

【海部地域の魅力を発信するコミュニケーション誌】

あまあま

2025
vol. 2



簡単レシピ特集!!



目次

- 03 管内マップ
- 04 管内の特産マップ
- 05-06 管内の特産を紹介（農産物）
- 07 管内の特産を紹介（花き）
- 08 産直施設の紹介
- 09-15 管内の特産を使用したレシピを紹介
- 16 お知らせ



当JA管内は愛知県の西部にある津島市、愛西市、あま市、弥富市、蟹江町、大治町、飛島村に位置します。今回の「あまあま」では、管内のマップや特産物、お手軽なレシピをご紹介します。

J A あいち海部 管内マップ

東部地区

- 17 神守支店
ローンセンター
- 18 東部営農センター
グリーンプラザ
東部ライスセンター
- 19 七宝支店

- 20 伊福支店
- 21 美和支店
- 22 甚目寺支店
- 23 大治支店
- 24 美和ライスセンター

北部地区

- 1 本店
北部営農センター
大繩カントリーエレベーター
愛菜耕房
- 2 津島支店
- 3 永和支店
- 4 佐屋支店
- 5 立田支店
- 6 八開支店
- 7 佐織支店
- 8 北部営農センター園芸課
・レンコンセンター
・花きセンター
・ミニトマトセンター
・イチゴセンター
- 9 西川端給油所

南部地区

- 10 総合支援センター
南部営農センター
菜々耕房
十四山支店
セルフスタンド十四山
- 11 蟹江支店
- 12 飛島支店
Aコープとびしま店
セルフスタンド飛島
- 13 鍋田支店
- 14 弥富支店
ローンセンター
- 15 市江支店
- 16 南部カントリーエレベーター
トマトセンター



JAあいち海部 管内の特産マップ



主な農畜産物

 稲	 大豆	 トマト	 コマツナ	 ニンジン	 キク	 鶏
 麦	 ネギ	 ミニトマト	 十六ささげ	 花菖蒲	 ユリ	
 ナス	 ミツバ	 ショウガ	 モロヘイヤ	 カラー	 金魚	
 フキ	 赤シソ	 レンコン	 トウモロコシ	 花ハス	 豚	
 大根	 イチゴ	 イチジク	 ホウレンソウ	 鉢花	 牛	

JAあいち海部 管内の特産を紹介

～農産物～

米



当JA管内では愛知県で1番早く収穫される「あきたこまち」や県品種「あいちのかおり」、定番の「コシヒカリ」を中心に栽培しています。

トマト



海部地域のトマト栽培は栽培技術の改良も進み、1年を通して出荷されます。

大根



主に愛西市八開地区で出荷されるダイコンは栽培面積、生産量ともに全国有数であり、県下1位の出荷量を誇ります。

レンコン



海部地域は、川沿いに湿地が多い地域でレンコン栽培に適しています。愛西市は、県下1位の出荷量を誇る産地です。

イチゴ



愛知県品種「ゆめのか」と「愛きらり」を栽培しています。ゆめのかの出荷量は県下1位です。

赤シ



大治町は県下有数の生産地です。旬の時期の6月は、毎年庄内川の河川敷一面が赤紫色に染まります。

JAあいち海部 管内の特産を紹介

～農産物～

モロヘイヤ



大治町を代表する野菜の1つです。耐乾性が強く高温多湿を好みます。

ニンジン



愛西市は、木曽川沖積層の深い砂壌土という恵まれた耕土を利用し、高品質なニンジン栽培を行っています。

十六ササゲ



主に愛西市を中心に栽培されている愛知の伝統野菜の1つです。高温や乾燥に強いため夏でもよく育ちます。

越津ネギ



津島市越津町生まれで、関東・東北の白ネギと、関西より西の葉ネギの中間的な性質です。根から葉先まで柔らかいのが特徴です。

ミツバ



海部地域は、ミツバをはじめとする水耕栽培の先進地であり、「水耕ミツバ」は当JAの農産物として高く評価されています。

イチジク



弥富市はイチジクの伝統的な産地です。産地維持・発展と農家所得向上を目指して共同出荷組織の立ち上げなどに取り組んでいます。

JAあいち海部 管内の特産を紹介

～花き～

花バス



愛西市では、花バスの出荷も盛んです。お盆用の花として 7 月上旬から 8 月中旬まで関西地域を中心に出荷されます。

電照菊



愛知県の菊は、全国 1 位の産出額です。日照時間を調整する電照栽培によって年間を通して安定出荷されており、輪菊やスプレー菊など、様々な品種が栽培されています。

愛知県は花の産出額が全国 1 位であり、当JAの管内も県内有数の花きの産地だニヤ！切り花や鉢花、観葉植物などが栽培されてるニヤ！！



カラー



カラーを栽培している愛西市は、日本の三大産地の1 つです。結婚式のブーケ等にも使用されます。

ポインセチア



伊勢湾台風以降、施設園芸への転換が進み鉢花の栽培が盛んになりました。現在は愛西市、弥富市、蟹江町、津島市を中心にポインセチアが栽培されています。

花菖蒲



主に愛西市早尾町で栽培され県下 1 位の産地です。端午の節句で飾る切り花として人気があり、ビニールハウスで栽培されています。

JAあいち海部 産直施設の紹介

愛菜耕房 (グリーンセンター津島店)



営業時間: 9:00～17:00

定休日: 月曜日

電話番号: 0567-23-3511

住所: 愛知県津島市大繩町9丁目71-1

菜々耕房 (グリーンセンター十四山店)



営業時間: 9:00～17:00

定休日: 水曜日

電話番号: 0567-56-6808

住所: 愛知県弥富市鍋平3-55

グリーンプラザ



営業時間: 9:00～15:00

定休日: 水曜日

電話番号: 0567-23-7380

住所: 愛知県津島市糸原町字郷東48-1

Aコープ とびしま店



営業時間: 10:00～19:00

定休日: 日曜日

電話番号: 0567-52-1239

住所: 愛知県飛島村大字松之郷1-51

ご紹介した特産は、当JAの産直施設にてご購入可能です！

※時期や店舗によっては取り扱いが無い場合がございますので、

詳細な在庫状況はお近くの店舗までお問い合わせください。

JAあいち海部の特産を使用したレシピを紹介

愛西レンコン
使用



レンコンの甘辛炒め

■ 材料

レンコン
片栗粉
油

一節(約 200g)
適量
適量

A

醤油
砂糖
酢
ゴマ

大さじ 1
大さじ 1
大さじ 1
お好みで

■ 作り方

1 レンコンは 1 cm幅に切り、
片栗粉をまぶす。
(大きい場合、半月切り)

2 多めの油を熱したフライパンで
こんがり焼く。

3 最後にAで味付け。

※焦げ防止のため、タレを入れる前に一度火を止めます。
※タレが焦げやすければ水を入れましょう。



レンコンのイチゴ煮

■ 材料

レンコン	適量
(作りたい分だけ)	
冷凍イチゴ	3~5個
みりん	大さじ 1~2
塩	少々

■ 作り方

- 1 レンコンをスライスする。
- 2 冷凍イチゴを少しレンジで加熱し、フォークでつぶす。
- 3 材料全部を鍋に入れ、レンコンが浸るくらいの水を足し、弱火~中火で煮つめる。
- 4 冷まして冷蔵庫で保存。

※冷凍イチゴは酸味があるので、みりんの量はお好みで調整してください。
※お弁当やおせちなどに使用して食卓を鮮やかに！

作業時間
10分



炊飯器で簡単！鶏ダイコンの煮物

■ 材料

鶏手羽元	6 本
ダイコン	1/3 本
ニンジン	1 本
A	水
	醤油
	みりん
	料理酒
	砂糖

■ 作り方

- 1 ダイコンは皮をむいて3cm幅で
いちょう切りにする。
- 2 ニンジンは皮をむいて乱切りにする。
- 3 炊飯器に鶏手羽元、②、③、Aを
入れて混ぜ、通常炊飯する。

※スイッチ押したら後は放っておくだけで完成！



おつまみ無限ハクサイ

■ 材料

A	ハクサイ	1/8
	塩	小さじ 1/2
B	みりん	大さじ 2
	ごま油	大さじ 2
	醤油	大さじ 1
	白だし	大さじ 1
	ニンニク	1 cm
B	かつお節	お好み
	いりごま	お好み

■ 作り方

- 1 ハクサイを3cmに切る。
- 2 ボウルに移し塩を振り、よく揉み込み少し時間を置く。
- 3 Aを鍋に入れよく混ぜ、一度沸騰させる。
- 4 ハクサイから出た水分をしぼり、③をかける。
- 5 Bをトッピングして完成。

※一度沸騰させる理由は、アルコール分を飛ばしてやさしい味わいに仕上げるためです。

簡単！トマトサラダ！

5分で
完成



韓国風トマトサラダ

■ 材料

トマト 2 個

A 醤油 小さじ 2
酢 小さじ 2
砂糖 小さじ 2
ごま油 小さじ 2
ニンニク お好み
いりごま 小さじ 1

■ 作り方

- 1 トマトはくし形に切り、冷蔵庫で冷やす。
- 2 Aを混ぜて、①を加えて和える。
- 3 お皿に盛り付けて完成。

※トマトは房ごとに切り分けると汁が出ません。

※ドレッシングは他の野菜にも合いますので、試してみてください♪



丸ごとニンジンサラダ

■ 材料

ニンジン 2本
ゆで卵 2個

A

マヨネーズ	大さじ 3
マスタード	大さじ 1/2
お酢	小さじ 1
砂糖	小さじ 1/2

ブラックペッパー 少々

■ 作り方

- 1 皮をむいたニンジンに濡らしたキッチンペーパーを巻き付けてラップし、レンジ600w8分で加熱する。
- 2 Aをボウルに入れて混ぜ合わせる。
- 3 ①とゆで卵を、②のボウルに入れてスプーンで好みの大きさに崩しながら和える。
- 4 お皿にのせて上からブラックペッパーをかけて完成。

※スプーンで無理なくほぐれる硬さがベスト！
硬ければ、様子を見ながら30秒ずつ加熱してください。

シャキシャキで栄養満点！

炒めて
混ぜるだけ



コマツナの混ぜご飯

■ 材料

コマツナ	1 袋
油揚げ	2 枚
ごま油	少々
いりごま	大さじ 2
A	醤油
	みりん
	だしの素
ご飯	2 合

■ 作り方

- 1 コマツナを 1 cm に切り、油揚げを短冊切りする。
- 2 フライパンでごま油を熱し、いりごまを 15 秒ほど炒める。
- 3 ①とAを加えて、ある程度水分が飛ぶまで炒める。
- 4 ご飯 2 合に③を加え、よく混ぜたら完成。

※いりごまは、香りを出すために炒めます。



あいちの味 当たる

第2弾

応募期間
2.13 金
まで

LINE Instagram 登録キャンペーン

豪華
賞品

抽選で合計150名様に愛知の農畜産物プレゼント!

※商品・品目は変更となる場合があります ※画像はイメージです

A賞
50セット



あいち牛 ロース
しゃぶしゃぶすきやき用500g

B賞
100セット



愛知県産 野菜BOX
ナス、キュウリ、ミニトマト、キャベツ、
水耕レタスを発送予定です

A賞かB賞のどちらか1つに応募できます 2026年3月頃発送予定

キャンペーンの応募方法

愛知県内JAのLINEやInstagramを
登録してキャンペーン応募!

応募対象のアカウントやキャンペーンの
詳細は、Webサイトをご確認ください。
<https://www.jaaichi-well-being-cp.com/tp/>

WEBサイト
はこちら



LINEやInstagramの
操作説明はこちらを
ご覧ください

JAグループ 愛知