



特産品販売所 営業時間
午前8時30分～午後7時
(年内無休)

夏の暑さで疲れた体を、町家の新鮮食材でリフレッシュさせましょう!

今月のおススメ!

夏の疲れた体に効く、疲労回復レシピはいかが?

～ニラのスタミナ丼～

1. にんにく、生姜を、ごま油で香りが出るまで炒める。
2. 豚肉を加え、そばろ状になるまで炒め、ニラ、酒、砂糖、醤油、みりん、オイスターソースを加えて汁気をとばしながら手早く炒める。温かいご飯の上にかけて、卵黄をのせる。

～トマトとセロリと卵も炒め物～

1. ごま油で、割りほぐした卵にざっくり火を通し皿にとる。
2. 同じフライパンにセロリをいれ、ある程度火が通ったらトマトを加え炒める。塩で味付けし、卵を戻して合わせる。

～疲れしらず!夏野菜のマリネ～

1. パプリカは乱切り、ナスは輪切り、いんげんは斜め切りにし、170℃の油で素揚げにする。
2. オリーブオイル、酢、醤油、きび砂糖で作ったマリネ液に揚げた野菜を浸し、30分～1時間置く。

～エビのあんかけ豆腐～

1. 皮と背ワタを取ったエビ、オクラは塩もみし、鍋に干し椎茸の戻し汁・めんつゆ・酒を沸騰させ、エビ、椎茸、オクラ、豆腐をいれてコトコト煮る。水溶き片栗粉でとろみをつけた鍋に溶き卵を流し入れて火を止め、豆腐の上にかける。

9月の野菜…長ナス、ミニトマト、里芋、れんこん、さつまいも等

新鮮野菜

新鮮果物

秋の味覚が続々登場!



地元産の新鮮な果物が、毎朝所狭しと並びます。ゆうパックにて、全国への発送を承っております。

鮮魚

(有)岡崎鮮魚
秋を満載!
新サンマ、入荷いたしました!
刺身盛り合せ等、ご予約承ります。

9月の花木



ピオラ
パンジー
ガーデンシクラメン
アリッサム
ビボサス
など

お知らせ



中予サイクルオアシスとして登録されました!

去る8月10日、愛媛県により、サイクルオアシスとして町家が登録されました。各地からやってくるサイクリストが気軽に立ち寄り、休憩、情報収集、自転車のメンテナンスの場所として利用してもらいたいと思います。空気入れ、工具、バイクスタンドを設置しています。新たな交流の場になるといいですね。

花木

伊予鉄道 郡中線 時刻表

松山市	8:10	8:35	この後15分ごと
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	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.9

《郡中味の体験ツアー“五色浜いも炊きのタベ”》
参加者を募集します!

◇ツアー日時:平成29年9月23日(土・祝)14:00~19:00

◇集合場所:手づくり交流市場「町家」

(JR伊予市駅・伊予鉄郡中港駅下車すぐ)

◇内容:伊予市郡中まちなかの暮らしやすさを実感していただくツアーです。郡中まち歩きの後、伊予市の豊富な食材を使った“五色浜いも炊きのタベ”を楽しんでいただきます。

◇参加費:1名様 1,500円(いも炊き代金・保険料含む)

◇参加対象:郡中まちなかの暮らしやすさ、食文化等に興味のある方

◇募集人員:約12名(応募者多数の場合、抽選のうえ決定)

◇募集締切:平成29年9月11日(月)

※お問い合わせ・お申込みは、(株)まちづくり郡中まで。



●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