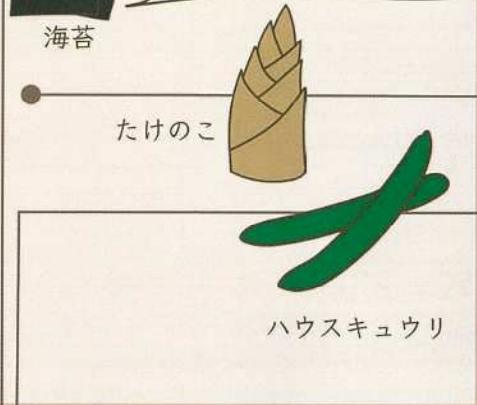


3 2022

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

海苔は、β-カロテンやビタミンC、E、鉄分や亜鉛など健康によいとされる栄養が多く含まれています。整腸作用もあるといわれています。



4 2022

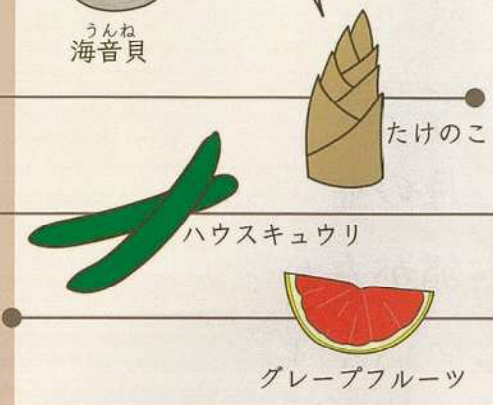
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



5 2022

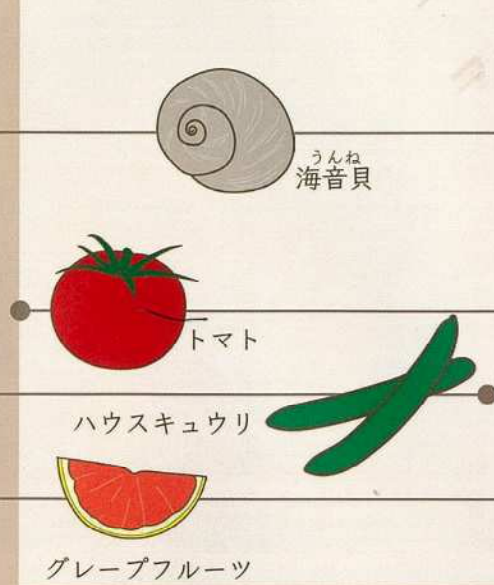
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

たけのこの皮には、イノシシやキツネなどの動物に食べられないように守る役割があります。



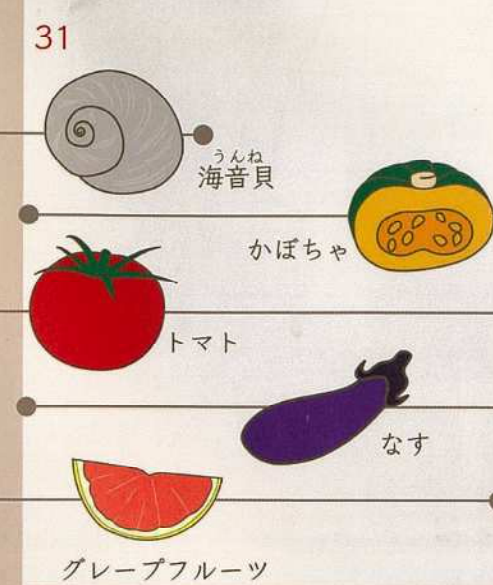
6 2022

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



7 2022

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

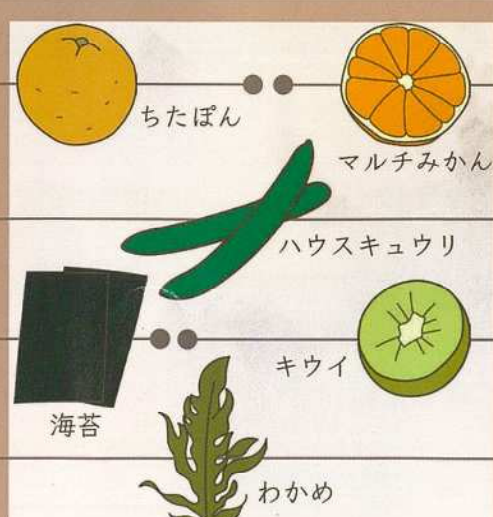
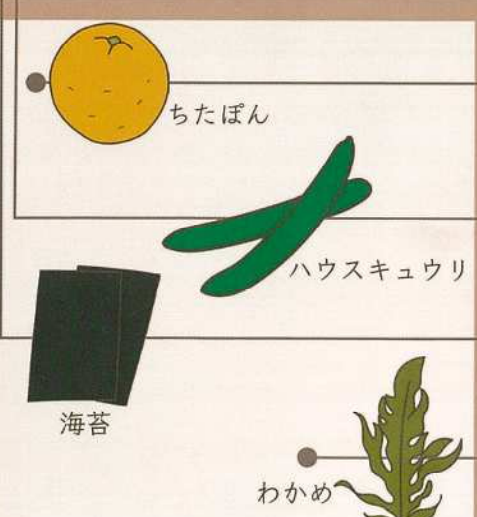


8 2022

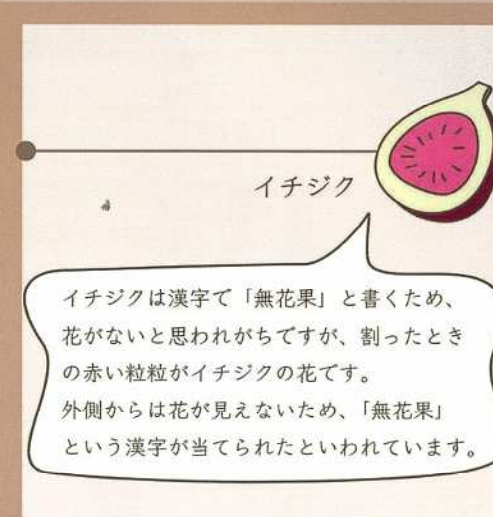
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						



かぼちゃが日本へ伝わってきたのは16世紀頃で、ポルトガル船によって運ばれてきたといわれています。



キュウリに含まれるカリウムには「利尿作用」があり、「むくみ」の原因になる余分な塩分を体外に排出させる働きがあります。また冷房の効きすぎによる体調不調や身体がだるいときなどに効果があります。



イチジクは漢字で「無花果」と書くため、花がないと思われがちですが、割ったときの赤い粒粒がイチジクの花です。外側からは花が見えないため、「無花果」という漢字が当てられたといわれています。



なすのことわざ
【一富士二鷹三茄子 (いちふじにたかさなすび)】
初夢に見ると縁起のいいものの代表。

2 2022

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

1 2022

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

12 2022

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

11 2022

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

10 2022

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9 2022

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

食材	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
アイナメ												
あさり												
ツメタガイ(うんね)												
ガサミ(わたりがに)												
アジ												
スズキ												
アナゴ												
ゴマサバ												
スルメイカ												
イナダ												
コハダ												
サワラ												
カタクチイワシ												
黒だ												
タコ												
アオリイカ												
コノシロ												
天然ヒラメ												
メバル												
ウルメイワシ												
ブリ												
車エビ												
わかめ												
真鯛												
海苔												
ヤリイカ												
ハマグリ												
玉ねぎ												
じゃがいも												
グレープフルーツ												
キュウリ												
トマト												
トウガン												
ハウスみかん												
かぼちゃ												
なす												
イチジク												
里芋												
キャベツ												
マルチみかん												
大根												
ネギ												
いちご												
キウイ												
ちたぼん												
たま坊(新玉ねぎ)												
つくし												
たけのこ												
ぜんまい												
赤しそ												
しいたけ												
ふきのとう												
ワラビ												

体験

① ジョイフルファーム 鶉の池

- いちご狩り (1月上旬～5月下旬)
- ぶどう狩り (8月上旬～8月中旬)
- みかん狩り (10月中旬～12月上旬)
- さつまいも掘り (9月上旬～11月下旬)
- さといも掘り (10月上旬～12月中旬)
- 大根めき (12月～3月末)

② ちたフルーツビレッジ

- ブルーベリー狩り (5月下旬～7月中旬)
- バナナオーナー制度 (募集期間：通年)

③ えびせんべいの里

- 体験焼き
- ジャム作り体験
- みかん狩り (すべて土日祝日)

特産品

みはまのおとふるさとセット

(海音貝瓶詰2種・生海苔瓶詰のセット)

海音貝の惣菜 (旨煮・オリーブ)・生海苔のつくだ煮の瓶詰セット。

▶みはまのおと

美浜檸檬マドレーヌ

美浜で育った超貴重な「美浜檸檬(レモン)」を使い、爽やかな風味に焼き上げた自慢のお菓子。

▶フレベール ラデュ

野間のり

伊勢湾で採れた黒海苔を使用した味付け海苔。ごま油、オリーブ、唐辛子の味付け海苔もあります。

▶野間漁業協同組合

④ 潮干狩り (4月～6月)

矢梨潮干狩場
北方潮干狩場
河和口潮干狩場

⑤ 食と健康の館

- 塩づくり体験 (通年)

美浜の塩

美浜の海から海水を汲み上げ枝条架施設で採れたかん水を釜で煮詰め、天日干して造られたやわらかな味わいの自然塩。知多半島のナッツ塩シリーズとして、甘海老ナッツ塩、昆布ナッツ塩、山椒ナッツ塩が新登場。

▶食と健康の館

大砲巻

薄皮を幾重にも巻いた昔ながらの味わいが特長で、小豆こし餡や鮮やかな緑の抹茶餡などの定番に加えて、春季には桜、夏季には甘夏、秋季には栗や安納芋、冬季には柚子と、季節ごとに異なる味わいが楽しめます。

▶飴文老舗

潮彩

彩り、香り、味と三拍子揃った食材を使用した煎餅の詰合せ。健やかな風味とともに海・山の香りをお届けします。

▶光栄堂

レシピ

新玉ねぎスープ

新玉ねぎとツナのサラダ

たけのこご飯

たけのこクロック

きゅうりと卵の餃子

きゅうりのキムチ

じゃがいもチヂミ

トマトカレー

なすと油揚げのみそ汁

豚とかぼちゃのキムチチーズ煮

かぼちゃのポタージュ

にらとあさりのオムレツ

あさり入りわかめスープ

豚肉とわかめ巻き照り焼き

じゃがいもチップス

かぼちゃプリン

かぼちゃクッキー

グレープフルーツゼリー

みかんのカッププリン

キーウィ&バナナヨーグルトゼリー

グレープフルーツジュース

大瓶2本セット

温室育ちの完熟果実をたっぷり使用すると共に、雑味が出ないように1つ1つ丁寧に搾汁、充填したジュース。

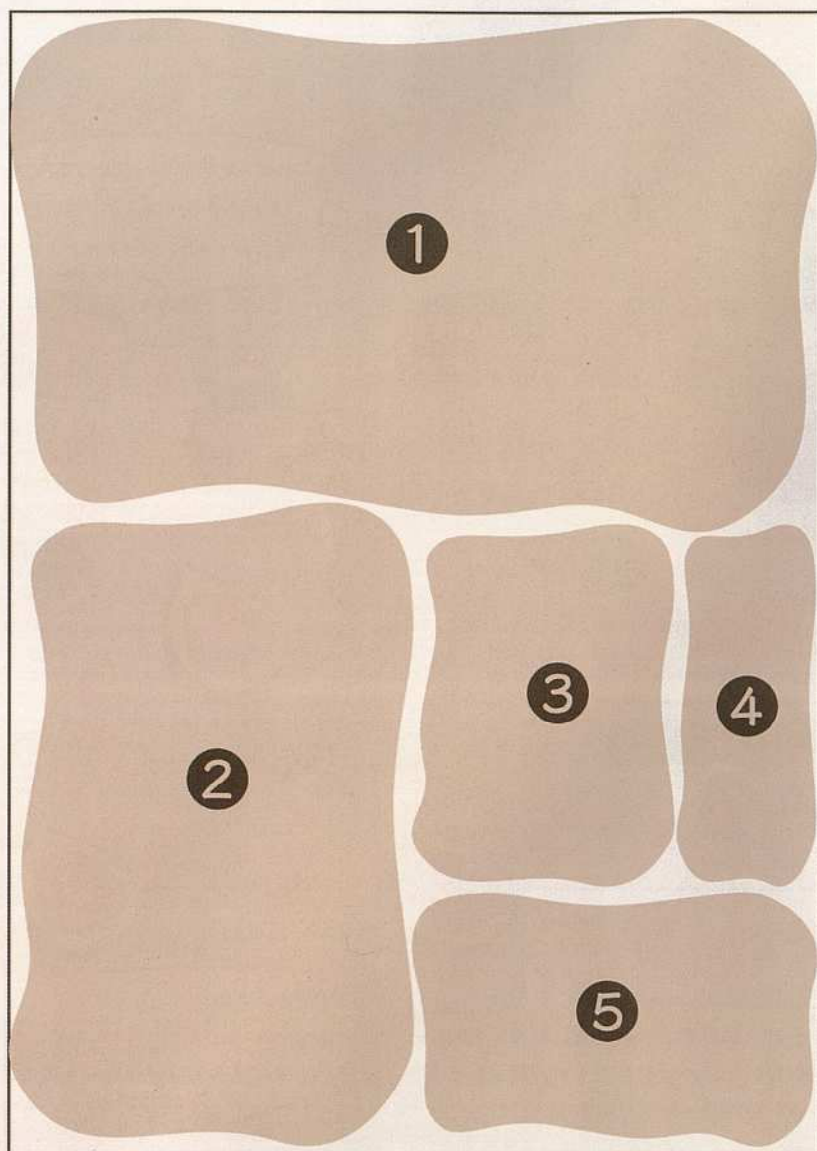
▶ちたフルーツビレッジ

福サイダー

日本福祉大学社会福祉学部社会福祉学科行政専修における「公務員育成チャレンジプロジェクト」をきっかけに新たに誕生したサイダー。

▶(株)エヌ・エフ・ユー

美浜の食カレンダー



① カレンダー

美浜町でとれる食材の旬が分かるカレンダーです。イラスト下の線が、そのイラストの食材の旬の時期です。

月の背景には、その月で多くとれる食材が描かれています。月の並び順は食材を一周させるため上部が左から右、下部が右から左となっています。

折ると春夏秋冬にわけることが出来、どの季節にどの食材が旬かが分かります。

② 食材の旬

美浜町でとれる食材の旬（はしり・さかり・なごり）が分かります。色の濃い部分が「さかり」です。

*多少異なる場合があります。

③ 体験

美浜町で参加できる食に関する体験です。QRコードから体験の詳細を見ることが出来ます。

*ここに掲載している体験は一部です。

美浜町では他にも体験を行っています。

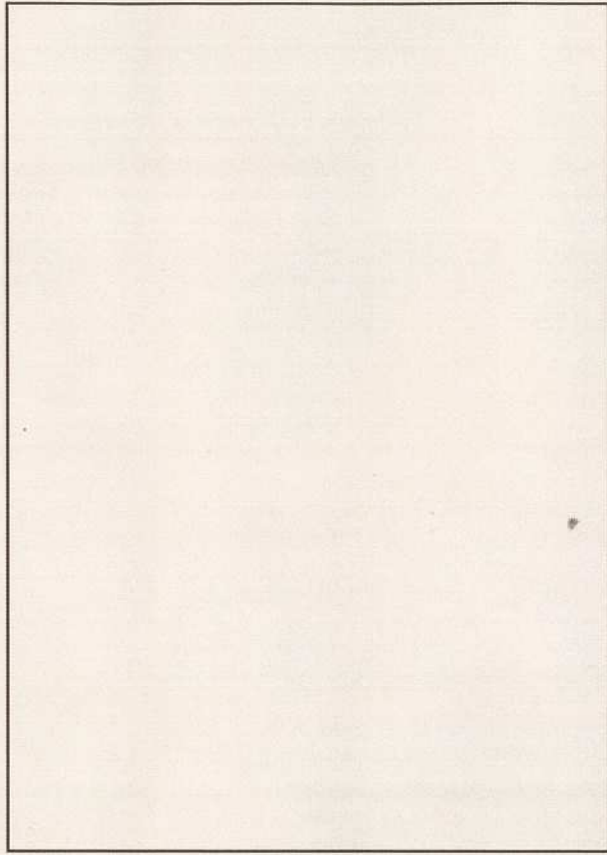
④ レシピ

美浜町でとれる食材を使ってできる料理のレシピです。QRコードからレシピの載ったサイトにアクセス出来ます。

⑤ 特産品

美浜町の特産品です。QRコードから商品を販売しているサイトにアクセス出来ます。

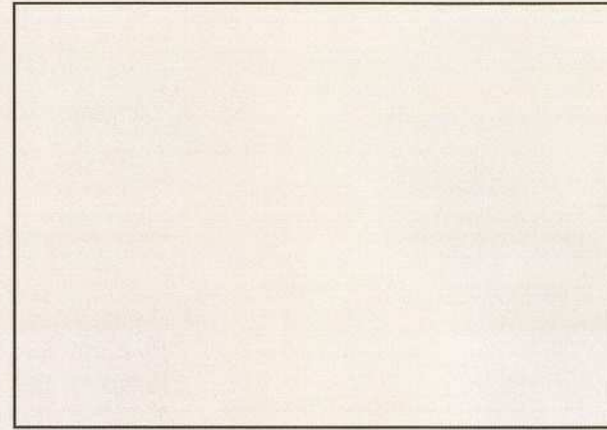
使い方



①

そのまま

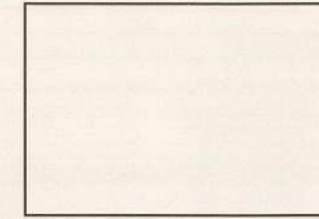
そのままポスターのように貼る



②

二つ折り

カレンダーだけがみえるように
二つ折りにして貼る



③

四つ折り

春夏秋冬、季節ごとに分けて
コンパクトに貼る
さらにじゃばら折りにして
置いて飾る

