

国産消費国

こくしょう
こくさん

国産食材をおいしく食べよう！

『国産消費国』とは、「私たちの国で消費する食べ物は、できるだけこの国で生産する」という考え方。これからの未来も、おいしい食卓と、その食卓を囲む笑顔が絶えないように。乃木坂46は、国産の食材を「おいしく笑顔でいただくこと」で、農家の皆さんを応援します。

JAグループ

乃木坂46

メンバーが調理を楽しむ動画等を公開中！ぜひアクセスしてください！

女性部ふれあい朝市

と き：12/26金
8:00～9:00(雨天決行)

ところ：JA静岡市高松支店駐車場

内 容：新鮮野菜、農産物加工品、もち、花などの販売

お問合せ：JA静岡市営農課
TEL.054-288-8440

※内容については変更になることがあります。

JA静岡市公式
Xプレゼント企画

アカウントをフォローし、[Xプレゼント企画/2025冬]の投稿をリポストしてくれた方の中から抽選で10名様に「紅ほっぺ・きらび香食べ比べセット」をプレゼント♪

■応募締切：2026年1月9日(金)

※写真はイメージです。セット内容は変わる場合があります。

詳しくは投稿をご覧ください。たくさんのご応募、お待ちしております！

じまん市は市内4店舗！生産者じまんのとれたて新鮮野菜や加工品を毎日の食卓に。

南部じまん市

静岡市駿河区曲金5丁目4-70 (JA静岡市本店敷地内)

営業時間/8:30～17:00 (正月以外無休)

TEL.054-203-4118

北部じまん市

静岡市葵区北番町86 (JA静岡市茶業センター1階)

営業時間/9:00～17:00 (正月以外無休)

TEL.054-272-2100

長田じまん市

静岡市駿河区鎌田35-2 (JA静岡市長田支店敷地内)

営業時間/8:30～17:00 (正月以外無休)

TEL.054-268-3111

しづはたじまん市

静岡市葵区下1458-32 (JA静岡市しづはた支店敷地内)

営業時間/9:00～17:00 (正月以外無休)

TEL.054-294-1400

産地直送！ネットショップ「じまん館」でらくらく注文♪

クイズに答えて「ほんやまじねんじょ」を抽選で10名様にプレゼント！

Q.□の中に入るひらがな4文字をお答えください

「ほんやまじねんじょ」は独自の栽培方法「□□□□方式」で栽培されています。

プレゼント応募用紙

クイズの答え

郵便番号 〒

ご住所

お名前

TEL

JA静岡市についてご意見・ご感想をお聞かせください。

※ご記入いただいた個人情報は、プレゼント企画以外には使用いたしません。

【応募締切】2026年1/9金

【受付場所】じまん市全店

左の応募用紙に必要事項をご記入のうえ、各じまん市に備え付けの応募ボックスに入れてください。抽選のうえ10名様にプレゼントいたします。

※当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

商品の発送は1月下旬頃の予定です。

発行/ JA静岡市企画部広報課
〒422-8506 静岡市駿河区曲金5丁目4-70
TEL.054-288-8441

食と農を笑顔でつなぐコミュニケーションマガジン

食のおあじす

冬号
2025.12月

ほんやまじねんじょ

あさはた蓮根

JA静岡市のブランド野菜

みんなで作ろう！食べよう！

Let'sチャレンジ！あさはた蓮根・ほんやまじねんじょを使ってチーズガレット・グラタンをつくってみよう！

JA静岡市じまん市のお歳暮ギフト

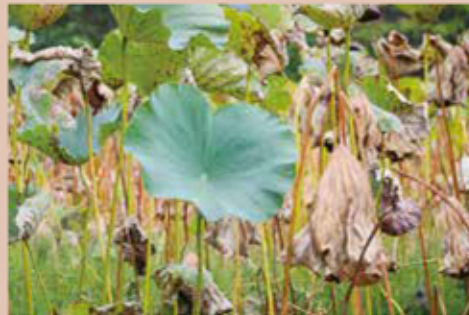
おいしいをつくりましょ。

JA 静岡市

https://ja-shizuokashi.or.jp

徳川家康公も好んだ 自慢の逸品

竜爪山のふもと、麻機地区の麻機沼で育まれる「あさはた蓮根」。栄養豊富な湿地土壌で育てられたこの上質なレンコンは、シャキシャキ感ともっちり感を併せ持ち、糸を引くほどの粘りが魅力です。徳川家康公も好んだとされるこのレンコンは、今も多くの人に親しまれています。



特有の土壌で育まれる レンコン栽培

麻機地区の粘り気のある黒々とした湿地土壌は、昔の水生生物が堆積してきた肥沃な蓮根田のため栄養豊富で、レンコンの栽培に適しています。この特有の土壌のおかげで、きめ細やかで栄養価の高い「あさはた蓮根」が育つのです。一般的なレンコンに比べ一節が長いのも特長です。

職人技!手作業での収穫作業

レンコンの収穫は、すべて手作業で行われます。ハスの葉を刈り取った後、立膝の姿勢で地表面から約50cmの粘土質の土を掘り進め、レンコンの芽を順りに生えている方向を慎重に探りながら掘り出します。地下茎として縦横無尽に広がるレンコンを折ったり傷つけたりしないよう、細心の注意を払う収穫作業は、まさに職人技です!



▲あさはた蓮根委員会の藤浪弘樹さん

レンコンの収穫は、宝探しのようなものです。時には、1時間以上掘っても見つからないこともあります。一部が見つかったとしても、土の中に隠れている部分が多いので、折らないように慎重に土をよけていきます。写真のレンコンは、見つけてから、休憩を挟みつつ、1時間かけて掘り出しました!!

オススメの食べ方は、煮物やフライ、天ぷらはもちろん、アヒージョや鍋にもピッタリ。小さいものはおでんに最も適です。ぜひ、いろいろな料理でお試ください。



▲鮮度を保ち乾燥を防ぐため泥付きで出荷

あさはた蓮根

J A 静岡市のブランド野菜

←一本一本、丁寧に手作業している様子

ほんやまじねんじょ

寒暖差が育む 風味豊かな逸品

寒暖差の激しい葦科地区で育まれる「ほんやまじねんじょ」。独自の栽培方法で育てられたこの自然薯は、一般的な自然薯に比べて粘りが強く風味豊かで、多くの人に親しまれています。



◀「ほんやま方式」栽培の自然薯畑

独自の栽培方法 「ほんやま方式」

ほんやま自然薯部会では、掘るのが大変な自生のヤマイモを畑で効率よく栽培する方法を長年研究し、ビニール筒を使ってイモをまっすぐに育てる「ほんやま方式」を確立しました。この方法では、自然に近い環境を再現しながら、病気になりにくく、安定した生産が可能です。

2008年には特許も取得しており、品質の高い自然薯を安定的にお届けできるようになりました。

迫力満点! 収穫作業

ほんやま方式では、土を入れたビニール筒に波板を添え、何層にも重ねて栽培することで、30mの畝から150本もの自然薯を収穫することができます。収穫時には重機を使って畝の横の土を掘り、掘り上げた後自然薯を取り出します。その収穫作業風景は迫力満点です!

▼ほんやま自然薯部会の藤田匠さん



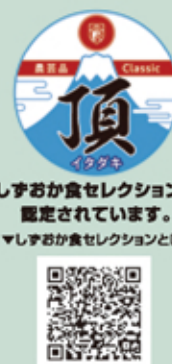
「ほんやまじねんじょ」を使用したお粥汁の冷凍パック。すり鉢がなくても、本格的なお粥汁の味わいを手軽に楽しめる便利な一品です。忙しい日や特別な食卓にもぴったりです!

各じまん市店舗で販売中♪

ほんやまじねんじょ味お粥汁
285g 1,512円(税込)



ほんやまじねんじょ/
各じまん市・
ネットショップ「じまん館」で販売中



しずおか食セクションに
認定されています。
▼しずおか食セクションとは?



▲重機作業の様子

「ほんやまじねんじょ」は、白くて粘りが強く、自然薯らしい土の香りが特長です。土づくりや肥料にもこだわり、部会内で栽培方法の情報を共有しながら育てています。

いろいろな食べ方がありますが、シンプルに濃い目のかつおだしで作ったみそ汁で伸ばしたお粥汁がオススメです。お盆やお正月など、家族が集まる時にぜひ食べていただきたいですね。



今回は、静岡市地域活性化起業人の
ABCクッキングスタジオ
坂尾さんに教えて
いただきました!



YouTube
JA静岡市公式YouTubeで
プロ直伝「レンコンチーズガレット」
「自然薯和風グラタン」の
作り方公開中!



静岡市地域活性化起業人
(ABCクッキングスタジオより派遣)
坂尾友希さん
オクシズエールの食と農の魅力を
SNSや各種媒体で発信する他、地
域食材を使った料理教室の企画
運営を行っています。



おかちやんの
はなまる
キッチン

自然薯の粘り
でとろみがつくので
小麦粉いらず!

Let'sチャレンジ!
ほんやまじねんじょを使った
とろーり濃厚
自然薯和風グラタン!

【材料】2人分
・ほんやまじねんじょ...150g
・長ネギ...1本
・生クリーム...50ml
・白だし...小さじ1と1/2
・塩...少々
・コショウ...少々
・ピザ用チーズ...50g

①自然薯のひげ根をコンロであぶって焼き、土を洗い流しておく。

②自然薯100gを1cm厚さの輪切りにし、残り50gをすりおろす。

③長ネギを5cm程度に切り、縦4等分の縦切りにする。

④すりおろした自然薯に、生クリーム・白だし・塩・コショウを加え混ぜ合わせる。

⑤耐熱容器に輪切りにした自然薯、長ネギを重ね、④をかけたらピザ用チーズをのせる。

⑥200℃に予熱しておいたオーブンで15〜20分焼いたら完成。

生地がつつくまで動かさず
じっくり焼くのが
コツ!

Let'sチャレンジ!
クセになるおいしさ
あさはた蓮根の
チーズガレット

【材料】2人分
・あさはた蓮根...200g
・ピザ用チーズ...50g
・オリーブオイル...小さじ2
・塩コショウ...少々

①レンコンの皮をむき、スライサーで薄切りにする。

②フライパンでオリーブオイルを加熱し、半量のレンコン・チーズ・残りのレンコンの順番で重ね、中火でじっくり焼く。

③裏返しさらに焼く。お好みで塩コショウをふったら完成。

オクシズ
静岡は
奥が深い。

静岡市は、南北83.1kmに渡る広大な面積を有しますが、市街地の面積は20%程度に過ぎず、80%は山間地です。静岡市では、この豊かな自然が残る地域を奥静岡「オクシズ」という愛称で呼んでいます。

「オクシズ」は、地域特有の風習や祭事などの文化、ワサビやお茶などの手と心で作られた作物と加工品の数々、茶畑の美しい景観など、素晴らしい地域資源に溢れています。また、各地に点在する温泉は、やすらぎと癒しを与えてくれます。

市街地から少し足をのばせば、都市部では決して味わえない魅力ある生活と環境、そして「オクシズ」に住む人たちが温かく迎えてくれます。

公式Instagramでもオクシズの魅力を発信中!

JA静岡市じまん市の お歳暮 ギフト



静岡本山茶 100g 1,080円(税込)
ふくよかで濃厚、香り高い逸品!
新年のご挨拶に。



静岡ミカンの代表品種「青島温州」
糖度が高くコクのある味わいが人気の
静岡を代表するミカン。
年明けから本格的な出荷が始まります。



静岡県産牛1パック1,000円(税込)
ステーキ、すき焼き、焼き肉用など
12月29日(月)より数量限定にて販売!

産地直送!
ネットショップ
「じまん館」で
らくらく注文♪

おいしい料理と オクシズエールで かんぱーい!

JA静岡市青壮年部は、オクシズ地域の耕作放棄地や傾斜地でホップを栽培しています。そのホップを使用した「オクシズエール」が今年も完成! 静岡らしいお茶畑のイラストが目印です。各じまん市(しづはたじまん市を除く)にて数量限定で販売中。



▶オクシズエール
330ml 1本598円(税込)



イベント
news

お茶満杯詰め

缶付き300g以上入って1,000円(税込)
12/29・12/30正午まで じまん市4店舗で開催



じまん市
年末年始営業のご案内

31日の営業は
正午まで

●南部じまん市 8:30~17:00 ●北部じまん市 9:00~17:00
●長田じまん市 8:30~17:00 ●しづはたじまん市 9:00~17:00

じまん市4店舗は
新年1/5(月)から
通常営業いたします。