



傾斜地農耕で大切に作られた大地の恵み

NISHIYAMA Brand



にし阿波 世界農業遺産ブランド認証品

世界農業遺産 GIAHS

〈 Globally Important Agricultural Heritage Systems 〉

「世界農業遺産」とは、伝統的な農林水産業を営む地域の中で世界的に重要と認められる地域を、国連食糧農業機関(FAO)が認定する制度です。伝統的な農林水産業とそれを取り巻く人、文化、食、景観などの全てを含む農林水産業システムを時代や環境の変化に適応させながら、「生きた遺産」として保全します。にし阿波地域は、2018年3月に「世界農業遺産」に認定されました。



世界が認めた「にし阿波の傾斜地農耕システム」

にし阿波とは

「にし阿波」とは徳島県西部の美馬市、三好市、つるぎ町、東みよし町(2市2町)のことです。にし阿波には、標高100から900メートルの山間地域に約200もの集落が点在しています。いずれも急峻な傾斜地に位置し、場所によっては斜度40度にも及びます。にし阿波の世界農業遺産は、400年以上にわたり継承されてきた伝統的な農耕のほか、景観や食文化、伝統行事などの全てが「にし阿波の傾斜地農耕システム」となっています。



傾斜地農耕システムとは

斜面を利用する農業では、段々畑のように平地に造成することが一般的ですが、にし阿波では、400年以上前から平地を作らず、斜面をそのまま畑にする耕作が取り入れられています。そこでは、急斜面の畑を克服するために、カヤと独特の農具がうまく利用されています。傾斜地は、水はけが良い土地ですが、逆に保水力を高めることがとても難しく、耕作や豪雨等によって土壌が流れやすい地形です。このため、独特の農具を利用して、流れた土をかき上げたり、カヤを敷き込んだりすることで、様々な効果が生まれていきます。斜面で栽培するためにヒトリビキと呼ばれる独特の農具を用いて、土を盛り上げ畝を作ります。また、畝と畝の間に敷き詰められたカヤは、優良な微生物が繁殖しやすい環境となって病原菌の侵入を防ぎ、有機的な肥料となっていくます。自然環境に逆らわず、カヤと伝統農具を巧みに使う傾斜地農耕システムによって、そこで作られる農産物は自然と大地の恵みをいっばいに受けながら、丈夫に育っていきます。



カヤの利用と「コエグロ」

コエグロは、刈り取ったカヤを乾燥させるために円錐状に積み上げたもので、今では、にし阿波のランドマークとなっています。コエグロで乾燥させたカヤを細かく刻んで畑に敷き込むことで、土の肥やしとなり、土壌の流出を防いでくれます。さらに、雑草を抑えながら、冬の寒さと夏の暑さを和らげるマルチシートの役目も果たす優れたものです。カヤの利用と「コエグロ」は、にし阿波の傾斜地農耕システムに欠かすことができないものです。



貴重な在来品種と少量多品目の農産物

にし阿波の山間部では急峻な土地が多く、米作りに適さないため、代わりに在来種の雑穀、山茶、野菜などが古くより栽培されてきました。特に自家採取されることで受け継がれてきた在来品種の野菜には、ごうしゅいも(じゃがいも)、ゆうご、太きゅうりなどがあり、これらは原種に近い大変貴重で、歴史や文化を知るために価値が高いといわれています。現在でも在来品種を始めとする140品目以上の作物が少量多品目で生産されており、これによって天候不良などによる不作等のリスク分散や傾斜地の特性を生かした持続性の高い自給的農業が確立されています。



世界農業遺産ブランド認証品

にし阿波では、傾斜地農耕システムによって、手間暇かけて作られた安心安全な農産物と、その農産物を使った加工品を「世界農業遺産ブランド認証品」として認証しています。世界が認めた「にし阿波の農業と暮らしと文化」から生まれた「ブランド認証品」には、傾斜地農耕システムを次代につないでいくための生産者の思いや願いが込められています。是非商品を手にとっていただき、にし阿波の魅力にふれていただければ幸いです。



Contents

- 2 世界農業遺産 GIAHS
- 2 世界が認めた「にし阿波の傾斜地農耕システム」
- 4 世界農業遺産を支える人々
- 6 にし阿波の恵み「雑穀」
- 7 雑穀おすすめレシピ
- 8 雑穀「にし阿波 世界農業遺産ブランド認証品」
- 9 銘茶・飲料「にし阿波 世界農業遺産ブランド認証品」
- 12 野菜類(乾燥)「にし阿波 世界農業遺産ブランド認証品」
- 13 食用粉「にし阿波 世界農業遺産ブランド認証品」
- 13 はちみつ「にし阿波 世界農業遺産ブランド認証品」
- 14 農産加工品「にし阿波 世界農業遺産ブランド認証品」
- 17 ワイン「にし阿波 世界農業遺産ブランド認証品」
- 18 菓子類「にし阿波 世界農業遺産ブランド認証品」
- 20 「にし阿波世界農業遺産」おすすめ情報
- 20 世界農業遺産ブランド認証品のご注文方法

ロゴマークコンセプト

古代からにし阿波の食糧自給に大きく貢献してきた雑穀を中央に配置し、傾斜地農耕システムを象徴する傾斜のある畑、肥料として使うコエグロ、自然と調和した景観を表しています。環境にやさしく持続可能な農法と集落での暮らしがこれからも末長く続くようにとの願いが込められています。



世界農業遺産を支える人々

にし阿波地域に暮らし、世界農業遺産「にし阿波の傾斜地農耕システム」を支えてくださる方々にインタビューを行いました。

今回インタビューを行った方々以外にも「にし阿波地域」にはご紹介したい生産者の方々がたくさんいらっしゃいますが、紙面の都合で一部の方を掲載させていただきます。



井下 奈未香さん

三好市
Natan葡萄酒醸造所
17ページに掲載

徳島で初めてのワイン醸造所を作り、葡萄も自ら栽培する井下奈未香さん。休耕地を借り受け、10種類以上の葡萄を栽培しています。葡萄の力を活かすような栽培をしたいと、化学肥料などは使わず畑に生える草を刈り、肥料にしています。三好市池田町にある醸造所で、三好市で収穫した葡萄と県内外から取り寄せた葡萄を使って無添加、無清澄、無濾過でワインを造っています。井下さんの造るワインは、三好市のお店やインターネットで販売されています。

Natan葡萄酒醸造所のホームページはこちら→

枋谷 京子さん

つるぎ町
家賀再生プロジェクト
9, 13, 20ページに掲載

かつて藍の栽培が盛んだつるぎ町家賀地区で「食べる藍」を作りたいと藍の栽培をスタートした家賀再生プロジェクト代表の枋谷京子さん。家賀の藍は、昔ながらの農法で栽培され、蓼藍(たであい)の畑には刈り取った茅や、落ち葉が敷き詰められています。化学肥料も農薬も使わず、大切に育てた藍の葉を乾燥、粉末にしたのが「食べる藍」パウダー『家賀の藍粉』です。体に良い藍を安全・安心に食べてほしいと枋谷さんが生産、販売を手掛けています。スーパーフードである藍は、様々な食材とのコラボレーションでも注目されています。

上家 洋子さん

つるぎ町
赤松加工組合 組合長
15, 18ページに掲載

よもぎがたっぷりつづぶあんの入った「貞之丞だんご」は赤松加工組合がつくる人気のだんごです。だんごに使われているよもぎは、毎年4月中旬につるぎ町内で採っています。それを冷凍して、春から秋にかけてだんごに利用しています。このだんごは、3月から11月まで日曜日限定で開店している「しゃくなげ産直市」で販売されています。赤松加工組合では、他にも赤飯やぼたもち、味噌なども作っていて予約注文も受け付けています。

しゃくなげ産直市(日曜日のみ営業)
徳島県美馬郡つるぎ町一宇赤松

足立 由美子さん

美馬市
ことりね
16, 17ページに掲載

持ち主の高齢化等により手入れができなくなったゆず畑を引き継ぎ、ゆずを大切に育てているのが平成27年に京都から美馬市に移住した足立由美子さん、マサツグさん夫妻です。農業や肥料を使用せず育てられたゆずを原材料に、柚子こしょうなどの調味料や加工品を作っています。自家製米粉が入っているので、味わい深いのにどこか優しい体が喜ぶ味です。無添加なのも安心です。見た目もとても可愛いので、贈り物にも喜ばれています。

ツクツク!!! ことりねホームページはこちら→

中村 博さん

三好市
中村農園
15, 19ページに掲載

中村さんのゆず畑は、三好市山城町大野の山の斜面にあります。除草剤や化学肥料などは使わず、下草に「ナギナタガヤ」を植える草生栽培を行っています。カヤは枯れると自然に倒れて地面を覆うので、雑草の生育を防いでくれて、この下草が緑肥となり豊かな土をつくりまします。自然の力を借りて栽培されるゆずは、「有機JAS認証」も取得しています。ゆずの果実はもちろん、有機ゆずを100%使用した「ゆずジュレ」や「ゆずシロップ」もリピーターの多い人気商品です。

ゆずの中村農園のホームページはこちら→

安藤 洋子さん

東みよし町
農家・民宿あんちゃんち
16, 17, 20ページに掲載

東みよし町の加茂山にある民宿あんちゃんち。農業体験ができる宿として、にし阿波で人気を集めています。夏にはトマトやメロンなどをハウスで栽培しています。冬になると、干し芋の加工作業に追われます。秋に収穫したサツマイモを専用の倉庫で年を越す1月まで寝かせ、十分甘さが増したサツマイモを薪で炊いていきます。じっくりと時間をかけて芋を炊くことにより、甘くまろやかな口当たりの干し芋が出来上がります。明るい笑顔で、昔ながらの味を伝えています。

民宿あんちゃんちのホームページはこちら→

曲 大輝さん

三好市
曲風園
10, 12ページに掲載

家族が経営する茶園の代表となった曲大輝さん。曲風園独自のお茶の製造・販売を行い、味で勝負することを決めました。そのこだわりは、土づくりにも現れており、肥料は有機質主体のものを使用し、美味しいお茶を作るための努力に余念がありません。また、農業を使わずに栽培できる理由は、山城町の気象条件にもあります。標高200~500mの傾斜地にある茶畑では、新茶は5月頃に収穫するため、ほとんど虫がつかず、農薬を使わずとも栽培することができます。こうして、安全・安心なお茶が作られています。

曲風園のホームページはこちら→

武岡 洋子さん

東みよし町
手作り菓子工房 みかもん 代表
19ページに掲載

武岡さんは、にし阿波に伝わる伝統菓子「亥の子(いのこ)菓子」をモデルにした「あわのわっか 亥の子クッキー」を作っています。「亥の子菓子」のルーツは、旧暦の10月の亥の日にあった収穫祭です。無病息災を祈るため家々を訪ねた子どもたちに、お礼として「亥の子菓子」がふるまわれました。丸い形は、ひもにお菓子をを通して首に掛けるため。「あわのわっか 亥の子クッキー」には、生まれ育った土地の風習を伝えていきたいという武岡さんの思いが込められています。

佐藤 格さん

東みよし町
格さんの農園
8, 12ページに掲載

かつて東みよし町の足代地区の標高500mほどの山間部に百々路(どどろ)という集落がありました。今では2軒まで減ってしまい百々路という地名は使われなくなりました。この集落で農業を営んでいるのが佐藤格(いたる)さんです。畑では野菜や雑穀などを栽培しています。試しに植えた野菜の中で特にトマトが美味しかったため、山を切り開いて栽培用のハウスを建てトマトをつくりはじめました。他にもいんげん豆や大根のほか、ソバやタカキビなどの雑穀を栽培して地元産直で販売しています。

格さんの農園のポケットマルシェ ページはこちら→

逢坂 祐美子さん

美馬市
有限会社美馬交流館
14, 16ページに掲載

この地域に古くから伝わる「みまから唐辛子」に、かつお節やごま油、醤油などを入れて炒めた菜味「みまから」。辛さがやみつきになると人気があります。原材料の「みまから唐辛子」は標高550m程の中山間地区の畑で肥料にカヤを入れて栽培しています。昼と夜の寒暖差があるために辛さの中にも甘みがあるのが特徴です。加工所では機械を使わずに包丁で切り、丁寧に製造されています。祐美子さんは、高齢化で農家が減り、みまからを次の世代につなげていくプレッシャーを感じるが、高齢者がいつまでも働ける場を守りたい、と話しています。

美馬交流館のホームページはこちら→

岡田 正子さん

三好市
藤の里工房 代表
14, 15, 18ページに掲載

険しい渓谷と激流で知られる大歩危峡。岡田さんは、この地域で、20年以上にわたり地域の農産物の加工販売をしています。女性が働きやすく、地域で収入を確保できる場として加工組合を結成し、商品開発から営業、雇用面まで組合員が担っています。岡田さんのこだわりは、地域で採れた農産物をできるだけ原材料に使うことで、特に地元産の柚子やさるなしなどを使ったジャムが大変好評です。このほか、昔ながらのお団子やお餅、こんにゃくなどもあり、地元産直市や観光地のお土産コーナーなどの人気商品です。

藤の里工房のホームページはこちら→

近藤 寛彰さん

三好市
有限会社近藤
9ページに掲載

山の斜面に茶畑が点在する三好市井川町井内地区。お茶の栽培が盛んに行われていましたが、高齢化で茶畑の管理が出来る人が少なくなっています。有限会社近藤の近藤寛彰さんは、地元のお茶を特産品として復活させようと茶畑の管理をはじめました。自身の茶畑だけでなく、谷を挟んだ東の対面にある山の茶畑の管理も任されています。東西で異なる味わいのお茶が育つことも有限会社近藤のお茶の魅力です。また、飲み物としてのお茶以外の利用法や茶畑の広がる景観を活かした体験型観光など、過疎の進む集落を活気づけられるように取り組んでいきたいと話しています。

有限会社近藤のホームページはこちら→

杉平 美和さん

三好市
祖谷雑穀生産組合 組合長
8, 18ページに掲載

日本三大秘境の三好市祖谷地方。ここでソバなどと共に昔から栽培されていた雑穀がヤツマタ(シコクビエ)です。栄養価が高いことから近年スーパーフードとしても注目されています。このヤツマタを保存するため、三好市東祖谷の人たちが平成28年に雑穀生産組合を立ち上げました。毎年栽培を続けて種を増やしています。地元の食堂や宿でヤツマタを使った料理を提供し、観光客にも楽しんでもらえるようになっています。最近では、ヤツマタを使ったお菓子などの商品化も進められ、貴重な雑穀を手軽に味わえる商品として大変好評です。

磯貝一幸さん

つるぎ町
磯貝農園・そらの宿磯貝
8, 13, 15, 18, 20ページに掲載

三木枋集落にある磯貝さんの農園は標高約400m余り。ここでは、年間を通じてたくさん作業があります。冬は干し大根や干し芋などの干し物、味噌やきなこ飴などの加工品づくり。春が近づくとごうしゆいもを植え、野菜類の種まきや苗作り、植え付けをします。夏が近づくとたかきび、あわ、こきびをまき、お茶摘みも。小豆、大豆、そばを作り、秋にははだか麦、干し柿作り。その合間にカヤを刈ってコエグロを作り畑に敷く作業。その効用は素晴らしく、雨が降るだけで土に湿り気があるとのこと。磯貝さんは体験型教育旅行も受け入れて、都会からの修学旅行生と農作業を通じて交流しています。

磯貝農園の食べチョク ページはこちら→

山下 圭一郎さん

三好市
山下農園
12ページに掲載

三好市池田町西山にある木屋床地区は、秘境駅で知られるJR坪尻駅の上にある小さな集落です。山下圭一郎さんは、令和2年に家業の農業を継ぎました。主にフルーツトマトとサツマイモの栽培をしています。夏から秋にかけてはトマトの収穫、冬場には秋に収穫したサツマイモを使って干し芋を作っています。トマトのハウスには、細かく刻んだカヤを敷きつめて肥料にしています。収穫したトマトは、地元の産直やスーパーに出荷しています。山下さんの栽培するサツマイモは「ひめあやか」という品種で、甘くてしっとりした食感が特徴です。

山下農園のホームページはこちら→

田口 真示さん

東みよし町
田口農園・民宿クワンリス
20ページに掲載

泉野集落は東みよし町の平野部が望める山間部にあります。ここで県外からUターンし、農家をはじめたのが田口真示さんです。採れたての野菜を地元の産直などで販売し、東みよし町内にあるカフェにも卸しています。農家民宿も営み、都市部の中高生の修学旅行や一般の旅行者を受け入れ、傾斜地での農業の体験もしてもらっています。山間部で農業を続けていくためには、鳥獣対策や、斜面のために機械が使えないなど多くの問題があります。田口さんは新しく農業をしたいと考える人たちに、経験や知識を共有していけたらと話しています。

田口農園のホームページはこちら→

松家 安信さん

美馬市
松家農園
14, 16, 19ページに掲載

松家さんは、昭和40年代から美馬市木屋平の標高400mの森遠地区で、ゆずの栽培を始め、平成18年に、有機JAS認証を取得しました。「安心」「安全」「美味」をお届けするために、日々精進し続けています。低地栽培の柚子よりも、酸味と甘みのバランスがよく、香り高いそうです。(寒さが厳しく、果実が凍結しないように、実に糖分をためて、凍結を防ごうとする自然の保護機能。)完全無農薬で、無消毒ですから、実の皮、果汁、種、全てを使うことが可能です。他の柚子とは違う「柚奈」を、ぜひお試しくださいと話しています。

松家農園の食べチョク ページはこちら→

にし阿波の恵み「雑穀」

多種多様な雑穀栽培が受け継がれる地域

にし阿波の傾斜地では昔から焼き畑によって、そば、ひえ、あわ、小豆、大豆などが作られ、時代ともに葉たばこ、みつまた、藍などが作られてきました。時代の流れと共に、移動する焼き畑から、1か所だけで作る常畑に変わってきたものの、雑穀栽培については、栽培が続けられ現在に至っています。今も確認されている雑穀は、こきび19系統、あわ3系統、たかきび

6系統、ひえ・しこくびえ各1系統、もちとうもろこし、在来とうもろこしなどがあり、非常に多様な地域固有品種の雑穀栽培がにし阿波で続けられていることがわかっています。日本において、ひとつの地域でこれほどの多様な雑穀類が栽培されている例は少なく、非常に珍しい地域といわれています。



にし阿波6穀の紹介

はだか麦

イネ科オオムギ属で、紀元前6000年頃には栽培が始まったとも言われています。食物繊維を豊富に含みます。ぷりとした食感が特徴です。はだか麦の機能性成分の中で最も主要な成分は食物繊維で、白米の15倍以上と言われています。主に主食用(押し麦など)の他に、味噌(麦味噌)、麦茶、焼酎、発泡酒などに加工されます。また麦を炒って挽いた「はったい粉」は、おちらし、麦こしがしとも呼び、和菓子の材料としても利用されています。



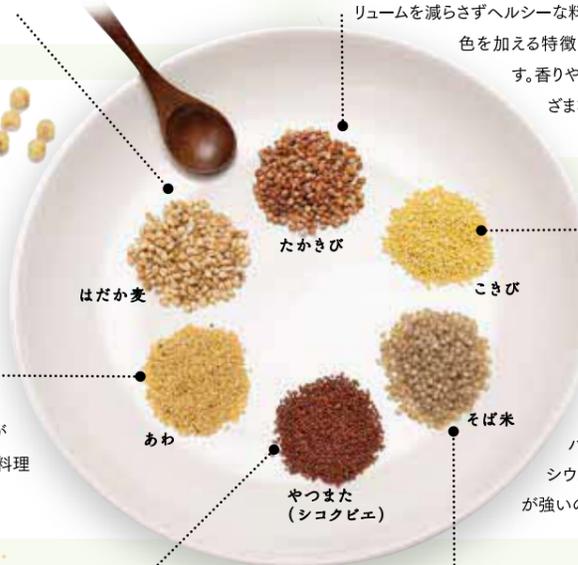
たかきび

イネ科モロコシ属で、別名モロコシと呼ばれ、温帯や熱帯地方で主に栽培され、低カロリー・高ミネラルで食物繊維、カリウム、マグネシウムなどを豊富に含んでいます。加熱するとひき肉のような食感になるので、ひき肉の代用として使われることが多く、別名「ミートミレット」とも呼ばれています。甘みと弾力があり、食感とコクのある味わいです。食物繊維、鉄分、マグネシウムなど栄養豊富な「たかきび」をお肉の代用にすると、脂やカロリーを減らしながら、栄養価をアップし、ポリウムを減らさずヘルシーな料理ができます。炊きあがるとご飯に美しい橙色を加える特徴を持ち、雑穀の中でも特に色映りが良いです。香りや味にクセがなく、余分な粘りもないため、さまざまな料理に自然に溶け込む万能な雑穀です。



あわ

イネ科エノコログサ属で、ビタミンBや鉄分、ミネラル、食物繊維などを豊富に含んでいます。特にパントテン酸を多く含みます。あわの名前は、風味が淡いことに由来しており、あっさりとした食感が特徴です。白米に比べてビタミンB1が多く、食物繊維や鉄分、マグネシウムも多く含んでいます。プチプチ感があり、スープやサラダ、スイーツなど幅広い料理に利用できます。



こきび(きび)

イネ科キビ属で、中央アジア〜東アジア原産です。栽培期間が短く、痩せた土地や少ない水量にも適応できます。日本でも古くから親しまれており、「桃太郎」の中で登場するキビダンゴは有名です。良質なミネラル・タンパク質を含み、特にビタミンB1・亜鉛・マグネシウムが多く含まれています。甘みがあって粘りが強いのが特徴です。



やつまた(シコクビエ)

アフリカ原産のイネ科の植物です。人類が農耕を始めた1万年近く前にアフリカに自生していたイネ科の雑穀で、東アフリカではいまも主食です。それが長い年月の間に世界を旅し、国内で伝わってきたと考えられます。日本でも古くから主に四国などの山間部で栽培されていましたが、現在の生産量はごくわずかです。カルシウム、ビタミンB1、銅、食物繊維などが非常に豊富で、栄養価が高いことから近年スーパーフードとして注目されています。



そば米

タデ科ソバ属で、少数派であるタデ科の穀物です。そばの実を塩ゆでし、殻をむいて乾燥させたものです。お米に比べカロリーと炭水化物が少なく、ビタミンBやミネラルなどを豊富に含んでいます。そば特有の成分で、ポリフェノールの1種であるルチンが多く含まれています。ツルツルとしていて、クセがないさっぱりとした味わいです。



雑穀おすすめレシピ

そば米雑炊

【材料】4人分

- そば米…120g
- 鶏もも肉…100g
- ちくわ…1本
- にんじん…1/4本
- 干しいたけ…2枚
- こんにゃく…1/3丁
- 青ねぎ…2本
- 酒…大さじ1強
- 水…4カップ
- にぼし…12尾
- 薄口しょうゆ…大さじ3
- みりん…大さじ1/2

- ①そば米は水で洗い、たっぷりの水(そば米の約8倍)で約15分間ゆで、水洗いして水を切っておく。
 - ②にぼしをつけておいた水に干しいたけの戻し汁も加え鍋に入れて火をかけ、沸騰後2〜3分したらにぼしを取り出す。
 - ③鶏もも肉は皮をとり、1cm角に切り、酒をふりかけて揉んでおく。
 - ④にんじんはちょう切り、こんにゃくは2cmの短冊切り、干しいたけは細切り、ちくわは薄切りにする。
 - ⑤②のだし汁に③・④を入れて煮る。醤油、みりんを味を付け、最後に①のそば米を入れ、青ねぎをあしらう。
- (注)そば米は、体質によってはアレルギーを引き起こすことがあります。
* お汁として作る時はそば米の量を減らしてください。
* 具材は、えのきや大根、油あげなどもおすすめです。



豆腐のこきび 柚コショウ風味

【材料】2〜3人分

- 木綿豆腐…1丁
- 水菜…1/2束
- こきび…大さじ1 (30分浸水させたもの)
- ポン酢…大さじ1
- 柚コショウ…適量
- すだち…1個

- ①沸騰したお湯に豆腐をくぐらせ、ザルに上げて重しをし、冷蔵庫で冷やしながら水を切る。
 - ②水菜は洗って、3センチに切り水気を切り、冷蔵庫で冷やす。
 - ③浸水させたこきびを4分ゆで、ザルに上げる。
 - ④ボウルにゆでたこきび、ポン酢、柚コショウを合わせて混ぜる。
 - ⑤器に水菜をしき、カットした豆腐を並べ、豆腐の上に④のをのせる。
 - ⑥輪切りにしたすだちを飾り、できあがり。
- 監修：日本雑穀協会認定 雑穀クリエイター 横関 実香



スモークサーモンと 玉ねぎと裸麦のマリネ

【材料】4人分

- 玉ねぎ…1/2玉
- スモークサーモン…50g~100g
- レモン汁…大さじ2
- 粒マスタード…大さじ1/2
- ハチミツ…小さじ1
- 塩・こしょう…少々
- オリーブオイル…大さじ2
- 裸麦…小さじ1(15分ゆで)
- イタリアンパセリ…適量(みじん切)

- ①玉ねぎは皮をむき、たて半分に切り繊維に沿って薄切りにし、水にさらしてザルに上げておく。
 - ②裸麦はたっぷりの湯で15分ゆで、ザルにあげておく。
 - ③レモン汁・粒マスタード・ハチミツ・塩・こしょうをよく混ぜ、オリーブオイルを少しずつ混ぜながら加える。
 - ④③にゆでた裸麦を加え全体を混ぜる。
 - ⑤④に玉ねぎとイタリアンパセリを加えて和える。
 - ⑥皿にスモークサーモンを広げ、⑤を乗せる。
- 監修：日本雑穀協会認定 雑穀クリエイター 横関 実香



たかきび入りハンバーグ

【材料】4〜5人分

- たかきび…大さじ3
- あひびき肉…300g
- 玉ねぎ…1/4個
- 卵…1個
- パン粉…大さじ2
- 塩…ひとつまみ
- ナツメグ…少々

- ①たかきびは浸水させておき(できれば2時間以上)柔らかくなるまでゆで、ザルにあげておく。
 - ②ひき肉・卵・ナツメグ・塩をよく混ぜる。
 - ③②にみじん切りにした玉ねぎ・パン粉・①を加え、全体に混ぜて人数分に分割して成型する。
 - ④フライパンで中火で焼き色がついたら弱火で5分ほど焼く。
 - ⑤うらがえてフタをしてさらに3分焼く(中までしっかり火を通す)。
- お好みのソースを添える。
* 食感のアクセントにゆでた麦類などを入れるのもオススメです。
監修：日本雑穀協会認定 雑穀クリエイター 横関 実香



もちあわの チーズ春巻き

【材料】作りやすい量

- もちあわ…1カップ (1時間浸水させておく)
- 水…1+1/2カップ
- 塩…少々
- チーズ(お好みのもの)
- 小麦粉…適量
- 油…適量

- ①ザルで水を切ったもちあわと水を鍋に入れ、中火にかけ沸騰したら弱火にし塩をひとつまみ加え蓋をして15分炊く。火を止めて10分蒸らす。
 - ②炊き上がったもちあわをボウルに移し、さっくり混ぜておく。
 - ③春巻きの皮を1/3に横に切り、もちあわ・チーズを乗せ三角に巻き、水(分量外)を加えた小麦粉を塗って閉じる。
 - ④170℃の油で皮がカリッとするまで揚げる。
- * 残ったもちあわは、冷凍保存が可能です。
監修：日本雑穀協会認定 雑穀クリエイター 横関 実香



シコクビエのプロランタン

【材料】16個分

- 【サブ生地】
 - バター…135g
 - グラニュー糖…60g
 - きび砂糖…17g
 - 全卵…35g
 - 薄力粉…160g
 - シコクビエ粉…20g
 - ココアパウダー…15g
 - ベーキングパウダー…0.5g
- 【トッピング】
 - アーモンドスライス…65g
 - 生クリーム…45g
 - バター…10g
 - 水あめ…20g
 - はちみつ…12g
 - グラニュー糖…65g
 - シコクビエ(粒)…大さじ1

- ①常温に戻したバターにきび砂糖とグラニュー糖を加えて混ぜ、溶いた卵を数回に分けて入れる。
 - ②ふった粉類を全て加えて①に加え、粉気が無くなるまで混ぜる。
 - ③②をラップに包み冷蔵庫で1時間休ませた後、厚さ5mm程度の正方形にのばす。
 - ④170度に予熱したオーブンで15〜17分焼く。
- ①シコクビエは沸騰した湯で5分ゆで、ザルに上げておく。
 - ②グラニュー糖、水あめ、はちみつ、生クリーム、バターを鍋に入れ、絶えず混ぜ続けながら加熱する。
 - ③120度まで加熱したらアーモンドスライスとゆでたシコクビエを加え混ぜる。
 - ④焼き上がったサブレの上に流し、180度のオーブンで20分焼いて出来上がり。
- 監修：日本雑穀協会認定 雑穀クリエイター 横関 実香



他の農業遺産 レシピはこちら



監修

横関 実香(よこぜき みか) 日本雑穀協会認定 雑穀クリエイター

【プロフィール】

2005年に「ミレット」を立ち上げ、徳島で栽培された雑穀販売の推進や生産地支援を行っている。地元タウン誌やTVでの雑穀メニューの紹介、親子雑穀料理講座の講師など幅広い活動を行なっている。日本雑穀協会アワード審査員。



徳島の雑穀屋 ミレット HP

徳島の雑穀屋 ミレット Facebook



雑穀

伝統と自然が織りなすし阿波の雑穀がもたらす豊かな食文化



盛り付けはイメージです。

古くは縄文時代から食べられてきた、ミネラルたっぷりのスーパーフード。プチプチ食感で、和食や洋食料理のアクセントに。また、御飯と一緒に炊くだけで、お米がモチリとした食感になり、子どもにも大人気です。

つるぎの粟 150g **800円**

つるぎ雑穀生産販売組合 組合長 磯貝 一幸
TEL.0883-62-3111



盛り付けはイメージです。

小粒でも栄養たっぷりの雑穀です。御飯と一緒に炊くことで、ふだんの食事がもっとヘルシーになります。鮮やかな黄色の粒が特徴的です。ぜひお試しください。

つるぎのこきび 150g **800円**

つるぎ雑穀生産販売組合 組合長 磯貝 一幸
TEL.0883-62-3111



盛り付けはイメージです。

栄養価が高く使いやすいスーパーフード。御飯と一緒に炊いたり、粉にしてパンやお菓子作りにも活用できます。植物性のタンパク質が摂れることで、アスリートにも注目されています。

つるぎのたかきび 150g **800円**

つるぎ雑穀生産販売組合 組合長 磯貝 一幸
TEL.0883-62-3111



盛り付けはイメージです。

くせがなく食べやすい栄養満点のスーパーフード。食物繊維やミネラルが豊富で腸活にも最適です。毎日の食事にサッと加えるだけで、栄養バランスがアップします。ぜひお試しください。

つるぎのはだか麦 150g **600円**

つるぎ雑穀生産販売組合 組合長 磯貝 一幸
TEL.0883-62-3111



盛り付けはイメージです。

幻の雑穀シコクビエ、栄養価の高いスーパーフードです。

やつまた(粒) 70g **540円**

祖谷雑穀生産組合 杉平 美和
TEL.0883-88-2322(予約注文での販売のみ)



やつまた

平家落人伝説が残る秘境祖谷で、昔から大切に継承されてきた、まぼろしの雑穀「ハツ又(シコクビエ)」です。

やつまたブレンド 60g **540円**

祖谷雑穀生産組合 杉平 美和
TEL.0883-88-2322(予約注文での販売のみ)



にし阿波の傾斜地で大切に育てられた雑穀だけの貴重な6種類のブレンドです。

- ・こきび(もちきび)
- ・はだか麦
- ・そば米
- ・あわ
- ・たかきび
- ・しこくびえ

盛り付けはイメージです。

にし阿波の6穀ブレンド 100g **972円**

徳島の雑穀屋ミレット 横関 実香 E-MAIL.millet-tokushima@hotmail.co.jp



四国の阿讃山脈の標高700mで作っています。ご飯と炊いたり、餅や、ハンバーグなどに加えたり、レンビも色々。生産しにくい貴重な雑穀です。

100g **432円**
250g **1,080円**
500g **2,160円**

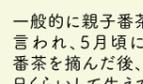
格さんの農園 たかきび

格さんの農園 佐藤 格
TEL.0883-79-3782



銘茶・飲料

にし阿波の豊かな自然が育む香り高い銘茶とこだわりの飲料

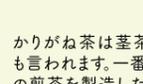


盛り付けはイメージです。

一般的に親子番茶と言われ、5月頃に一番茶を摘んだ後、20日くらいして生えてきた残り芽(子)と、大きく成長した茶葉(親)と一緒に収穫し、加工したお茶です。

山城の上番茶 200g **756円**

岡田玉芳園 代表者 岡田 和
TEL.0883-84-1159

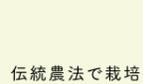


盛り付けはイメージです。

かりがね茶は茎茶とも言われます。一番茶の煎茶を製造した際に茎をとったもので、茎の中には煎茶部分が残っており、独特の香りがあります。

山城のかりがね茶 150g **756円**

岡田玉芳園 代表者 岡田 和
TEL.0883-84-1159



盛り付けはイメージです。

伝統農法で栽培されたお茶を竹筒に入れて発酵させました。

竹筒晩茶 40g **1,400円**

家賃再生プロジェクト 枋谷 京子
TEL.090-5144-4896



阿波晩茶 80g **1,296円**

岡田玉芳園 代表者 岡田 和
TEL.0883-84-1159



盛り付けはイメージです。

農薬を使用せず、肥料も米ぬか、油かす、魚粉でEMぼかしを作って栽培した茶葉です。まろやかな味が特徴です。

山城の極上煎茶 100g **1,296円**

岡田玉芳園 代表者 岡田 和
TEL.0883-84-1159



さるなし茶 3g×7袋 **864円**

岡田玉芳園 代表者 岡田 和
TEL.0883-84-1159

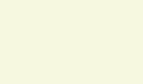


盛り付けはイメージです。

さるなし(キウイの原種)の葉を、8月~9月頃摘み取って乾燥させ、小さく切ってティーバッグに入れてあります。淡いフルーツの香りがして、さわやかな味が特徴です。

山城の上煎茶 100g **1,080円**

岡田玉芳園 代表者 岡田 和
TEL.0883-84-1159



盛り付けはイメージです。

自然農法にこだわり、雨水だけで育てました。水出しでもお楽しみいただけます。

淵名緑茶 50g(茶葉) **777円**

Tea.M 代表 吉田 ますみ
TEL.090-9453-1442



盛り付けはイメージです。

有機ゆずの果皮をブレンドしたお茶です。ゆずの風味と香りをお楽しみください。

淵名茶と柚子 2g×5個(ティーバッグ) **777円**

Tea.M 代表 吉田 ますみ
TEL.090-9453-1442



盛り付けはイメージです。

柔らかな口当たり。夕日を浴びて育った東の緑茶です。

一文茶(東側) 40g **580円**

(有)近藤 (茶園 北地の丘) 近藤 一文 TEL.0883-78-3304



盛り付けはイメージです。

しっかりとした渋み。朝日を浴びて育った西の緑茶です。

一文茶(西側) 40g **580円**



盛り付けはイメージです。

水でもお湯でもお茶の栄養まるごと摂取できます。

一文茶(粉末緑茶) 30g **700円**



新茶の爽やかな香りと豊かな味、ほどよい旨みや甘みをご堪能ください。当園のこだわりが詰まった逸品です。

盛り付けはイメージです。 100g **1,404円**

渓谷の茶 大歩危茶 極

曲風園 曲大輝 TEL.0883-84-1103



昔ながらの天日干しで仕上げた懐かしい香りをお楽しみください。

盛り付けはイメージです。 300g **1,080円**

歩危番茶

曲風園 曲大輝 TEL.0883-84-1103



当園自慢の茶葉から作られた紅茶です。苦味・渋みが少なく、すっきりとした味わいが特徴です。

盛り付けはイメージです。 3g×8個 **700円**

大歩危和紅茶

曲風園 曲大輝 TEL.0883-84-1103



豊かな香りとはよい旨みと甘みをお楽しみください。

盛り付けはイメージです。 100g **648円**
200g **1,296円**

煎茶

池本 茂統 TEL.0883-53-9643



爽やかな香りと風味豊かな味わいをお楽しみください。

200g **1,296円**
300g **1,782円**
500g **2,700円**

緑茶

松岡農園 松岡 和夫 TEL.090-3161-8309



自然豊かな美馬市穴吹町口山集落で、にし阿波世界農業遺産の傾斜地農耕により作られたお茶です。

盛り付けはイメージです。 180g **1,100円**

緑茶

山本 艶子 TEL.090-1004-3491



寒暖差の激しい高地の山奥で栽培し、毎年5月に収穫します。どこか懐かしい香りと味です。

盛り付けはイメージです。 1袋(200g) **1,080円**

そらのお茶

西村農園 西村 利治 TEL.0883-68-3216



昔ながらの製法で作っています。甘みがあり香りが良いのが特徴です。

36g **508円**
3g×12袋 **529円**

どくだみ茶

しらたき工房 武岡 より子 TEL.090-2344-5531



昔ながらの製法で作っています。素材をそのまま活かしました。

30g **583円**
3g×10袋 **605円**

桑の葉茶

しらたき工房 武岡 より子 TEL.090-2344-5531



昔ながらの製法で作っています。素朴な味わいをお楽しみください。

30g **508円**
3g×10袋 **529円**

柿の葉茶

しらたき工房 武岡 より子 TEL.090-2344-5531



昔ながらの製法で作っています。優しい旨みと香りをお楽しみください。

30g **508円**
3g×10袋 **529円**

びわの葉茶

しらたき工房 武岡 より子 TEL.090-2344-5531



昔ながらの製法で作っています。ほどよい甘味と爽やかな香りが特徴です。

100g **1,080円**
500g **5,400円**

やぶ北茶

しらたき工房 武岡 より子 TEL.090-2344-5531



インドネシア王室では1300年も前から美容と健康のためと愛されていたキャンドルプッシュをベースに、ジンジャーの程よいスパイスが魅力的な藍ブレンドです。

インディゴハーブティ 「吉祥の鹿」(リバース) 10g **734円**



女性的領域で特性を発揮するハーブであるカモミールと、利尿効果に優れているエリカを含む美容ブレンドです。ローズヒップの豊かな香りと程よい酸味が特徴です。

インディゴハーブティ 「鶴の恩返し」(ビューティ) 10g **734円**

インディゴハーブティのお召し上がり方は、ティーカップにティーバッグを入れ、お湯を注ぎ、フタをして3分ほど蒸らします。蒸らすことで藍やハーブの味や香り、成分を上手に引き出すことができます。



古くからヨーロッパでは「千の用途を持つ木」と言われているリンデンを含む淡く甘い香りが漂う藍ブレンドです。精神的なストレスを緩和し、心を落ち着かせてくれます。

インディゴハーブティ 「神の化身の兎」(リラックス) 10g **734円**



活性酸素の除去に優れたルイボスに同じく効果の高い藍をブレンドすることにより、ホルモンバランスを整え酸化を予防してくれます。

インディゴハーブティ 「不老長寿の亀」(アクティビティ) 10g **734円**

榎ボンアーム TEL.088-656-3220



昔から徳島の藍は民間業、健康維持に重宝され、藍商人は、全国商業に出る時は、藍を持ち歩き、健康維持に使われていました。そんな阿波藍100%のノンカフェインのお茶です。

阿波藍茶 5包 **810円**

榎ボンアーム TEL.088-656-3220



地元で生産された厳選した茶葉「誉」を使ってお茶にしました。

剣の誉 ペットボトル 500ml×24 **2,100円**

徳島県農業協同組合 TEL.0883-53-8050



丸ごと柿酢 2本セット(化粧箱入り) **4,200円**

合同会社 三誠 三好 誠二 TEL.090-1574-3922



飲む柿酢 2本セット(化粧箱入り) **3,750円**

合同会社 三誠 三好 誠二 TEL.090-1574-3922

淡い色、まろやかな酸味。収穫してから製品になるまで12ヶ月を要し、添加物を使用せず2度の発酵・醸造を経て、もともと柿についていた自然の酵母がじっくりと働いてお酢になります。ドレッシングやカクテルにも最適な逸品です。

原料となるあたご柿は渋柿特有のタンニン豊富に含み、栄養価も甘柿より豊富である。水や牛乳に5倍程度に薄めて飲む他、焼酎、カルピス、ドレッシングに適量加えても美味しく召し上がれます。

野菜類(乾燥)

にし阿波の自然の恵みをギュッと凝縮。
旬の美味しさをいつでも手軽に楽しめます。



低農薬で栽培した安全な野菜を乾燥粉末加工しています。添加物不使用、野菜100%の粉末野菜です。手軽に野菜成分を摂取でき、離乳食や介護食、スムージーなどにも幅広くご利用いただけます。



盛り付けはイメージです。

野菜粉末

- ほうれん草 30g **432円**
- 小松菜 30g **432円**
- ニンジン 30g **432円**
- カボチャ 30g **432円**

三好野呂内野菜生産組合 会長 松田 充夫
TEL.090-3183-8229

山の湧水。薪で炊く。自然の風で乾燥させる。150年前から変わらない製法で作っています。自然の水、木、風。山下農園の干し芋づくりには、山と共に生きてきた先祖代々の知恵が引き継がれています。一つ一つ丁寧に作った山下農園の干し芋。ご賞味いただければ幸いです。



盛り付けはイメージです。

干し芋

- 150g 5袋入り **3,400円**
- 150g 8袋入り **4,800円**

山下農園 代表 山下 圭一郎
TEL.0883-72-4471



表面に白い粉が付いている場合は糖分が結晶化したものです。

干し芋 100g **324円**

しらたき工房 武岡 より子
TEL.090-2344-5531

さつまいも、紅はるか使用。標高700mで作ったさつまいもを機械乾燥が主で紅はるかの黄金の色の干し芋に仕上げている。



盛り付けはイメージです。

干し芋 100g **540円** 150g **810円**

格さんの農園 佐藤 格
TEL.0883-79-3782



あたご柿を食べやすい1口カットにして乾燥させた自然な甘さの干し柿です。

ふさこの干し柿 100g **1,200円**

合同会社 三誠 三好 誠二
TEL.090-1574-3922



昔ながらの製法で作った大根を天日干しました。自然な甘みをお楽しみください。

切干大根 40g **410円**

しらたき工房 武岡 より子
TEL.090-2344-5531



ずいき(芋がら)は里芋の一品種の茎の部分を食用にしたものです。独特の食感を楽しんでください。

干しずいき(芋がら) 1袋(50g) **500円**

西村農園 西村 利治
TEL.0883-68-3216



三好市大歩危のぜんまい栽培発祥の地で育て作った乾燥ぜんまいです。北向きの急傾斜地の水はけの良い畑は太く良質なぜんまいが育ちます。また、農薬を使用しない栽培にこだわっており安心・安全なぜんまいをお楽しみいただけます。

乾燥ぜんまい 60g **1,080円**

曲風園 曲 大輝
TEL.0883-84-1103



在来種の一味唐辛子です。少量でも香りが高く辛味が強いので、後をひくおいしさです。

山のとんがらし 1袋(20g) **500円**

西村農園 西村 利治
TEL.0883-68-3216

調味料や添加物は一切入っていません。そのまま自然味のおやつとして、また味噌汁やサラダ、うどん、酢の物のトッピングとしてお楽しみください。



キクイモチップス 50g **432円** 赤キクイモ 50g **478円**

三笠 桂司 TEL.090-4979-1654

食用粉

にし阿波の大地が育んだ
風味豊かな食用粉。
料理やお菓子作りをもっと美味しく。



つるぎのそば粉 1kg **2,700円**

磯貝農園 磯貝 一幸
TEL.0883-62-4075



三木枋の傾斜地の畑で生産した在来種の蕎麦を挽いたそば粉です。在来種の蕎麦は香りが強いのが特徴です。



そば粉 1kg **1,800円**

大西 始
TEL.090-2784-1595



自家生産の在来種の麦、はだか麦を焙煎して挽いたはったい粉です。香ばしい香りが特徴です。お菓子作りの材料にもオススメです。

はったい粉 300g **378円**

磯貝農園 磯貝 一幸
TEL.0883-62-4075



家賀地域で無農薬・無化学肥料で栽培された藍の葉を乾燥し粉末にしました。



盛り付けはイメージです。

家賀藍粉 10g **500円** 30g **1,300円** 50g **2,200円** 100g **4,000円**

家賀再生プロジェクト 枋谷 京子
TEL.090-5144-4896



調味料や添加物は一切入っていません。お湯に溶かして飲んだり、お茶として、また小麦粉に混ぜてお料理にご利用ください。

キクイモ粉末 100g **1,080円** 赤キクイモ 100g **1,188円**

三笠 桂司
TEL.090-4979-1654

はちみつ

にし阿波の豊かな自然が育んだ、
純粋なはちみつ。花々の恵みが詰まった、
香り高くやさしい甘さをお楽しみください。



自然豊かな街、徳島県三好市。そんな自然の中で育まれた草花の蜜を日本みつばち達が採取して余分な物をほとんど含まず仕上がったのが、世界農業遺産、にし阿波ブランド認証品の日本みつばちてっぺんはちみつです。

ご注文の際は、氏名・住所・電話番号、希望するサイズと個数(5個以内)を記入し、FAXでお送りください。

てっぺんはちみつ 150g **1,700円** 270g **2,700円** 450g **4,500円**

中川 利男 TEL.090-6286-9023 FAX.0883-74-5332



ふるさとチョコイス



assobimotte



アソビモットのハチミツは、ミツバチが樹木や草花から集めてきた三好市池田町の花の蜜です。地域の風土や植生を活かした養蜂をおこない、どこか故郷を思い出すような香り豊かな純粋ハチミツです。ブランドコンセプト「おいしさの秘密は、つくり手が心から楽しみ取り組んでいるということ。」assobimotte(アソビモット)とは私たちが住む徳島県三好市で使われる「遊びながら」という意味を持つ方言です。市の90%が山林と言う環境の中、この地を大切に想う仲間たちと知識や技術を分け合い、心から楽しんで「遊びながら」作られたモノたち。数値では測れない作り手の《遊び心》に新たな価値を見出し、みなさまのもとへお届けしています。assobimotteの商品が、日常を彩るエッセンスになれば幸いです。

販売期間:6月~12月
※採蜜時期や採蜜量によっては、販売可能な期間を変更する場合がございます。

アソビモット assobimotte@gmail.com



日本ハチミツ Lサイズ 630g **8,640円**

日本ハチミツ Mサイズ 230g **4,320円**

農産加工品

にし阿波の恵みを活かした
伝統と工夫が光る農産加工品



**藍粉末入り
半田そうめん** 200g **650円**

(有)倭麺工房 代表取締役 井上 三千代
TEL.0883-64-3988



無農薬手作業で栽培した「家賃の藍」の葉の粉末を半田手延べそうめんに練りこみました。さわやかな色合いと独特のモチモチ食感が好評です。



HP

ゆず麺 250g(3人前) **486円**

松家農園(株)surfrider 松家 安信
TEL.090-8692-4636



「柚奈」の果汁と、果皮から抽出したオイルを、麺に練りこんで、柚子の香りを楽しめるそうめんに仕上げました。そうめんと聞くと夏の食べ物のように思われますが、冬にも煮麺(にゅうめん)として、鍋のメとして、食べ方も沢山あります。ぜひお試しください。



食べチョク



ポケットマルシェ



HP

よもぎあん入り餅 5ヶ入 10ヶ入 **756円 1,512円**

地元のよもぎを100%使用。保存料・着色料を一切使用せず安心安全な昔懐かしい草もち。あんこも自家製でよもぎの香りを存分に楽しめる商品です。



盛り付けはイメージです。



冷凍便



HP



Facebook



Instagram

阿波田舎餅 12枚入 **1,620円**

有限会社 ふじや 代表取締役 藤光
TEL.0883-64-2371



盛り付けはイメージです。



冷凍便



HP

昔ながらの杵つきもちです。もち米本来の持つ甘み、よもぎの風味、たかきびの香ばしさを是非味わってください。

ゆずシロップ 200ml **1,100円**

中村農園 中村 博
TEL.0883-86-2309



盛り付けはイメージです。



HP



食べチョク

農園ととれた柚子を丸ごとギュッと搾った果汁に、てんさい糖だけを加えて仕上げた柚子シロップです。柚子の爽やかな香りと甘酸っぱさが絶妙で、スッキリ爽やかな美味しさが魅力的です。炭酸水や水などで5倍希釈を目安にお好みで割ってお飲みください。ヨーグルトやパンケーキ、かき氷にかけるとおすすすめです。

美馬市の特産である「みまから唐辛子」は、糖度が高く辛味強い特性があり「辛くて旨い唐辛子」として、古くから大切に守られてきました。唐辛子本来の旨味を味わっていただけるように、みまから一味は一定量ずつ焙煎し石臼挽きし、心を込めて製造しています。



HP



盛り付けはイメージです。

みまから一味 13g **648円**

有限会社 美馬交流館 逢坂 祐美子
TEL.0883-63-2005

和田島ちりめんともみまからを佃煮風に煮込んだピリ辛ちりめんです。



HP



盛り付けはイメージです。

みまからちりめん 50g **694円**

有限会社 美馬交流館 逢坂 祐美子
TEL.0883-63-2005

地元の味噌と和田島ちりめん、みまから唐辛子と砂糖、生姜等を加えじっくりと煮込んだおかず味噌です。



HP



盛り付けはイメージです。

みまからちりめんみそ 90g **664円**

有限会社 美馬交流館 逢坂 祐美子
TEL.0883-63-2005

祖谷のかずら橋に使用されるシラクチカズラの実「さるなし」を使用したジャム。甘酸っぱい爽やかな味わいのジャムです。



HP



盛り付けはイメージです。

さるなしジャム 50g 120g **432円 810円**

藤の里加工組合(藤の里工房) 岡田 正子・佐野 智江
TEL.0883-84-2737



Facebook



Instagram

完熟新鮮な果実とてんさい糖だけで作った甘さ控えめなジャムです。



Facebook



Instagram



盛り付けはイメージです。

ブルーベリージャム 150g **810円**

藤尾農園 藤尾 良信
TEL.0883-52-2932



つるぎ町の山間部で作られたこんにやく芋を使い、自家生産の蕎麦殻の灰汁を使って昔ながらの作り方で作られたこんにやくです。

盛り付けはイメージです。

こんにやく 2個入り **378円**

磯貝農園 磯貝 一幸
TEL.0883-62-4075

地元の生フキを使用したフキの佃煮。醤油・みりん・砂糖・唐辛子等でピリ辛に味付け。お酒のおつまみやご飯のお供にピッタリです。



HP



Facebook



Instagram

きょうらぶき 60g 120g **378円 648円**

藤の里加工組合(藤の里工房) 岡田 正子・佐野 智江
TEL.0883-84-2737

柚子皮と果汁をたっぷり使用しました。柚子の爽やかな香りをお楽しみください。



冷凍便



盛り付けはイメージです。

**ゆずジャム
(ママレード)** 200g 400g **486円 972円**

しらたき工房 武岡 より子
TEL.090-2344-5531

柚子皮をたっぷり使用しました。そのまま白いご飯に、ふろふき大根や田楽などのお料理にもご利用ください。



冷凍便



盛り付けはイメージです。

ゆず味噌 100g 200g **389円 778円**

しらたき工房 武岡 より子
TEL.090-2344-5531



盛り付けはイメージです。

こんにやく 2個入り **300円**

赤松加工組合 組合長 上家 洋子
TEL.090-5148-8448



冷凍便



盛り付けはイメージです。

標高500mの空気も水も綺麗な土地で、生芋から作っています。

こんにやく 200g **300円**

大西こんにやく店 代表 大西 貞仁
TEL.090-9772-3292



盛り付けはイメージです。

こんにやく 1ヶ **173円**

藤の里加工組合(藤の里工房) 岡田 正子・佐野 智江
TEL.0883-84-2737



冷凍便



HP



Facebook



Instagram

地元のこんにやく芋を使用。木灰から取ったアクで固めた昔ながらのこんにやくです。アク抜きせず刺身こんにやくとしても召し上がれます。



「激辛薬味みまから」を練り込んだフランクフルトです。こだわりの農場でストレスなく大切に育てられた阿波美豚は、ジューシーであっさりしているのが特徴で、みまからの爽やかな辛味がさらに旨さを引き立たせています。

みまからフランク 180g(2本入り) **940円**

有限会社 美馬交流館 逢坂 祐美子 TEL.0883-63-2005

徳島県美馬地方に昔から伝わる「みまから唐辛子」を丁寧に輪切りしてゴマ油で炒りあげ、醤油や鰹節などで風味を増した激辛薬味です。



激辛薬味みまから 75g **848円**

有限会社 美馬交流館 逢坂 祐美子 TEL.0883-63-2005

徳島県東みよし町にある民宿うり坊は「うまいよ!ジビエ料理店」の認定を受けております。猟師の営む宿です。「にし阿波の傾斜地農耕システム」は世界農業遺産に認定されており傾斜地農耕で収穫された食材とジビエ肉を組み合わせ、おいしいソーセージになりました。しっかりと歯ごたえと濃厚な味がジューシーとお口に広がります。冷凍でのお届けとなります。ポイルして軽く炒めてからお召し上がりください。



うり坊の阿波ジビエソーセージ・鹿 約40g 5本入り **2,000円**

木下正雄 TEL.0883-79-5226・090-4338-2985



うり坊の阿波ジビエソーセージ・猪 約40g 5本入り **2,000円**



うり坊の阿波ジビエソーセージ・猪鹿ミックス 約150g **2,000円**



うり坊の阿波ジビエソーセージ・3点セット **5,000円**



有機JAS認証
柚子使用100%。

柚奈果汁 (ゆず酢)
275ml **1,080円**
500ml **1,728円**
900ml **2,484円**

松家農園(株)surfrider 松家 安信
TEL.090-8692-4636



東みよし町の山間部、自然豊かな傾斜地で育ったすだちをそのまま絞りました。100%すだち果汁です。まじりけなしのおいしさです。

あんちゃんちの100%すだち酢 200g **950円**

安藤 洋子
TEL.0883-82-5832

原材料の唐辛子・にんにくを傾斜地農法で栽培。にし阿波産の唐辛子・柚子・米麴を使っています。香高い完熟の黄柚子と自家製の米麴を使用していて、旨味や華やかな香りとともに、保存性も高くなっています。添加物不使用で素材そのものの味をお届けします。



柚子こしょう 80g **1,200円**

Kotorine(ことりね) 足立 由美子 TEL.090-3584-3981



有機JAS認証柚子果皮・木屋平の鹿肉(ジビエ)使用。

柚奈鹿麗 200g **702円**

松家農園(株)surfrider 松家 安信 TEL.090-8692-4636



VIVASCOは辛さと旨みが備った美味しい唐辛子と、有機純米酢で仕込みました。ニンニクの香りがさらに食欲をそそります。酸味がアクセントの青と、辛さが病みつきになる赤があります。

VIVASCO
50g **700円**
100g **1,200円**

Kotorine(ことりね) 足立 由美子
TEL.090-3584-3981



さわやかでフレッシュな香りがぎゅっと凝縮されたバジルオイルです。4つの材料のみのシンプルなブレンドタイプ。どんなお料理にもオススメです。

あんちゃんちのバジルのオイル漬け 150g **1,500円**

安藤 洋子
TEL.0883-82-5832



VIVASSAは地中海地域の調味料「ハリッサ」をモチーフにしたもので、辛さの次にニンニクの旨味やスパイスの風味がやってきます。

VIVASSA
40g **700円**
70g **1,200円**

Kotorine(ことりね) 足立 由美子
TEL.090-3584-3981



にし阿波産の青とうがらし、徳島産の柑橘果汁(すだち・ゆず・ゆこう)を使用した爽やかな風味の辛味調味料です。

シトラスコ 65g **600円**

ナカガワ・アド(株)
TEL.0883-52-1643



ワイン

にし阿波の風土が育む
深い味わいの芳醇なワイン



三好市産自社園場の黒葡萄を使用した赤ワインです。

Complex High 750ml **4,180円**

(有)WORLD COLLECTION Natan葡萄酒醸造所 代表取締役 井下 泰憲 TEL.0883-87-8688



三好市産自社園場の白葡萄を使用したオレンジワインです。

カタルシス(オレンジワイン) 750ml **4,180円**

菓子類

にし阿波の素材が奏でる、自然の甘さと伝統の味わいが広がる菓子類



一字特有の自然環境の中で春の日差しに誘われて芽吹く新鮮な「よもぎ」や、高冷地である地元で栽培した小豆を使い、昔ながらの手法により手作りでひとつひとつ丹念に作り上げています。

真之丞だんご

あん入り 5個 **700円**
あん無し 7個 **700円**

赤松加工組合 組合長 上家 洋子 TEL.090-5148-8448

草もち 1個 **180円**

有限会社 ふじや 代表取締役 藤 光
TEL.0883-64-2371 (10個よりご注文承ります。)

田舎だんご 1個 **180円**

有限会社 ふじや 代表取締役 藤 光
TEL.0883-64-2371 (10個よりご注文承ります。)

ヤツマタとバターのおやつ 66g **540円**

祖谷雑穀生産組合 杉平 美和 TEL.0883-88-2322(予約注文での販売のみ)

ヤツマタのポール 120g **600円**

祖谷雑穀生産組合 杉平 美和 TEL.0883-88-2322(予約注文での販売のみ)

ヤツマタのスティック 100g **600円**

祖谷雑穀生産組合 杉平 美和 TEL.0883-88-2322(予約注文での販売のみ)

きなこ飴 200g **500円**

磯貝農園 磯貝 一幸
TEL.0883-62-4075

藍だんご 3個入(240g) **324円**

しばた屋(柴田米穀) 柴田 幸代
TEL.0883-62-2556

さるなし羊羹 6ヶ入 **2,160円**

藤の里加工組合(藤の里工房) 岡田 正子・佐野 智江
TEL.0883-84-2737

ゆずジュレ 130g **370円**

中村農園 中村 博
TEL.0883-86-2309

藍チーズ ラングドシヤ

3枚入 **432円**
9枚入 **1,080円**
18枚入 **1,998円**

㈱ボンアーム TEL.088-656-3220

お山の雑穀クランチチョコ 60g **600円**

株式会社 C Landmark 代表取締役 藤田 梢 TEL.090-2646-2804

柚奈ばあむ

(ハーフ)1個 **303円**
(ミニ)1個 **573円**

松家農園(㈱surfrider) 松家 安信 TEL.090-8692-4636

にし阿波名物「阿波おこし」 30g **400円**

日本料理 味匠 藤本 藤本 晋也
TEL.0883-79-3212

AI&CUU Lab 藍のクッキー 7枚入り **1,080円**

株式会社 さわ(橘)
TEL.088-636-0088

やつまたパウンド 箱入 280g **2,500円**

株式会社 C Landmark 代表取締役 藤田 梢 TEL.090-2646-2804

柚奈かりんとう 50g **540円**

松家農園(㈱surfrider) 松家 安信 TEL.090-8692-4636

あわのわっか(はったい粉味) 6枚入り **420円**

合同会社 手づくり菓子工房みかもん
代表社員 武岡 洋子 TEL.0883-82-3580

AI&CUU Lab 藍のクッキー 7枚入り **1,080円**

株式会社 さわ(橘)
TEL.088-636-0088

やつまたパウンド 箱入 280g **2,500円**

株式会社 C Landmark 代表取締役 藤田 梢 TEL.090-2646-2804

柚奈平糖(柚子こんぺい糖) 30g×2 **1,296円**

ポケットマルシェ

「にし阿波世界農業遺産」おすすめ情報

世界農業遺産ブランド認証者の「宿」

- 01 そらの宿 磯貝**
多種の雑穀を育てています。コンニャク作り、田舎団子作り、日帰り農業体験なども楽しめます。昔ながらの山の暮らしを体感してください。
所 徳島県美馬郡つるぎ町 貞光字三木柵109
☎ 090-9555-7806 0883-62-4075
- 02 しらたきの宿**
築300年古民家で自然に癒されお過ごしください。野菜の収穫や、自家製ピザ窯でピザ作りなど、色々な体験が楽しめます。
所 徳島県美馬郡つるぎ町 半田下喜来72
☎ 090-2344-5531
- 03 家賀乃里 古城 (家賀再生プロジェクト)**
世界農業遺産の家賀集落で日本の原風景や田舎暮らし体験ができる宿。
所 徳島県美馬郡つるぎ町 貞光字家賀道上474
☎ 090-5144-4896
- 04 民宿うり坊**
猟師の営む宿です。ジビエや傾斜地野菜を盛り込んだ料理は味わい深し。田舎そばやコンニャク作り、狩猟農の見回りも体験できます。
所 徳島県三好郡東みよし町 東山字内野29
☎ 090-4338-2985
- 05 民宿 安藤(あんちゃんち)**
中山間部でトマトを栽培しています。野菜は自家製、産みたての生卵も食べられます。外で炊くかま焼きご飯、竹細工も体験できます。
所 徳島県三好郡東みよし町 西庄字桑内86
☎ 0883-82-5832
- 06 いちごはうす**
一年中イチゴの収穫と手入れの体験ができます。採ったイチゴでスムージーやジャム作りも楽しめます。手打ちうどんの味には自信あり!
所 徳島県三好郡東みよし町 西庄字中名144
☎ 090-8282-3718
- 07 グマングリス(田口農園)**
採れたて新鮮野菜をご堪能ください。ゆっくり流れる時間と集落の景観が都会の生活で疲れた心よりどころになることを願っております。
所 徳島県三好郡東みよし町 西庄字泉野396
☎ 080-2995-5098 0883-82-5782
- 08 古民家やど紺屋一こうやー**
築100年程の古民家を改装し、昔ながらの雰囲気味わうことができます。薪割り、火おこし、季節の野菜の収穫などが体験できます。
所 徳島県三好市東祖谷久保311
☎ 080-6378-8984
- 09 農家民宿 中島**
見晴らしのいい山の宿です。昔ながらの風景や暮らしの中で、季節ごとの農業体験をする事で、自然の恩恵を感じることができます。
所 徳島県美馬市 脇町字横倉89
☎ 090-7628-6392

世界農業遺産ブランド認証品が楽しめる「飲食店」

- 10 農家レストラン風和里**
標高250~550m付近の絶景集落にある天空の郷のレストラン。料理では、傾斜地で栽培された新鮮野菜がたっぷり使われています。
所 徳島県美馬市穴吹町口山刈名307
☎ 0883-56-0725
休 月・火曜日 営 11:30~14:30
- 11 美来食堂(道の駅みまの里内)**
道-1グランプリ2024の準グランプリ受賞した「にし阿波系ラーメン極」には、人気のみまからをトッピング。郷土料理のそば米雑炊も楽しめるほか、世界農業遺産ランチ(要予約)もあります。
所 徳島県美馬市美馬町願勝寺72
☎ 0883-63-6302
休 水曜日 営 10:30~16:00
- 12 みかも喫茶**
世界農業遺産に認証された地元農家さんの新鮮野菜を使用しています。月に1回「みかもマルシェ」も開催しています。
所 徳島県三好郡東みよし町加茂3214-1
☎ 0883-87-8811
休 火曜日 営 11:00~17:00
- 13 貞光ゆうゆう館レストラン (道の駅貞光ゆうゆう館内)**
徳島の地鶏「阿波尾鶏」や名物「半田そうめん」をはじめ、地産地消にこだわり地元の食材を使った新鮮でおいしい料理を提供しています。
所 徳島県美馬郡つるぎ町貞光字大須賀11-1
☎ 0883-62-5000 休 第3水曜日
営 8:30~18:00※ラストオーダー17:30
- 14 MINDE KITCHEN (三好市交流拠点施設「真鍋屋」MINDE内)**
地域の特産物や世界農業遺産に認証された農家さんの野菜を使った週替わりのランチ、季節ごとに変わるスイーツや地元のお茶などが楽しめます。
所 徳島県三好市池田町マチ2226-3-1
☎ 090-7629-3000 休 火曜日
営 ランチ11:00~14:00/カフェ14:00~18:00

世界農業遺産ブランド認証品のご注文方法

- 商品欄に記載のQRコードより、ホームページ、SNS、インターネットショッピングサイト等をお選びいただき、そちらのページからご注文をお願いします。QRコードの記載がない場合は、生産者へのお電話、又はメールにより、直接ご連絡をお願いします。
- 別途送料が必要な商品があります。詳しくは、生産者へお問い合わせください。
- 商品価格及び注文方法については、生産者のご都合や社会情勢により変更されることがありますので予めご了承ください。

にし阿波の世界農業遺産へようこそ にし阿波の農産物~五感で存分にお楽しみください。

にし阿波の豊かな農産物、地元の名産料理、心温まるおもてなしがそろそろおすすめスポットをご紹介します。宿で癒され、道の駅や産直市で新鮮な食材を見つけ、美味しい食事で地域の魅力を味わう旅へ出かけませんか?
自然の恵みと人々の知恵が織りなす「にし阿波世界農業遺産」を、五感で存分にお楽しみください。



にし阿波の「道の駅・産直市」など

※季節によって世界農業遺産ブランド認証の取り扱い商品が異なります。

- 15 道の駅みまの里**
地元新鮮野菜や、特産品などが豊富に揃う産地直売所です。美馬市農林産物特選ブランド商品も多数販売しています。
所 徳島県美馬市美馬町願勝寺72
☎ 0883-63-3837
休 第2水曜日、1月1日、2日
営 産地直売所8:30~18:00
- 16 道の駅貞光ゆうゆう館**
地元朝採り野菜を出荷頂いているので、朝一番のお野菜はどれも新鮮そのもの。四国4県のお土産品も多数取り揃えています。
所 徳島県美馬郡つるぎ町貞光字大須賀11-1
☎ 0883-62-5000 休 第3水曜日
営 物産館3月下旬~11月下旬8:30~18:00
11月下旬~3月下旬8:30~17:30
- 17 地域交流拠点 箸蔵とことん**
1Fはパン工房や食堂、産直市、調理体験のほか、2Fは「こども広場」となっています。マルシェも開催しています。
所 徳島県三好市池田町津乳ノ木1382-1
☎ 0883-87-8155 休 火曜日
営 10:00~17:00
- 18 道の駅 三野**
食堂&カフェを中心に地産地消にこだわり「三野産の美味しいごはん」を主役にした定食や丼が楽しめます。
所 徳島県三好市三野町太刀野1909-1
☎ 0883-76-2050 休 火曜日 (産直は無休)
営 9:00~17:00
- 19 道の駅 大歩危**
観光情報館と妖怪屋敷と石の博物館の複合施設。観光情報コーナー、カフェ、お土産物売場などもお楽しみください。
所 徳島県三好市山城町上名1553-1
☎ 0883-84-1489
休 -3月~11月は無休
-12~2月は毎週火曜(祝日の場合は翌日)
営 9:00~17:00 トイレは24時間
- 20 道の駅 にしいや**
地元の産直やお土産の販売のほか、祖谷そばやそば米雑炊などの軽食も、お召し上がりいただけます。
所 徳島県三好市西谷山村尾井ノ内348-2
☎ 0883-87-2670
休 12月~2月は不定休
営 3月~11月 9時00分~17時00分
12月~2月 10時00分~16時30分
- 21 お土産・Cafe くる**
世界農業遺産にも認定されているお茶、雑穀を使ったお菓子など三好の特産品やお土産商品を多数取り揃えています。
所 徳島県三好市池田町サラダ1612-29
☎ 0883-72-0571 休 水曜日
営 10:00~17:00
- 22 産直みかも**
新鮮野菜・きのこ・果物や手づくり菓子工房「みかもん」のケーキ・パン等の他、工芸品・手芸品も販売しています。
所 徳島県三好郡東みよし町中庄1447
☎ 0883-82-3580 休 毎週火曜日、1月1日~4日
営 9:00~17:00
- 23 吉野川ハイウェイオアシス**
地元「にし阿波」はもちろん、徳島、香川、愛媛、高知、オール四国のおみやげ品、旬の食品や物産を取り揃えています。
所 徳島県三好郡東みよし町足代1650
☎ 0883-79-5858
営 平日 9:30~18:00
土日祝 9:30~18:30
- 24 レストハウスウエノしのめ産直市**
レストハウスウエノ精肉売場に併設しており、農産物・加工品・手作りパン等の販売をしています。
所 徳島県三好市池田町ウエノ3050-1
☎ 0883-72-3479 休 年始
営 9:00~18:00
- 25 JA徳島県みよしふれあい産直市**
直売コーナーでは地域で採れた安全・安心な農産物と加工品を販売しております。
所 徳島県三好郡東みよし町加茂1932-1
☎ 0883-82-1300
休 第2・第4 火曜日・年始
営 8:30~17:00
- 26 JA徳島県脇町ふれあいセンター**
直売コーナーでは地域で採れた安全・安心な農産物と加工品を販売しております。
所 徳島県美馬市脇町字拝原460
☎ 0883-52-1833
休 第2水曜日・年末年始12/31~1/3
営 9:00~17:00



HPをチェック

傾斜地農耕システム、人々、ブランド認証品や、活動情報、映像、資料まで幅広く紹介しています。



動画でチェック

傾斜地農耕システムの概要やツアー動画、レシピなどを公開しています。



Instagramでチェック

傾斜地集落の暮らしや日常の風景をInstagramで発信しています。ぜひフォローください。

発行：徳島剣山世界農業遺産推進協議会

《事務局》 三好市役所 農林政策課 〒778-8501
徳島県三好市池田町サラダ1610番地1
TEL:0883-72-7617

《美馬市》 美馬市役所 農林課 〒777-8577
徳島県美馬市穴吹町穴吹字九反地5番地
TEL:0883-52-5609

《つるぎ町》 つるぎ町役場 産業経済課 〒779-4195
徳島県美馬郡つるぎ町貞光字東浦1番地3
TEL:0883-62-3111(代)

《東みよし町》 東みよし町役場 産業課 〒771-2595
徳島県三好郡東みよし町昼間3673番地1
TEL:0883-79-5345

※商品価格等については、社会情勢や生産者の都合により変更されることがありますのでご了承ください。パンフレットの掲載情報は2025年3月現在のものです。