で鶏に優しい作りになっています。鶏の食べる飼料は、非遺伝子組換えの原料にこだわったものを出来るだけ使用しながら、地元の米ヌカや大豆なども与えたりしています。 JAやさと鶏卵部会担当　　渡辺泰之 0299－46－1815

食材プロフィール

リストNO.	17

【自治体】	石岡市
【担当】	農政課
【食材名】	納豆

【食材写真】

↓納豆小粒生産者

【食材情報】(旬、調理方法、値段等)	【生産者情報】(プロフィール、連絡先等)
値段:3連　149円(税込)　2連　108円(税込) 納豆工場:1989年より地元石岡市で栽培 された納豆小粒大豆を100%使用して 「いつ・誰が・どのように・どれだけ」製造したか 衛生管理とあわせて安心を届けています。 個人的には塩のみで混ぜて、ご飯を頂くのが おすすめです。	大豆生産者のみなさま 当組合の納豆生産の原料生産を行っている みなさまです。 JAやさと納豆担当　　木村聡 0299－46－1815

自治体紹介

【自治体概要】

石岡市は**茨城県のほぼ中央**に位置し、西に関東の名峰**・筑波山**と東に日本第二の湖**・霞ケ浦**とを有する、なだらかな平坦地にあります。

また、**有機野菜の栽培が盛ん**なことでも知られ、地元のJAには有機部会という有機農業を専門に行うグループもあるほど多くの生産者がいます。

さらに、**畜産業は養豚等を中心に県内でも有数の産地**になっています。

【特産品、観光PR等】

石岡のおまつりは、「正月やお盆には帰省しなくても、おまつりには帰る」と言われるほど、出身者にとっては、い入れのある祭りで、石岡市民にとって、1年間でもっとも熱くなる日です。関東の三大祭りとしても知られ、毎年3日間で約50万人の人出で賑わいます。

市内には「**いばらきフラワーパーク**」や日本一の獅子頭がある「**常陸風土記の丘**」などの観光施設があります。温泉施設である「**やさと温泉 ゆりの郷**」や、廃校になった木造平屋建ての小学校を活用した体験型観光施設「**朝日里山学校**」は近県からも多くの来客があり、皆様に好評を得ています。

石岡のおまつり　毎年約50万人の人出で賑わいます

いばらきフラワーパーク

市内に多く残る茅葺き民家

果樹狩り　年間通して楽しめます

日本一の獅子頭

朝日里山学校

昭和レトロを感じられる街並み

【アクセス】

電車で

JR常磐線で上野駅から「石岡駅」へ

普通列車・・1時間30分

特急列車・・1時間

車で

常磐自動車道で（三郷ICから40分程度）

土浦北IC・千代田石岡IC・石岡小美玉スマートICへ