

スイカ

Watermelon

日本の夏の風物詩スイカ。みずみずしく、暑さで疲れた体をいやすのに最適です。英語で「ウォーターメロン」と呼ばれるその名の通り約90%が水分なので、昔から砂漠地帯では水代わりとして重宝されてきました。

豊橋では昭和初期から『三河スイカ』産地の一つとして、渥美郡高師村（現在の豊橋市・天伯地区）で栽培が盛んに。昭和30年代～40年代にかけて安定した栽培が可能となりました。

現在では『天伯スイカ』として、スーパーや青果店などの店頭をにぎわせています。

アリーの

イチオシ野菜

Bリーグで使うバスケット

ボールは直径24.5cm、
重さは600gくらいだけど、
スイカは
もっともっと
大きくなるよ！



スイカ

1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月 1月



まめ ち しき
ダンカーの豆知識！

栄養豊富な種。種だけを食べる地域も

日本では食べないスイカの種。しかし世界的には、種を食べるのが普通という国や地域が多いのだそうです。中には種だけを食べる食文化を持つところも。スイカの種には、リノール酸、タンパク質、ビタミンB、Eが豊富に含まれています。中国ではお菓子として食べられているとか。

見分け方

大きめで色ツヤがよく、シマがくっきりとしているものを選びましょう。カットしたものは、切り口がなめらかで、果肉と皮の境がはっきりしているものを。スイカの肩の部分を軽くはじいてみた時、乾いた音がして手に振動が伝わるものが食べ頃です。ただし、音で判断するのはかなりの経験が必要かも。

いちご

Strawberry

日本で生産されているいちごは、約300種類も
あります。よく知られている「あまおう®」や「とち
おとめ」といった人気ブランドだけでなく、大粒の
「スカイベリー®」や白色イチゴ「天使の実」など、
新品種ブランドも次々と誕生し、市場競争も激化
する中、愛知県農業総合試験場とJAあいち経済
連が、5年にわたり共同開発した新品種ブランド
「愛きらり®」ができました。

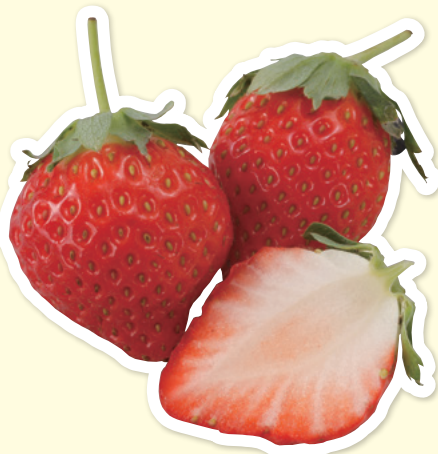
愛きらりは、11月から6月と長期間の栽培が可
能で、どの時期に食べても糖度13~14度の甘さ
が楽しめます。

いちご

1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月 1月

主なブランド(代表的なもの)

愛きらり®、章姫、紅ほっぺ



ダンカーの豆知識!

いちごは野菜なの? 果物なの?

園芸学では、木の実(木本性)は果物(果樹)、草
の実(草本性)は野菜と分類します。草本性である
いちごは野菜。また、農林水産省の作物の統計調
査でも野菜に含まれています。
ただし、実際は果物と同じように食べられている
ことから「果実的野菜」とも呼ばれています。

いちご表面のツブツブが果実

いちごの表面にあるツブツブは種ではなく、ひとつ
ひとつが果実です。それぞれのツブツブの中に種
が入っています。一粒のいちごは、200個から300
個の果実が集まった「集合果」。
私たちが果実だと思って食べている甘い部分は、
実際は茎の先端の花床(かしょう)が膨らんだ偽果
(ぎか)です。

カゲっち、オカちゃんの イチオシ野菜

愛きらり®は愛知県初のブラ
ンドいちご! 名前の通り果肉は
赤く光沢感があり、しっかりと
した甘さが
特徴なんだ。
見かけたら是非
食べてみてね!



かき
柿



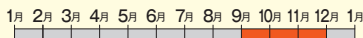
Persimmon

かき ぼく ぶ いしまき ち いき ちゅうしん さいばい
柿は北部の石巻地域を中心に204haの栽培が
あります。そのほとんどが完全甘柿である「次郎
柿」で栽培面積、生産量ともに日本で全国で生
産される次郎柿の約70%が豊橋市で生産されて
います。主に関東、関西方面に送られています。

じろうがき さいばい たいしょうがなん げんざい いしまき お の だ
次郎柿の栽培は、大正元年、現在の石巻小野田
町で植え付けられたのが始まりで、その後飛躍的
に増えて、大産地になりました。

じろうがき し かく ひら かたち かにく
次郎柿は四角く平べったい形をしており、果肉
がしっかりしてシャキシャキと歯ごたえがあるの
が特徴です。

かき
柿



ダンカーの豆知識！

おいしい柿の見分け方

柿は、果皮全体の色が統一されて
いて、ツヤとハリがあり、へたと
果肉にすき間のないもののおい
しいと言われているよ。すき間
のあるものを「ヘタ隙き」といっ
て、ここから水や虫が入り、果肉
を劣化させてしまうことがある
からなんだ。次郎柿は、赤みより
橙色が強く、果頂部が十字にわれ
やすい特徴があるけど、果頂部
の劣化は味に影響ないんだ。

柿は万能薬！?

柿は、ビタミンCやカリウムが多く
含まれており、「柿が赤くなれば医者
が青くなる」ということわざがある
くらい非常に栄養価が高い果物な
んだ。なんとビタミンCは、レモンや
イチゴと同じくらい含まれているん
だよ。また、「二日酔いには柿」と
いわれるように、柿に含まれるシブ
オールやカリウムの成分は、アル
コールを分解・排出する効果があり、
二日酔い対策にもバッチリなんだ。

太田敦也選手のイチオシ野菜

じろうがき とよはし
次郎柿は豊橋を
代表する果物。
ひがしめかわしゅうしん
東三河出身の
僕も大好き！



こ かくけい ごうかく じ りょうがき じゅうせん
五角形の合格次郎柿は受験の
お守りにされているよ！



次郎柿110周年！

2024年は豊橋市で初めて
次郎柿が収穫されて110周
年だったんだ！
豊橋市には110年前から今
まで収穫が続けられている
古木が30本あるんだって。
日本一の産地になるまで、
とっても長い歴史があるん
だね。

ぶどう

Grape

ぶどうは主に北部、東部地域で作られ、栽培面積は16.4haで、そのほとんどが「巨峰」です。

豊橋市の「巨峰」には、露地栽培とハウス栽培があり、露地栽培では7月下旬から8月に収穫され、ハウス栽培では、それより約1カ月早く収穫できます。「種なし巨峰」を作る技術は豊橋市の農家さんによって考えられたものです。その他にも、皮ごと食べられる「シャインマスカット」や「クインシーナ」、「デラウェア」なども栽培されています。

ぶどう

1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月 1月

おも ひとしめ
主な品種

巨峰、シャインマスカット、クインシーナ、デラウェア など

大浦颯太選手のイチオシ野菜

豊橋の農家さんの
あくなき探求心が、
“種なし巨峰”を
生んだんだ。
バスケットも常に上を目指すが大事だよ！

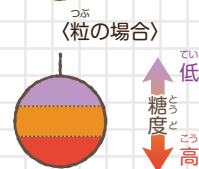
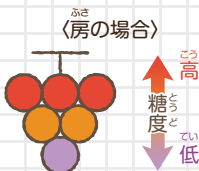
背番号 5



種がないから子どもから
高齢の方まで楽しめるよ！



ぶどうはどこがおいしいの？



いちど試し
一度確かめてみてね！



ダンカーの豆知識！



種なし巨峰発祥の地
全国に先駆けて1975（昭和50）年頃から「種なし巨峰」の技術開発に着手し、見事に生産に成功したんだ。



おいしいぶどう

巨峰は赤みのあるものより、黒っぽいものの方がおいしく、着色期に昼夜の寒暖差があるとおいしいぶどうができるよ。

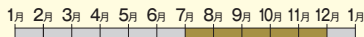
なし梨

Pear

とよはし なし かお たか みずみず こうすい ちゅうしん
豊橋の梨は香り高く、瑞々しい「幸水」が中心
ですが、夏から秋まで様々な品種を味わうことが
できます。約90%が水分と言われるくらいたっぷ
り含まれる果汁は、エネルギー源となる果糖を含
み、また身体を冷やす効果もあるため、夏の食欲
のない時期にもぴったりの果物です。

おいしいなしのポイントは、「ずっしりと重いもの」・「形の良いもの」・「皮に光沢のあるもの」です。
で、スーパーなどで買う時はチェックしてみてください。
冷やすと乾燥を防ぐことができるので、冷蔵庫で冷
やしてそのまま食べるのがオススメです。

なし梨



おも ひんしゅ たいひょう的なもの
主な品種 (代表的なもの)

こうすい ほうすい にいたか あきつど
幸水、豊水、新高 秋月など



だんかーの豆知識!



なし たいてき 梨の大敵!

なし み て にぎ ち
梨は実を手で握ってぐっと持ち
上げるだけで簡単に収穫できる
んだ。そんな梨の大敵は「台
風」。大切に育てた梨も風で落
つのは商品にならないんだよ。
通常収穫は梨が冷えている早
朝に行うよ。



なし れき し 梨の歴史

とよはし なし れき し めいじ じ だい
豊橋の梨の歴史は、明治時代に
今の牛川町や新栄町で、大正時
代に小島町で栽培されたことが
始まりと言われているよ。その
後昭和に様々な品種改良が行わ
れるとともに、集団産地が形成
されたんだ。



なし かわ たいかい 梨の皮むき大会!

とよはし なし こじまなし
豊橋市のブランド梨「小島梨」が
生産されている地域の小沢小学
校では、毎年梨の皮むき大会が
行われているんだ。小学校1年
生から6年生までの全生徒が参
加して、自分で皮をむいた梨を
おいしく食べるんだって!

よし い ひろ たか せん しゅ
吉井裕鷹選手の
イチオシ野菜
バスケットボールくらい大き
い梨を作っている
人もいるんだ!
その大きさ
にびっくり!

背番号 ● 10



おお ば 大葉



Green perilla

おお ば さいばい しょうわ ねんだい とよはしおんしつえんげいのう
大葉の栽培は、昭和30年代に豊橋温室園芸農
ぎょうきょうどうくみあい さいばいけんきゅう はし しょうわ ねんだい
業協同組合で栽培研究が始まり、昭和40年代に
おお ば さいばいしやう ふ ぜんこく お しゅうか
大幅に栽培者数が増え、全国に向けて出荷するよ
うになりました。その後、東三河地域に拡大し、現
ざい とよはし にほんいち さんち
在では豊橋市は日本一の産地となっています。

は と しゅうか
葉をつみ取り、パックにつめて出荷するまでに
おお ひとで ひつよう のう か ほか
は多くの人手が必要で、農家さんの他にパートや
ないしよく ひと はたら
内職としてたくさんの方が働いています。

あんぜん あんしん もと しょうひしゃ ようぼう こた
また、安全・安心を求める消費者の要望に応え
るために、農薬を減らす努力をしています。



ダンカーの豆知識！

がつ にち とよはし ひ 4月12日は豊橋「つまもの」の日！

がつ にち
4月12日【よ (4) い (1) つ (2) まもの
のひ】の語呂合わせだよ。飾りや彩と
して料理を引き立てるだけでなく、
さつきんこう か くさ げ にほん しょくぶん
殺菌効果や臭み消しなど日本の食文
化になくってはならないものなんだ！



さ さ りゅうせい 佐々木隆成選手の イチオシ野菜

さし み そ
刺身などに添える

“つまもの”
は食べ物会
の名アシスト
だね！



背番号 ● 24



なほ
豊橋では
吉田校区
から栽培が
はじまりました！



おお ば 大葉

1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月 1月

おすすめ レシピ

おお ば 大葉チヂミ



つく かた 作り方

- ①野菜を適度な大きさにカットします。
- ②小麦粉に卵と水を入れよくかき混ぜます。
- ③よくかき混ぜた粉にカットした野菜を入れよくかき混ぜます。
- ④粉をフライパンなどに入れ形を整え片面3分ずつよく焼きます。
- ⑤焦げ目がついたらゴマ油を軽くなじませ完成。

ざいりょう にんぷん 材料 / 4人分

- | | |
|---------------------|-----------------|
| ● 大葉 20枚 | ● 豚肉 60g |
| ● にんじん 半分 | ● 水 200cc |
| ● たまねぎ 1/4カット | ● サラダ油 少々 |
| ● 卵 1個 | ● ゴマ油 少々 |
| ● 小麦粉 120g | |

(豊橋温室園芸農業協同組合・大葉部会ホームページより)

エディブルフラワー

生産量
日本一

Edible flower

エディブルフラワーとは、文字どおり「食べられる (Edible) 花 (Flower)」、つまり食用の花のことです。料理を華やかに飾るだけでなく、野菜と同じように使われることもあります。

食べられる全ての花の中からエディブルフラワーとして適しているものを量産し、市場に出荷したのが豊橋のエディブルフラワーのはじまりです。現在豊橋市はエディブルフラワーの生産量日本一です。それぞれの花に旬があり、季節ごとの花を楽しむことができます。レストランや料亭で使われることが多いですが、最近はスーパーでも目にするようになりました。

主な品種 (代表的なもの)

金魚草、ビオラ、トレニア、バラ など

ダンカーの豆知識!



使い方はアイデア次第

かわいらしく、華やかな見た目は、ゼリーやパバロア菓子作りにぴったり。どんな料理にも合うようにエディブルフラワーは無味無臭だよ。



わく「がわ」はや「と」せんじゅ
湧川颯斗選手のイチオシ野菜

美しい花を咲かすには
日々の手入れが大事!

バスケットも日々の練習が大事!

背番号 ● 14

一年中出荷があるけど、季節によって出荷される花は様々だよ!



エディブルフラワー

1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月 1月



実は栄養豊富?!

料理を華やかに飾ってくれるエディブルフラワーだけど、実は栄養面でも優秀。ビタミンやミネラルを豊富に含むヘルシーな食材としても注目されているんだよ。

よう 洋ラン



Western Orchid

よう うつく かたち ふ し
洋ランといえば、美しい形をしたものから不思議な形をしたものまで様々な形のものがあります。品種改良を行うことにより、とてもたくさんの品種が作られています。そんなようランですが、愛知県は生産量日本一であり、胡蝶蘭、シンビジウム、カトレアなどが生産されています。豊橋では、こちょうらん、さんしゅつがく、にほんいち、はな、そだ、てき、かんきよう
「洋ラン」はもともと暖かい国のお花なので、日本で育てるためには適した環境を整えた施設で、ていねいに育てられています。

つーや かすまー せんじゅ 津屋一球選手のやさい イチオシ野菜

よう
洋ランってとってもきれいだ
な！僕も洋ランの
ように華麗な
シュートで会場を
盛り上げるぞ！



背番号 ● 28

よう 洋ラン

1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月 1月

おも ひんしゅ たいせいのもの
主な品種 (代表的なもの)

こちょうらん
シンビジウム、胡蝶蘭、デンファレ、カトレア など

ダンカーの豆知識！



ふくこうかんきようせいぎょそうち
複合環境制御装置ってなに？
おんしつ なか かんきよう しよくぶつ あ
温室の中の環境を、植物に合わせるために光・温度・湿度・水やりなどを自動で調整する装置のことだよ。より良い品質を目指して1年中最適な環境を作り出せるように工夫しているんだ！



よう のう か 洋ラン農家のテクニック

よう はな
洋ランの花はとてもデリケートなので、出荷のときは和紙を巻いて「花揺れ」を防ぐんだ。手早く、そしてきれいに巻くのはプロでも難しいそうだよ。



デルフィニウム

Delphinium

デルフィニウムという名前は、ギリシャ語のイルカを意味する「Delphis」に由来しています。これはつぼみの形がイルカの姿に似ているからとされています。色や形も様々なものがあり、豊橋市内でもたくさんの品種が栽培されています。青や紫のものが多く見られますが、実は白やピンクの品種もあります。添え花として使われることが一般的ですが、デルフィニウムだけでも華やかで十分存在感があるので、お家に飾ってみてはいかがでしょうか。

デルフィニウム

1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月 1月

おもひんしゅおひょうてき
主な品種 (代表的なもの)

グランプルー、ブラチナブルー など

ダンカーの豆知識!



サムシングブルー

あざやあおいろはなうつくつた
鮮やかな青色の花が美しいデルフィニウムは、ヨーロッパに伝わる、花嫁が身につけると幸せになれるおまじない「サムシングブルー」のブーケに良く使われる花だよ。



さまざまいろ
様々な色の
デルフィニウム

はなたけ 花の丈って?

はなしゅつかいつぱんてきじゅう
花の出荷では、一般的に丈が重
要になるんだ。デルフィニウムで
あれば、50cm~80cmの間で10
cm刻みで市場価格が変わってく
るよ。基本的に丈の長いものの方
が高く売れるんだ。その中でも消
費者が楽しめるように、花がきれ
いに咲いていて、つぼみが多いも
のを選んで出荷しているんだよ。

ダンカーのイチオシ野菜

デルフィニウムは「幸福をふりまく」という花言葉が

あるんだ!

ほく僕もみんなに

げんき元気を

ふ振りまくぞ!



とよはし 豊橋の畜産

ちくさん
Animal Husbandry



たまご うずら卵 Quail egg

うずらが飼われるようになったのは大正
10年頃からで、豊橋市で自然交配させた雛
が全国各地に広まりました。今でも、愛知県
東三河が全国シェア1位を占めており、その
うちのほとんどのうずらが市内で飼育されています。



卵は生食用として販売されるほか、加工され水煮やフライ等に利用されます。

ご当地ゆるキャラ
「うずらッキー」



うずらッキー

豊橋の農業 営業本部長
(セールスマネージャー)

プロフィール

ずっと4歳。男の子。
身長45cm。胸回り90cm。
いたすら好きで天真爛漫。
ひとなつこくて寒さが苦手。

ダンカーの豆知識!

便利な「うずら卵カッター」



割りにくいうずら卵の殻をきれいにカットすることが出来るよ。

豊橋あるある

豊橋では一家に一本うずら卵カッターがあると
か!?ないとか!?

うずら卵の模様のナゾ



同じうずらからは、同じ模様の卵しか生まれないって知ってる? また、うずら卵には白っぽいものと、模様のハッキリしたものとがあります。模様のハッキリしたものほど、ベタランのうずらが生んだ卵なんだよ。