



待ちに待った春がやってきます！町家には、旬の美味しいものが満載！

新鮮野菜



☆3月の野菜・ほうれん草・ブロッコリー・

ねぎ・キャベツ・生椎茸 etc



～ほうれん草とひじきのごま和え～

材料:ほうれん草 150g・人参 100g・
油揚げ 1枚・ひじき(乾燥) 6g・
☆すり胡麻 大4☆醤油 大1.5☆砂糖 大1
☆酢 大1/2☆塩 適量

1. ひじきは、水でもどしてからさっとゆでる。
2. ほうれん草を軽くゆで、流水でさまし、手で絞り3cm幅に切る。
3. にんじんは細切り後、レンジで1分30秒加熱。
4. 油揚げは熱湯で油抜き後、横半分に切って細切り。
5. すべての材料を☆の調味料で和え、塩で味を調える。

※少しおくと、お酢の酸味がなじみます！

「ほうれん草」を
使ったメニュー



伊予鉄道 郡中線 時刻表

松山市駅 ▶ 郡中港駅

松山市	8:10	8:35
土橋	8:11	8:36
土居田	8:14	8:39
余戸	8:17	8:42
鎌田	8:19	8:44
岡田	8:21	8:46
古泉	8:23	8:48
松前	8:26	8:51
地蔵町	8:28	8:53
新川	8:30	8:55
郡中	8:32	8:57
郡中港	8:34	8:59

JR予讃線(下り) 時刻表

松山駅 ▶ 伊予市駅

松山	8:15	9:45	10:20
市坪	8:19	9:50	10:25
北伊予	8:26	10:01	10:28
伊予横田	8:29	10:05	10:32
鳥の木	8:31	10:07	10:35
伊予市	8:34	10:10	10:37

町家は、どなたも安心してお買い物を楽しんだり、くつろぐことのできる施設です。
ご家族そろってお越し下さい。

郡中まち元気推進協議会だより Vol. 3

春もたけなわ、郡中商店街では「郡中五色結び 郡中ひなかざり」が工夫を凝らして飾られています。

10日(土)は郡中ひなかざりに協賛して、伊予市100円商店街が開催されます。まち元気推進協議会も来良夢で“来良夢カフェ”をオープンします。今回は「かぼちゃスープ・五色姫フルーツポンチ・ママ友手づくり小物」、もちろんコーヒー・ジュースもあります。

17日(土)には、その雛飾りを巡る「郡中味の体験ツアー」を開催します。詳細はチラシ等でお知らせします。また、25日(日)は春を告げる「第30回 五色姫復活祭」が華やかに開催されます。皆様お誘い合わせの上、にぎやかな春の郡中にお出掛け下さい。

ご紹介します。先月、島根県からM氏が郡中に移住して来られました。温暖な便利で暮らしやすい郡中を気に入られ移住に至りました。現在は単身で、来年には家族5人で移住されます。このように中心市街地の活性化の1つである移住促進事業も皆様のご協力を得ながら少しずつ前進しています。今後も、もっと元気な郡中を目指して頑張っていきます。

新鮮果物

伊予柑・不知火等

さまざまな種類の晩柑が揃っています!!



売り場に掲示している一覧表や商品POPで、味の特徴や食べ方をみていただくと、楽しさ・美味しさがアップ! 贈答用もあります!



鮮魚

(有)岡崎鮮魚

もらすぐ春!!

早春の魚、入荷しています。

人気商品

「トラフグ刺身」一皿 500円
3月いっぱいやってます!



花木

3月の花



ヒオラ、ストックが楽しんでいただけます。ペチュニアも出始めます! 水は、土が乾いたらやって下さいね。

お知らせ

3月3日(土)9時00分～

GOCCOのロールケーキ販売

毎月第一土曜日のみの販売です。お見逃しなく!

3月3日(土)9時30分～

木曾ファームさんのハチミツ試食販売

日本蜜蜂のハチミツ(百花蜜)は、国内でわずか1%程度しか流通しない、本当に希少なハチミツです。甘さの中に芳醇な香りがあり、酵素やビタミン、アミノ酸も生きたままのハチミツです!



●電車をご利用の方

伊予鉄道郡中線「郡中港駅」
JR予讃線「伊予市駅」



お問合せ

株式会社まちづくり郡中

〒799-3113

愛媛県伊予市米湊 827-4

TEL 089-946-7245

FAX 089-946-7241

E-mail: gunchu@tune.ocn.ne.jp