

るるる
特別編集

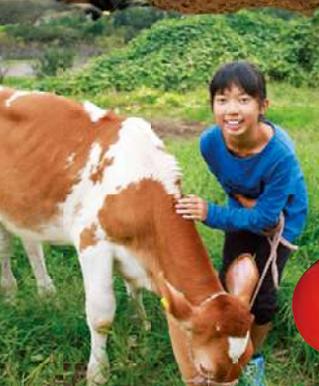
農業! 林業! 水産業! **MADE IN TOKYO**の魅力をこの一冊に!

東京の農林水産業

南多摩



東京産食材が味わえる
こだわりの店



フルーツ狩りから
体験農園まで
おいしく遊ぼう!
楽しく学ぼう!



旬の野菜から
手作り加工品まで
新鮮食材買うならココ!



- 八王子市
- 町田市
- 日野市
- 多摩市
- 稲城市

南多摩生まれ! 南多摩育ち!

大地の恵み 大集合

農産物の魅力がギュッと詰まった
おみやげセレクション



せいせき 朝顔市

(ふるさと多摩まつり)

朝顔市がスタートしたのは1983年。多摩ニュータウンの開発が進むなか、都市農業の新たな試みとして多摩の名物を作ろうと朝顔栽培を手がけたのがきっかけ。毎年7月に行われ、今では多摩市の夏の風物詩としてすっかり定着。地元農家が丹精込めて育てた1000鉢を超える朝顔が並ぶ「せいせき朝顔市」を中心に、多摩市の農に関するイベントが行われる。地元で採れた旬の野菜も販売。



夏の訪れを告げる多摩市の風物詩



①朝顔市をはじめ、地元で収穫した旬の野菜や手作り味噌なども販売 ②京王聖蹟桜ヶ丘駅西口周辺で行われる



「巨峰」から生まれた高級ブドウ



東京生まれ、大粒の種なしブドウ

贈答用の高級ブドウとして人気があります(打入園・田中宏明さん=右、田中園・田中浩吉さん)

「高尾」ブドウ

高級ブドウとして人気の高い「高尾」は、東京都の試験研究機関で育成された品種。ラグビーボールのような形をした大粒の種なしブドウで、色は紫黒色、甘味は強く、酸味は適度、わずかに香りがあり、濃厚な食味が特徴。旬は8月下旬から9月上旬。近年はシャインマスカットなども人気。

JA東京みなみ稲城経済指導経済課 042-377-6002(代)
JA東京みなみ日野支店指導経済課 042-583-2111(代)

見る! 食べる! 買う! 体験する!

ようこそ! 南多摩へ

南多摩エリアは野菜に加え、果物の栽培も盛んで、ナシ「稲城」や「高尾」ブドウは、地域の特産品として定着。酪農や肉牛、養豚、養鶏などの畜産も営まれている。都内唯一の道の駅「八王子滝山」は、直売拠点として人気が高い。



都内最大の田園が広がる 八王子市 高月町の田園風景



都の水田面積の半分近くを占める南多摩エリア。秋川と多摩川が合流するあたりに位置する八王子市高月町一帯は、八王子の米どころとして知られ、良質な米が作られている。水を張った代田、田植えを終えた代田、緑のじゅうたん、頭を垂れる稲穂など、四季折々の田園風景を楽しもう。

①「八王子八十八景」ほどの田園風景 ②秋川の水が良質な米を育てる ③刈り取り後ははざかけが行なわれる ④この風景を末長く残すために頑張っている高月宮農産高月清流米部会のみなさん



牛が飼える環境が残っていることに感謝

牧場

都心の西南25km~40kmに位置する八王子市や町田市、日野市、稲城市には牧場が存在。牧場体験などを通して、都会の中で生き物とふれ合える貴重な場となっている。愛情たっぷりに育てられた牛のミルクから作ったアイスクリームやヨーグルトなどもこのエリアの魅力の一つだ。



①東京とは思えない広々とした牧場(磯沼ミルクファーム)→P4、13 ②モグサファーム直営のアルティジャーノ・ジェラテリア→P13 ③道の駅八王子滝山にあるミルクアイズ MO-MOは金子牧場直営→P6

CONTENTS

- フルーツ狩りから体験農園まで おいしく遊ぼう! 楽しく学ぼう! ... P4
- 旬の野菜から手作り加工品まで 新鮮食材買うならココ! ... P6
- 東京産食材が味わえる こだわりの店~レストラン編~ ... P10
- 東京産食材が味わえる こだわりの店~カフェ&スイーツ編~ ... P12
- 農産物の魅力がギュッと詰まった おみやげセレクション ... P14



高尾山

自然、歴史、グルメと魅力がいっぱい詰まった高尾山。山頂を含む一帯は「明治の森高尾国定公園」で、ハイキングの名所としても知られる。また、霊山としても長い歴史をもち、山腹にある高尾山薬王院有喜寺は関東三山のひとつ。平成19年にはミシュランの三つ星に認定されて、ますます人気が高まり、年間300万人もの観光客が訪れる。



豊かな自然が都民に深く愛されるハイキングの名所



大きく、甘く、果汁たっぷりの「幻のナシ」

ナシ

稲城市は知る人ぞ知るナシの産地。なかでも稲城市で選抜された「稲城」は、大きなものとソフトボール大になる大玉の品種で、甘くて果汁たっぷり、キメが細かくシャキシャキした食感が特徴だ。ほとんど市場に出回らないため「幻のナシ」ともいわれている。ほかにも「新高」「幸水」「あきつき」など10数種類生産されている。

JA東京みなみ稲城経済指導経済課 042-377-6002(代)
JA東京みなみ日野支店指導経済課 042-583-2111(代)



①大きなものは1kg以上にもなるという ②幻の大玉ナシ「稲城」は8月下旬~9月上旬が旬

「おいしかった」と言われると、うれしいよりホッとします



冬の風物詩、ダイコンのすだれ干し

ダイコンが十分に乾燥して柔らかくなるまでは、夕方からほどき、下におろして毛布を掛けるという

高倉ダイコンの干し場

たくあん漬けにすると特に味がよいくことで知られる八王子市特産の高倉ダイコン。すだれを下げるようにきれいにダイコンがくぐられ、干されている様子は壮観だ。11月下旬、冷たく乾燥した風にダイコンをさらすことで、甘みと旨みが引き出される。

高倉ダイコンを生産している石川町の立川太三郎さん



地元で大人気のブルーベリー園



① 毎年大勢の客で賑わう。リピーターも多い ② 7種類のブルーベリーがある農園 ③ 地方発送もしてくれる



日野市 和田ブルーベリー園

●わだふるべりーえん

☎090-7191-0648

日野市の東光寺エリアにあるブルーベリー農園。およそ600本7品種のブルーベリーを栽培している。近くにある日野市立七ツ塚ファーマーズセンター(→P8)で同園のブルーベリーを使ったジャムを販売。ぜひ立ち寄りてみて。

④ 日野市新町4-3-5 ⑤ JR日野駅から京王バス豊田駅(日野台経由) 行きで5分、緑ヶ丘下車、徒歩5分 ⑥ ブルーベリー摘み取り100g当たり200円 ⑦ 7月20日～8月末の8～12時、15～18時 ⑧ 火曜 ⑨ 5台(事前要問合せ)

主な体験メニュー

- ブルーベリー摘み取り

完熟のブルーベリーを食べてみてください(園主・和田洋介さん)

お出かけの帰りに...

ホット一息立ち寄り温泉

たくさん遊んだ後は、温泉でのんびりしよう。八王子市の高尾の湯ふるっぴい(☎042-665-4126)は、露天風呂や塩サウナ(女湯)など11種類の風呂が楽しめる。また町田市初の天然温泉ロテン・ガーデン(☎042-774-2681)は、温泉のほかに岩盤浴やエステ、マッサージなどのメニューも豊富で、女性に大人気。もっとのんびりしたい人は八王子温泉やすらぎの湯(☎042-648-5111)へ。こちらは



ホテルもあり、デイユースや宿泊もOK。日ごろの疲れを解消できること間違いなし。



1kg600円で量り売りする

園主イチオシの品種「ふじ」

都内でリンゴ狩りができる!



もぎ取りは11月の土・日曜2日間限定!

主な体験メニュー

- リンゴもぎ取り
- ブルーベリー摘み取り

日野市

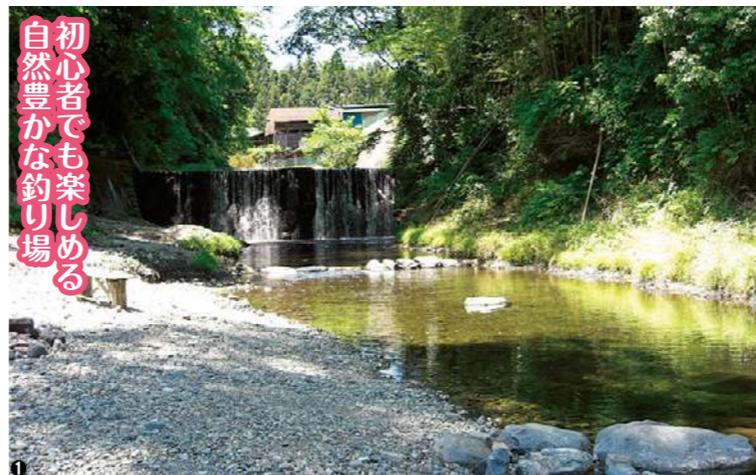
由木農場

●ゆぎのうじょう

☎090-3503-1061

11月の土・日曜2日間限定でリンゴのもぎ取りができる。詳細は日野市の広報をチェック。夏にはブルーベリーの摘み取りも。ここで採れたブルーベリーを使用したジュース&シャーベット(→P14)も人気。

④ 日野市百草1072 ⑤ 京王聖蹟桜ヶ丘駅から京王バス高幡不動行で7分、中和下車、徒歩3分 ⑥ 1kg(約3個)600円 ⑦ 11月第2・3週の土・日曜の10～16時 ⑧ 無休 ⑨ 15台



日野市

北浅川恩方ます釣場

●きたあさかわおんがたますつりば

☎042-651-0869

高尾山と並ぶ人気の山、陣馬山のふもとに流れる多摩川の支流北浅川が釣り場。初心者から本格ルアー釣りまで楽しむことができる。釣り具一式をレンタルできるので、手ぶらで訪れてもOK。

④ 八王子市上恩方町1353 ⑤ JR・京王高尾駅から西東京バス陣馬高原下り行きでカ石下車、徒歩2分 ⑥ 8時～16時30分(11～3月は8時30分～16時) ⑦ 12月30日～1月3日 ⑧ 50台

主な体験メニュー

- 溪流釣り
- BBQ



街の中のオープン牧場

八王子市

磯沼ミルクファーム

●いそぬまみるくふぁーむ

☎042-637-6086

牛たちの自主性を重んじ、自由に牧草を食べ、運動できる環境を大切にしている牧場。ここで体験できる乳牛の乳搾りや子牛の散歩が家族連れに大人気。ほかに、子どもも大人も参加できる牛から学ぶカウボーイ・カウガールスクールも開催している。オリジナルの乳製品もヨーグルト、プリン、チーズ(→P13)などバラエティ豊か。

④ 八王子市小企町1625 ⑤ 京王山田駅から徒歩10分 ⑥ 入園無料 ⑦ 9～17時 ⑧ 不定休 ⑨ 4台

主な体験メニュー

- 乳牛の乳搾り
- バター作り
- 子牛の散歩
- カウボーイ・カウガールスクール(年12回)



① 東京とは思えない広々とした牧場を子牛と散歩 ② ③ かわいい子牛たちがお出迎え ④ 「いつでも遊びにきてください」とオーナーの磯沼正徳さん ⑤ 濃厚な味わいの牛乳840円とプリン400円は人気商品



日野市

石坂ファームハウス

●いしがさふぁーむはうす

☎042-591-6477

090-2910-6506(ともに18～20時)

田植えや稲刈りなどの田んぼの作業、野菜づくり、ブルーベリーの摘み取りなど、年間を通してさまざまな農業体験のプログラムがある。農作業だけでなく、料理をしたり、わらで正月飾りを作ったりと、昔ながらの農家の暮らしも体験できる。また高齢者向けの農業体験農園では、年間30種類の野菜を栽培。初心者でも気軽に参加できる。

④ 日野市百草672-1 ⑤ 京王聖蹟桜ヶ丘駅から京王バス高幡不動駅行きで10分、倉沢下車すぐ ⑥ イベントや作業によって異なる。ブルーベリー摘み取りは500g1050円 ⑦ イベントや作業によって異なる。7月上旬～8月下旬のブルーベリー園は6～11時 ⑧ 7月上旬～8月下旬のブルーベリー園は木曜 ⑨ 10台、バス1台(要事前予約)

主な体験メニュー

- 田植え
- ブルーベリー摘み取り
- 野菜収穫
- 野菜栽培
- 茶摘み
- 味噌作り
- わら細工



① 子どもも参加できる田植え ② オーナーの石坂さん親子 ③ 古い農具からは昔の暮らしが学べる ④ 日野市で500年続く農家

年間を通してさまざまな農業体験ができる



農の景色がそこに残る南多摩エリアでは、フルーツ狩りをはじめ、酪農や米作り体験など、気軽に参加できる農業体験スポットが充実。期間限定のものもあるので、スケジュールは要チェック。

おいしく遊ぼう！
楽しく学ぼう！

フルーツ狩りから体験農園まで



地域の野菜、果物、花などが
お手ごろ価格で手に入る
お得いっぱい直売所



新鮮食材 買うならココ!

旬の野菜から手作り加工品まで

南多摩の直売所には、農家の朝採り野菜や果物はもちろん、牛乳やTOKYO X、卵などの畜産物や米、鮮魚や園芸用品とさまざまな農林水産物が揃っている。「幻の果物」が手に入るチャンスも! 。

八王子市 JA八王子
JA 八王子園芸センター
●じえいはいちおうじえんげいせんたー
☎042-626-0431

季節に合わせた植木も販売
「生産農家の新鮮な野菜を食卓に!」がモットーの直売店。八王子産の旬の野菜はもちろん、畜産物や植木、花、園芸資材一式などが揃う。市価より安く販売されている植木は人気が高い。

☎八王子市犬目町478-2 ☎JR八王子駅から西東京バス工学院大学経由榎原町行きで23分、下犬目下車、徒歩1分 ☎8時30分~16時30分 ☎無休 ☎30台

☎八王子市大和田町5-15-3 ☎京王八王子駅から京王バス日野駅行きで4分、大和田下車、徒歩2分 ☎8時30分~16時30分 ☎無休 ☎21台

直売所で鮮魚も買えるので人気

植木や園芸用品も揃う

八王子市 JA八王子
JA 八王子ふれあい市場
●じえいはいちおうじふれあいしじょう
☎042-642-3885

曜日限定で鮮魚も届く
地元で採れた新鮮で安全・安心な野菜や果物、切り花を販売している。毎週火・金曜は、10時から鮮魚店もオープン。小田原港でその日に水揚げされた鮮魚が並ぶ。



パッションフルーツジュース180ml1本 390円(右)
パッションフルーツのジャム145g 1200円(左)
JA八王子のパッションフルーツ生産組合が2016年末から販売をスタートした商品。どちらもパッションフルーツの果汁たっぷり



みちこの手づくりコンフィチュール
洋梨、ブルーベリー145g各 670円
八王子市、米津牧場の無添加コンフィチュール。フルーツの甘みと酸味がヨーグルトによく合う!



東京農家玄米コーヒー
1袋 180円
八王子産の高月清流米を使用した、玄米のコーヒー。ノンカフェインなので、身体にやさしい。手軽に飲めるワンドリップタイプ



八王子の地場産野菜をおいしく食べるたれ
300ml 432円
ネーミングそのままの、野菜をおいしく食べるためのノンオイルドレッシング。焼き肉にも合う



東京米麺 120g
260円
東京の米どころ、八王子市高月の玄米を使用した太麺。もちもち&つるつるの食感をお試しあれ



八王子とまとゼリー 340円
八王子産のハウストマトを丸ごと使用した道の駅八王子滝山限定のゼリー。素材のよさができるだけ残るように工夫されている



高尾ポテト
5個入り 1130円
厳選された安全な原材料のみを使用。焼き芋を超えたおいしさと評判のスイーツ。道の駅八王子滝山の人気No.1みやげ。

八王子市 **道の駅 八王子滝山**
●みちのえきはちおうじたまきま
☎042-696-1201

東京唯一の道の駅は連日大盛況
2007年4月にオープンした、都内初の道の駅。地元農家が生産した新鮮な農畜産物を販売する直売所のほか、レストランやアイスクリームの店など、買物&グルメと一緒に楽しめる。TOKYO Xが買える直売所はここだけ。
☎八王子市滝山町1-592-2 ☎中央自動車道八王子から約1km ☎9~21時 ☎無休 ☎96台
都心からは1時間ほど

直売所だけじゃない! 買う・食べる・遊ぶが集結!

道の駅八王子滝山では、直売所以外にもさまざまなショップが集結している。季節限定の地元食材を生かした惣菜が購入できるはちまきや(☎042-691-8318)、ソフトクリームとジェラートが味わえるミルクアイスMO-MO(☎042-692-1675)、カフェラテや焼き立てパンが自慢のカフェラ・ジータ(☎042-691-8310)、

八王子ラーメンなどで当地メニューが人気のフードコートやさいの食卓 八農菜(☎042-691-8083)など、お楽しみがいっぱい。交流ホールでは、季節ごとにさまざまなイベントも開催しているので、ドライブがてら出かけてみよう。



名物「八王子ラーメン」650円



新鮮な生乳を使ったジェラートは大人気

駅 コンコース内の地産品ショップ「やまたまや」は、山梨(やま)・多摩地域(たま)の魅力PRする情報発信拠点でもある。新鮮な野菜や果物をはじめ、加工品や厳選された地酒、ワインなどがところ狭しと並ぶ。駅コンコース内という便利さから、終日大盛況。ここでしか買えない商品もあるので、ぜひのぞいてみよう。
☎八王子市旭町1 ☎JR八王子駅構内 ☎10~21時 ☎無休 ☎なし
コンコース内の便利さから客足が絶えない



ここにもあった! 直売所



特産加工品やオリジナル商品も並ぶ



新鮮な農産物&素材のおいしさそのままの
手作り加工品は試す価値あり



新鮮食材
買うならここ！

農家のこだわりと愛情がつまった
野菜、果物、卵・・・
気がつけば買い物カゴがいっぱい！！

町田のはちみつキャンディ
300円
町田市で採蜜された純粋ハチミツを使ったキャンディ。乾燥する季節の必需品



日本一
トマトドレッシング
150ml 378円
町田産のトマトとタマネギを使い、甘味と酸味、旨味を生かしたドレッシング。町田市名産品に認定されている



町田のバラ
町田はバラの産地。農家直送のバラは、鮮度がよく、日持ち抜群



幻の果物「稲城の梨」「高尾」ブドウは何処に?!

稲 稲城市が誇る特産品といえばナシ。果汁が豊富で甘味も多く、シャキッとした食感が大好評だ。収穫時期は8月上旬から10月上旬。シーズン中は市内の梨園でさまざまなナシが直売され、市外からも多くの人を訪れる。なかでも「稲城」は、特に人気の品種。みずみずしく上品な甘さで、大きいものはソフトボールくらいになる。生産量が少ないことから「幻のナシ」とよばれ、市場にほとんど出回らず、スーパーなどでも見かけることがない。一方、東京の名山「高尾山」にちなんで名付けられ

た東京生まれの「高尾」ブドウは、巨峰系の種なしブドウで、粒がラグビーボールのような形をしている。収穫時期は8月下旬から。糖度の高さと味・香りのよさで、ナシとともに稲城を代表する味覚。どちらも入手困難ではあるが、タイミングよく買えたら超ラッキー!だ。



●問合せ/JA東京みなみ稲城経済指導課 ☎042-377-6002(代)



川清園のアイス&シャーベット 各285円
稲城市の果樹園、川清園でとれた果実を使用した、香料・着色料無添加のアイス&シャーベット。もちろん稲城市産のナシのシャーベットもある

おらが町の梅酒
「白加賀(しらかが)」
720ml 1395円
多摩市で収穫される白加賀梅を使用し、山梨県の酒造メーカー・笹一酒造の技術を生かした梅酒。6段仕込みの丁寧な造り方で自然の旨味と香りがある



A 町田市 JA町田市
アグリハウス忠生
●あぐりはうすただお

☎042-792-2711
近隣住民の生活用品全般が揃う
市内の農家が毎日持ち込む朝採り野菜は新鮮そのもの。ほかに肉や魚、酒類、生活雑貨も揃い、地元住民には欠かせない存在だ。精米機もあるので、精米してもらうこともできる。



町田市名産品も取り扱っている

B 町田市 JA町田市
アグリハウス鶴川
●あぐりはうすつるかわ

☎042-736-1346
春にはタケノコも並ぶ
新鮮な朝採り野菜を、毎日地元農家が直売所に持ち込む。野菜のほかにヨーグルトやアイスクリームなどの乳製品や卵なども販売。店頭精米している米も人気がある。



小野路町のバラ園から届く切りバラも人気

C 町田市 JA町田市
アグリハウスさかい
●あぐりはうすさかい

☎042-779-0525
ひと味違う野菜を販売
露地栽培の野菜が8割を占めるため、旬の野菜が豊富に並ぶ。毎週日曜日には朝市も開催されている。ひいきなどの乳製品や卵なども販売。店頭精米している米も人気がある。



品評会で賞を取る農家も出荷している

D 町田市 JA町田市
アグリハウスみなみ
●あぐりはうすみなみ

☎042-788-3541
地域密着の農産物直売所
地元で生産された安全・安心な農産物のほか、卵、牛乳、アイスクリーム、味噌、産地直送の米、酒類も販売しており、食品関係のほとんどはここで揃う。



朝採りの野菜は売切れ必至

A 稲城市 JA東京みなみ
シンフォニー
●しんぷおにー

☎042-377-6002
地元客で賑わう店
地元の新鮮な野菜や果物、花、加工品等が充実しており、いつも多くの客で賑わう。手作りのキムチや漬物、焼き肉のタレなどもオススメ。ラズベリーアイスクリームやナシのシャーベットも人気だ。



人気の商品はすぐ売り切れに。午前中に訪れよう

B 多摩市 JA東京みなみ
グリーンショップ多摩
●ぐりーんしょつふたま

☎042-375-8211
2016年10月リニューアルオープン
明るい店内には、地元農家が丹精込めて育てた農産物が並ぶ。このイチオシは、添加物不使用の手作り味噌「原峰のかおり」(→P15)。多摩市内産の米や麦、大豆が使われている。



多摩市役所の目の前にある

C 日野市
日野市立セツ塚ファーマーズセンター
●ひのしりつなつづかふあーまーずせんたー

☎042-843-4320
地域住民のふれあいの場
日野市の農業の情報発信をするための拠点として2012年にオープン。物販コーナー「農あるまち日野みのり」には、日野産や都内産などの農産物や加工品が並ぶ。

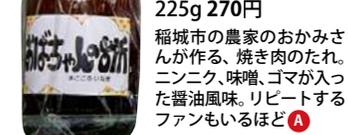


地域住民のコミュニティ形式を図る場としての役割も果たす

稲城の梨かりんとう 50g 300円
稲城市で作られた大きなナシを蜜にからめた棒かりんとう。フルーティーな甘みとかりんとうのサクサク感が味わえる。稲城なしのすけ限定パッケージ



稲城でとれたぶどうのあめ 250円
ネーミング通り、稲城市特産のブドウの果汁を使ったキャンディ。稲城市の公式イメージキャラクター、稲城なしのすけのパッケージ



おばちゃんの台所 225g 270円
稲城市の農家のおかみさんが作る、焼き肉のたれ。ニンニク、味噌、ゴマが入った醤油風味。リピートするファンもいるほど

Market



八王子市
北前廻船紀行 けいの家
 ●きたまえかいせんきょうけいのや
 ☎042-649-1724

採れたての直送食材「採り直」がモットーの居酒屋。八王子の農家が丹精込めて育てた野菜や、北海道十勝の幸を直接仕入れている。時期によっては江戸東京野菜の高倉ダイコンが入る八王子野菜の採り直サラダ880円や、北前船寄港地と地元味がコラボした十勝鮭と八王子野菜の石狩鍋900円がおすすめだ。

①八王子市明神町3-9-1MKビル ②京王八王子駅から徒歩5分 ③11時30分～14時、17～23時(土曜は17～23時のみ) ④日曜 ⑤なし

とんな食材 使ってます
 八王子産の野菜
 江戸東京野菜
 (高倉ダイコン、川口エンドウなど)

①地元の素材が味わえる八王子野菜の採り直サラダ②十勝鮭と八王子野菜の石狩鍋。北国と地元の幸が楽しめる



多摩市
ベジフルキッチン トレーノ ノッテ
 ●べじふるきッチンとれののって
 ☎042-373-7323

多摩中央公園にある複合文化施設「パルテノン多摩」にあるサラダビュッフェが楽しめるレストラン。多摩市の旬の野菜や、友好都市の長野県富士見町の野菜をメインに使用したランチのサラダビュッフェはドリンクバーが付いて1000円。ドレッシングも種類豊富に揃っている。ディナーには野菜のカルパッチョや肉のかたまりグリルなども登場する。

①多摩市落合2-35パルテノン多摩5階 ②京王京王多摩センター駅から徒歩8分 ③11時30分～14時30分、17～22時 ④不定休(パルテノン多摩に準ずる) ⑤なし



①ランチはサラダビュッフェがメイン ②ハーブティやデトックスウォーターのドリンクバー③ディナーのアラカルト、鹿児島県産かたまり川辺牛のグリル

多摩市
青木農園 農家料理
 ●あおきのうえんのうかりょうり
 ☎090-2206-9517

女性農業者のオーナーが作るランチは、土づくりにこだわって栽培した野菜がメイン。店から歩いてすぐの自家農園で採れた生野菜たっぷりのサラダは、その「えぐみ」までおいしく、赤タマネギを使った特製ドレッシングとの相性も抜群だ。ゆっくりとランチを楽しんでほしいというオーナーの意向から、入れ替え制なし。気さくなオーナーとの会話も楽しみたい。

①多摩市和田1705 ダイヤモンド聖蹟110号室 ②京王聖蹟桜が丘駅から徒歩20分 ③12～15時(要予約) ④不定休(要問合せ) ⑤3台



①サラダはオーナー特製ドレッシングで②ランチ1200円の内容は季節の野菜によって変わる③店からすぐの場所にある自家農園で採れた野菜を使う



カラダも喜ぶ採れたて野菜をランチで味わおう



とんな食材 使ってます
 多摩産の野菜・果物

東京産食材が味わえる こだわりの店

地元産の野菜に、肉やフルーツ、キノコ、小麦粉など、南多摩エリアの食材は種類が豊富。レストランから居酒屋、そば店にいたるまで、その味わいを存分に届けてくれる7軒を紹介!

レストラン 編



とんな食材 使ってます
 TOKYO X、東京しゃも、東京うこっけいの卵、高尾さくらげ、江戸東京野菜(奥多摩産ワサビ)

八王子市
生粉打ちそば処 さんじ庵
 ●きこうちそばどころさんじあん
 ☎042-635-7882

十割そばに若菜の風味が香る「十二割そば」が名物のそば処。なかでも、地ポーク(TOKYO X)の豚肩、地鶏(東京しゃも)の付け汁と十二割そば、地魚入り寿司3貫の地三点セットが人気。夜は東京しゃもやTOKYO Xを使った単品料理も充実。東京の蔵元6軒から仕入れた地酒604～853円や、東京地ビール1080円に合わせて楽しめる。

①八王子市兵衛1-25-5 ②JR八王子みなみ野駅から徒歩2分 ③11時30分～14時、17時～21時(土・日曜、祝日は11時30分～21時) ④火曜、月曜の夜は不定休 ⑤4台

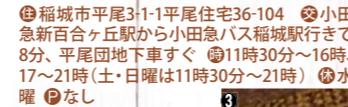


①地三点セット2160円 ②東京の蔵元6軒から直送される地酒 ③八王子みなみ野駅の近くにある



稲城市
走る! 洋食屋さん) いなぎ satoyama キッチン
 ●はしる! ようしょくやさん) いなぎさとやまきッチン
 ☎042-331-3318

料理に使用するの、地元・稲城市の里山で育った、鮮度抜群の野菜。契約農家から直接仕入れており、それらを使った洋食が評判だ。オススメは、長時間煮込んだビーフシチューや野菜とスパイスが絶妙にマッチしたタコライス。キッチンカーでの販売やケータリングも行っている。



①稲城市平尾31-1-1平尾住宅36-104 ②小田急新百合ヶ丘駅から小田急バス稲城駅行きで8分、平尾団地下車すぐ ③11時30分～16時、17～21時(土・日曜は11時30分～21時) ④水曜 ⑤なし

①牛スネ肉を長時間煮込んだビーフシチュー 1050円 ②地元の人愛されている洋食屋さん ③稲城の野菜がたっぷり載ったタコライス 950円

とんな食材 使ってます
 稲城産の野菜・果物



多摩の地粉で作ったコシの強い自家製麺

とんな食材 使ってます
 多摩市の小麦粉

多摩市
多摩うどん「ぼんぼこ」
 ●たまうどん「ぼんぼこ」
 ☎042-319-6441

多摩の農村に、古くから伝わるうどん文化を継承。地粉をほどよく配合したコシの強い自家製麺は、関西風のだしでいただく。看板メニューのぼんぼこうどん520円は、店名の由来にもなったたぬぎ(揚げ玉)うどん。濃いめのだしのつけ汁うどん650円も人気だ。生めんも販売している。

①多摩市聖ヶ丘2-21-3-7 ②京王永山駅から徒歩15分 ③11～19時(18時30分LO) ④木・日曜 ⑤なし

①一番人気のぼんぼこうどん ②落ち着いた雰囲気の内店 ③入口ではタヌキの置物がお出迎え



とんな食材 使ってます
 町田産の野菜

新鮮素材をハリハキキー スタイルで満喫

町田市
かき小屋 町田
 ●かきこやまちだ
 ☎042-851-8134

産地直送の牡蠣や魚介など、厳選されたシーフードをバーベキュースタイルで楽しめる、焼き牡蠣食べ放題コースが人気だ。生牡蠣をはじめ一品料理も充実しており、1人600円でドリンクの持ち込みも可能だ。また、町田産の旬の野菜もあるので、自分好みに焼いてアツアツで食べよう。

①町田市中町1-3-2シェル都1階 ②小田急町田駅北口からすぐ ③16時～23時30分(土・日曜、祝日は12～23時) ④無休 ⑤なし

①手作り牡蠣だし汁餃子 ②各テーブルで自ら焼くバーベキュースタイルの「ワイワイ焼き」 ③小田急線町田駅近く。白い暖簾が目印の店



ご当地グルメ

具材に日野市産農産物を使用！
日野の焼きカレーパン

ショップゆめ

●しょぶゆめ
☎042-587-8630
焼き立てパンが常時約30種類。手作り・無添加が自慢だ。
①日野市旭が丘2-42-12(工房夢ふうせん内)
②JR 豊田駅から車で8分 ③10時30分～16時 ④土・日曜、祝日 ⑤3台



華麗になる「ひのめぐみ」
焼きカレーパン 200円

日野の焼きカレーパンの元祖

フランドール

●ふらんどーる
☎042-583-8237
手作りカスタードクリームやオーガニックあんこなど素材にもこだわっている。
①日野市日野台5-6-23 ②JR 日野駅から車で7分 ③7～19時 ④日曜 ⑤なし



夏野菜焼きカレーパン 150円

トマトなど夏野菜がたっぷり

パン工房アイグラン

●ぱんこうぼうあいくらん
☎042-584-1866
おいしい水を使用した体に優しいパン作りを心掛けている。①日野市多摩平2-3-3 ②JR 豊田駅北口から徒歩2分 ③7～20時(土・日曜、祝日は8～19時) ④なし ⑤なし



辛いじゃがが 180円

じゃがいもがゴロンと丸ごと入った

フォンテーヌ

●ふおんてーぬ
☎042-586-7746
パンをはじめ、パイ、マドレーヌ、クッキーなど商品はすべて無添加。
①日野市神明2-16-2 ②JR 日野駅から車で5分 ③9時～18時30分 ④日曜、祝日 ⑤なし



タマネギとチーズの入った焼きカレーパン 126円

タマネギの甘みが濃厚！

豊田駅北口ショップ

「わーく・わーく」
●とよたえききたぐちしょぶつ わーく・わーく
☎042-514-8484
パンのほかMADE IN HINOにこだわった商品も販売している。
①日野市多摩平2-5-1クレヴィア豊田 多摩平の森1階 ②JR 豊田駅から徒歩6分 ③10～16時 ④土・日曜、祝日(第1土曜は営業) ⑤なし



華麗になる「ひのめぐみ」
焼きカレーパン200円

元祖焼きカレーパンを曜日限定で販売

ペーカリーモリ

●ペーカリーモリ
☎042-586-4560
天然水で仕込むフランスパンのほか、エッグタルトなどの焼き菓子も人気。
①日野市大坂上3-21-16 ②JR 日野駅から徒歩10分 ③7～19時 ④日曜 ⑤4台



フランスパン生地焼いた焼きカレーパン 180円

カレーとフランスパンの生地が絶妙にマッチ

ブレッドアンドバター

●ぶれっどあんどばたー
☎042-582-0189
日野市役所などでも販売している。味が6種類以上あるケーキサンドが人気。
①日野市日野台2-13-9-101 ②JR 日野駅から車で4分 ③7時30分～16時 ④日曜、祝日 ⑤なし



もちもち日野焼きカレーパン 150円

温めるとさらにもちもち！

Bakery Praat

●べいかりーぷらーと
☎042-843-4102
対面販売の小さなペーカリー。ガラスケースに並ぶパンはどれも本格派。
①日野市宮370-1 ②京王高幡不動駅から徒歩20分 ③6時30分～18時 ④月・火曜 ⑤2台



カレーパン 160円

すこし辛めのカレーがナイス！



牧場直営、搾りたてミルクの濃厚スイーツ

こんな食材使ってます
八王子・自家牧場の低温殺菌牛乳みるくの黄金律
ジャージーヨーグルト

①みるくワッフルプレート600円②みるく・桑の葉ミックスソフト400円③イトインコーナーもある

八王子市

磯沼牧場
セレオ八王子店
●いそぬまほくじょうせれおはちおうじてん
☎042-686-3177

JR 八王子駅ビル内の「磯沼ミルクファーム」直営店。自家牧場で生産したヨーグルトや乳製品、ソーセージなどの店頭販売はもちろん、ミルクを贅沢に使った濃厚なソフトクリームやワッフルが味わえる。「絹の道」で有名な八王子ならではの、みるく・桑の葉ミックスソフトが好評だ。

①八王子市旭町1-1セレオ八王子北館1階 ②JR 八王子駅直結 ③10～21時 ④不定休 ⑤なし

日野市
アルティジャーノ・ジェラテリア
●あるていじゃーの・じえらてりあ
☎042-599-2880



日野市内唯一の牧場、モグサファーム直営のイタリアンジェラートショップ。新鮮なミルクと、日産産果物などを使用している。一番人気のしぼりたてミルクをはじめ、抹茶やラムレーズンといった定番のほか、春にはイチゴ、夏にはブルーベリーやトマトなど、新鮮素材を使用する季節限定のフレーバーも人気だ。
①日野市百草329 ②京王百草園駅から徒歩8分 ③11～18時 ④木曜 ⑤4台

こんな食材使ってます
日野産の牛乳、トマト、ブルーベリー

カボチャや紅イモなど野菜フレーバーもある

緑の屋根にレンガ色の建物。屋根の上には風見鶏ならぬ風見牛

牧場直営のジェラートショップ
シングルはコーン、カップともに320円



八王子市
パール・ノエル
みなみ野店

●ペーる・のえるみなみのてん
☎042-632-0214

フランス語で「サンタクロース」を意味する、かわいらしいケーキ屋さん。近隣の牧場・農園のハチミツや米粉、卵、フルーツなどを贅沢に使った、季節替わりの35種類のスイーツがショーウィンドウに並ぶ。おすすめは東京八王子マドレーヌ「大和」や八王子カステラ。イトインコーナーで、ドリンクとともに味わうこともできる。
①八王子市西片倉3-11-5 ②JR 八王子みなみ野駅から徒歩7分 ③9時30分～20時 ④不定休 ⑤10台



八王子産の米粉・ハチミツ・卵・牛乳・ブルーベリー・サツマイモ・ショウガ

①ハーブや草花が生い茂る、かわいらしいお店②店内のイトインコーナーでゆっくりと③八王子カステラ 1265円はみやげにも最適④東京八王子マドレーヌ「大和」 230円

東京産食材が味わえる
こだわりの店

カフェ&スイーツ編



東京産の旬野菜や鮮魚を使ったイタリアン

こんな食材使ってます
町田産のトマト・バジル・タマネギ

町田市
PIZZERIA GAVEE DELSOLE
●びつぷえりあがうえ・でるそーれ
☎042-798-0028
石窯でふっくらと焼き上げたピッツアや、もちもち食感の生バスタが絶品。町田産のトマトやバジル、タマネギをはじめ、東京産の旬野菜や鮮魚をふんだんに使った料理が楽しめる。店内は本場イタリアを彷彿とさせる大人の空間。ディナーはワインを片手に、窯焼きお肉野菜盛りやサラダをトッピングしたブリマヴェーラをどうぞ。
①町田市矢部町2693-4 ②JR 淵野辺駅から車で5分 ③11時30分～15時30分、17時30分～22時 ④水曜、ほか不定休あり ⑤15台



①ブリマヴェーラ 1300円②窯焼きお肉野菜盛り 1200円③カウンター越しには石釜の様子が見える

こんな食材使ってます
稲城産の野菜



中をあけてビックリ！
みどりのオムライス950円(ランチ)

稲城市
green world café
●ぐりーんわーどかふえ
☎042-379-8042

地元産の野菜をたっぷり使ったメニューが自慢のカフェ。肉料理と地元野菜の小鉢が付いた「農家のめぐみごはん」800円(ランチ)は、2015年に東京都多摩保健所が行う「グッドバランスメニュー」の金賞に選ばれた。稲城産の野菜を使用した「グリカフェ煮込み系ランチ」や「たまに強烈に食べたくなるカレーライス」などネーミングもユニーク。月に数回、ライブなどのイベントも開催している。
①稲城市矢野口2208ステーションサイドビル栗山2階 ②京王よみうりランド駅からすぐ ③11～16時、18時30分～22時30分 ④月曜、火・水曜の18時30分～ ⑤なし



①地元野菜がのったヘルシーな農家のめぐみごはん②黒板のおすすめメニューは要チェック！



スイーツ

プリン
かとうさんのぷりん
かとうファームがこだわる安全・安心な酵母
たまごを使った手作りプリン。保存料等は
不使用。濃厚な「ジャージー」、全卵使用の「カ
スタード」、なめらかな舌触りの「なめらか」
の3種類。ぜひ食べ比べてみて。
ジャージー330円、カスタード280円、なめ
らか280円(各90g、直売所価格) **C**



安全・安心な手作りプリンを
食べてみてください!

ハチミツ
町田のはちみつ

町田市内にある小川ファームが採蜜した純粋
ハチミツ。巣箱からの生搾りハチミツは、加熱
処理や人工甘味料、抗生物質不使用。栄養豊か
で濃厚な味。
120g1300円→P9JA 町田市各店舗



漬物
東光寺ダイコンのたくあん

日野市の伝統野菜、東光寺ダイコンで作られるたくあん。11月に収穫後、
天日干して1か月ほど漬ける。噛むほどに味わいが増すと、ファンも多い。
販売は12月末から2月くらいまでの期間限定。見つけたら即ゲット!
1本500円→P8日野市立七ツ塚ファーマーズセンター



加工食品

佃煮
からうまこうじ

町田市内の農家が唐辛子
と糀をミックスして作っ
た味噌風味の佃煮。原料
はもちろんすべてメイド
イン町田。ピリリとした辛
さは温かいご飯の上に乗
せても、酒のつまみにも。
町田ツーリストギャラリー
(☎042-850-9311) でも販
売。
378円(100g) **D**



ピリッと辛くて
おいしいですよ~



ソース
&
ジャム

ソース
中央線ソース
日野産の多摩川梨、長野産のリン
ゴとブドウなど、中央線沿線の原
料を使用したソース。揚げ物にか
けてもよし、ドレッシングとしても
よし。648円(200ml)→P8日野市
立七ツ塚ファーマーズセンター



ジャム
るばるジャム

日野市の女性農業者の会「みちくさ
会」が2013年に販売をスタート。ラ
ベルも同会でデザインした。ブルー
ベリー入りとルバーブのみの2種類
がある。
630円(140g)→P8日野市立七ツ塚
ファーマーズセンター



味噌
原峰のかおり

多摩市内の米作農家で運営する農
産加工組合が、米、麦、大豆とも
多摩市産にこだわって作った味噌。米、
たっぷり麹、麦の3種類があり、い
ずれも塩分控えめ。
497円(500g)→P8 JA 東京みなみ各
店舗

おみやげ
セレクト
ジュゴン

お酒からスイーツ、ジャム、漬け物まで、
南多摩エリア選りすぐりのみやげ品を紹介。
数量限定超レアモノ&期間限定モノもあるので、要チェック!

農産物の魅力がギュッと詰まった

飲料



ブルーベリージュース
由木農場の
ブルーベリージュース

農場で採れたブルーベリーを使用し
たジュース。ストレートタイプなので、
冷やしてそのままゴクゴク味わおう。
1000円(720ml)→P5由木農場

ゆずサイダー
まちだサイダー
町田の特産品のユズをふんだん
に使用したサイダー。冷やしてそ
のままでもおいしくいただけるが、
お酒と割ってもOK。
250円(340ml) **B**



地酒
原峰のいずみ
多摩市内の稲作農家が生産した
酒米を使用。品名は、原峰の里と
呼ばれる関戸地区に湧き出た泉
の水を使った酒米作りが由来と
なっている。純米の吟醸香が芳し
い。
(720ml) 1188円→P8グリーン
ショップ多摩

地ビール
TOYODA BEER

かつて日野に多摩地域最古のビー
ル工場があったことから、復刻プ
ロジェクトが立ち上がり、2015
年に誕生した。麦芽の香味とホッ
プの爽やかな苦みのバランスが、
深い旨味とコクを生み出す。
1本500円(330ml) **A**



お酒



柿ワイン
禅寺丸ワイン
町田市一帯で栽培されている禅
寺丸という甘カキが原料。ひと口
飲むと、ほのかなカキの香りが
広がる。ソフトな口当たりで和食、
魚・鶏肉料理などに合う。
1400円(720ml)→P9アグリハウ
ス忠生、アグリハウスみなみ

梨ワイン
稲城の梨ワイン

幻のナシ「稲城」から誕生した
ワイン。ナシの風味を生かすた
め、アルコール度を5%に抑え
たフルーティーな味わいで、ギ
フトにも最適だ。1360円(720ml) **E**

ゆずワイン
町田ゆずワイン

町田産のユズを原料にしたワイ
ン。ユズの皮のほろ苦さと香り、
果肉のやさしい甘味が特徴。やや
甘口。
1400円(720ml)→P9アグリハウ
ス忠生、アグリハウスみなみ



A 増島商店
●まずじましようてん
☎042-581-1242
①日野市豊田4-24-11 ②JR豊田
駅南口から徒歩3分 ③10~19時
④日曜 ⑤2台

B さかや栗原
●さかやくりはら
☎042-727-2655
①町田市南成瀬1-4-6 ②JR成瀬
駅から徒歩5分 ③10~20時 ④水
曜 ⑤1台

C カトウファーム直売所
●かとうふぁーむちよくばいしょ
☎042-773-7219
①町田市相原町4418 ②JR相原
駅西口から神奈川中央交通バス
法政大学行きで15分、水の口下車、
徒歩6分 ③11~15時 ④日~火曜、
木曜 ⑤10台

**D 生活彩家
町田市役所店**
●せいかつさいかまちだしやくしょてん
☎042-739-3035
①町田市森野2-22町田市役所
本庁舎1階 ②小田急町田駅西口
から徒歩8分 ③7~20時 ④土曜、
第1・3日曜 ⑤なし

E ペアテラス
●ぺあてらす
☎042-401-5786
①稲城市東長沼516-2 ②JR稲城
長沼駅から徒歩1分 ③10~19時
④なし ⑤なし



アンケートに答えて プレゼントをもらおう！

「るるぶ特別編集 東京の農林水産業 南多摩」はお楽しみいただけましたでしょうか？
今後の東京の農林水産業の情報発信をより充実させるため、みなさまのご意見・ご感想をお寄せください。
応募者から抽選で合計21名様に、るるぶが選ぶ「東京レアもの商品」をプレゼントします。ご応募お待ちしております。

※「東京レアもの商品」は東京都産の農林水産物から作る商品です。
農林水産物の生育状況により、事前の予告なしに商品を変更させていただく場合がございますので、ご了承ください。
※当選者へのプレゼント発送は農林水産物の生産時期に応じて行いますので、早めにご応募ください。
※未成年者の飲酒は法律で禁じられています。未成年者の酒類プレゼント応募はできません。

「南多摩」プレゼント商品



A
原峰のいずみ(多摩市)
4合を3名様
P14



B
稲城の梨ワイン(稲城市)
3名様
P14



C
からうまこうじ(町田市)
2個セットを3名様
P15



D
由木農場のブルーベリー
ジュース(日野市)
2本セットを3名様
P14



E
るぽーぶジャム(日野市)
2個セットを4名様
P15



F
東京農家玄米コーヒー
(八王子市)
5袋セットを5名様
P6

応募方法

URL または QR コードからアクセス！
アンケートに答えてご応募ください。
(スマートフォン対応)

応募締切

2017年4月1日(土)～12月31日(日)

発表

当選者の発表は商品の発送をもって
かえさせていただきます。

ご応募はコチラから！

● QR コードから
アクセスの場合



● URL からアクセスの場合

<http://www.rurubu.com/ad/enquete/1274.aspx>

■個人情報の取扱いについて
当社はみなさまからお預かりした個人情報をプレゼントの抽選及び発送のために利用します。また、性別・年齢等のデータ及びアンケートの回答は個人を特定しないマーケティングデータとして集計し、誌面改善のために利用いたします。当社は、みなさまからお預かりした個人情報をご本人の同意なく第三者に提供いたしません。

■当社が保管する個人情報に関するお問い合わせは下記までご連絡ください。株式会社JTB/パブリッシング 総務部長
TEL:03-6888-7831 月～金(祝日・年末年始を除く)の10:30～18:00 ※当社の個人情報の取り扱いについての詳細<http://www.rurubu.com/jtb-pub/privacy/privacy3.html> をご確認ください。

「るるぶ特別編集 東京の農林水産業」5誌は
TOKYO GROWN サイト内
「東京の農業・林業・水産業ライブラリー」で閲覧できます。
<http://tokyogrown.jp/learning/library/index.php> へアクセス！



東京の農林水産業に関する最新情報は

「とうきょうの恵み TOKYO GROWN」で検索！

とうきょうの恵み TOKYO GROWN は東京の新鮮で安全・安心な農林水産物や東京で営まれている農林水産業の魅力を広く国内外に発信するウェブサイトです。

<http://tokyogrown.jp>

特別編集

東京の農林水産業 南多摩

発行/公益財団法人 東京都農林水産振興財団
企画・編集・制作/株式会社JTBパブリッシング
©2017 JTB Publishing,inc. All Rights Reserved.

※本誌掲載のデータは2017年2月末のもので、発行後にデータが変更になる場合がありますので、お出かけの際には電話等で事前に確認されることをおすすめいたします。なお、本誌掲載内容による損害等は、補償いたしかねますので、あらかじめご了承くださいませようお願いいたします。※本誌掲載の入園料などは大人料金を掲載しています。※原則として消費税込みの料金で掲載しています。※定休日は原則として年末年始・お盆休み・ゴールデン

ウィークを省略しています。※利用時間は特記以外原則として開店(館)～閉店(館)です。オーダーストップや入店(館)時間は通常閉店(館)の30分～1時間前です。ご注意ください。※交通情報については、天災の影響や季節などにより変動する場合がありますので、お出かけの際には各交通機関にお問合せください。※温泉の泉質・効能は源泉のもので、個別の浴槽のものではありません。各施設からの回答をもとに原稿を作成しています。