



頑張る石巻地域!の逸品

農林水産物の紹介



むすび丸



石巻市

東松島市

女川町



宮城県東部地方振興事務所

豊かな石巻地域食材物語

江戸時代、石巻地域は仙台藩の米の集積地で、石巻港から江戸に運ばれた米は、「本石(ほんごく)米(まい)」と言われ、江戸で消費される米の3分の1を占めていました。現在の石巻地域は、北上川や鳴瀬川が流れる平野部に広大な水田が広がり、全域で「ひとめぼれ」が栽培されているほか、和食や寿司ネタの良さを引き立てる「ササニシキ」が県内1位の生産量となっており、藩政時代の名声は、今も受け継がれています。東日本大震災では、地域水田の約3割が津波により浸水しましたが、関係者の努力で、平成25年春には多くの水田で作付けが回復する予定です。また、石巻地域は古くから県内有数の園芸地帯で、トマト、きゅうり、長ねぎなどが県内生産量1位、いちごは県内生産量2位の産地です。

県内で飼育・生産されている肉牛のうち、最高品質の枝肉規格A5・B5に相当し、風味豊かで柔らかい肉質を有するものが「仙台牛」です。石巻地域は、「茂洋号」を含む3頭の優秀な種雄牛を輩出しており、「茂洋号」は、脂肪交雑、ロース芯面積で全国1位(H19年度)の成績で、「茂洋号」の血を受け継いだ肉牛の半数以上が「仙台牛」に格付けされています。

石巻地域は、沖合に親潮(寒流)と黒潮(暖流)が交わる世界三大漁場・三陸沖を控え、また沿岸域は北上川など大小の河川が注ぎ魚貝類の宝庫と言われる仙台湾、カキ、ホヤ、ギンザケなど多様な養殖漁場となるリアス式海岸を有しています。このため水揚げされる魚貝類は多岐にわたり石巻魚市場だけでも200種類を超えます。全国有数の水産物供給地であった当地の水産業は大震災により甚大な被害を受けましたが、関係者が力を合わせ復興に向けて一步一步、力強く進んでいます。



ishinomaki • higashimatsushima • onagawa

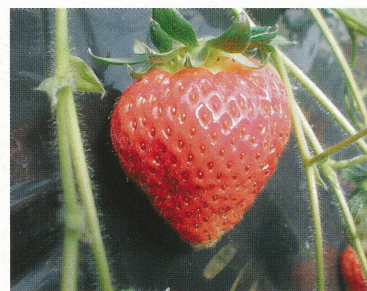
農林水産物 紹介



JAいしのまき 環境保全米

- 流通時期
 - 通年
- 主な生産地
 - 石巻市・東松島市
- 主な品種
 - ひとめぼれ・ササニシキ

環境保全米は、農林水産省の特別農産物表示ガイドラインに基づき、県の慣行栽培に比べて化学農薬や化学肥料を半分以上に減らしたJA独自の生産基準により栽培され、GAP(農業生産工程管理)によって管理されたお米です。環境に優しい安心・安全なお米を全国の消費者に届けること、健康な稲の生命力を活かし、気象変動に左右されない安定した食糧供給に貢献することを目指しています。



いちご

- 流通時期
 - 11月下旬～6月
- 主な生産地
 - 石巻市(石巻・河南)・東松島市(矢本)
- 主な品種
 - とちおとめ・紅ほっぺ・章姫
 - さちのか・もういっこ

石巻地域は宮城県内で巨匠・山元地域に次ぐ第2のいちご産地で多くの生産者がエコファーマー取得(環境に優しい農業に取り組む農業者の認定)やGAP(農業生産工程管理)に取り組み、安全安心ないちご生産をしています。常に新しい品種の栽培に取り組むなど、いろいろな味を楽しむ「いちごの百貨店」を産地コンセプトとしています。大規模な法人経営もあり、未来のいちご産業の拠点を目指しています。



きゅうり

- 流通時期
 - 3月～7月
 - 8月下旬～11月
- 主な生産地
 - 石巻市(石巻・河南)・東松島市(矢本)
- 主な品種
 - 極光・エクセレント353
 - フレスコ100

石巻市、東松島市ともに生産量が多く、ハウス栽培で1年2作の作型が主流です。JAいしのまきでは部会員100名のきゅうり部会が農薬や化学肥料を減らす環境にやさしい農業にも積極的に取り組み、みずみずしくおいしいきゅうりを出荷しています。また、「深海水ミネラルづくり」などの独自の栽培技術で生産するこだわりのきゅうり「かがやき姫」のブランド化も進めています。



トマト

- 流通時期
 - 通年
- 主な生産地
 - 石巻市・東松島市
- 主な品種
 - 大玉：麗夏・桃太郎・はるか

石巻地域は夏季冷涼、冬季温暖な気候を活かして、1年中トマトを栽培している県内一の産地です。主な品種は、リコピンたっぷりの「麗夏」や食味の良い「桃太郎」などの大玉トマトをはじめ、高糖度トマトやミディトマト、ミニトマトなど、トマトなら何でも揃っています。



ほうれんそう

- 流通時期**
- ほうれんそう・サラダほうれんそう：通年
 - ちぢみほうれんそう：11月～2月
- 主な生産地**
- 石巻市(石巻・桃生・河南) 東松島市(矢本)
- 主な品種**
- ほうれんそう：トライ・サンライト
 - ちぢみほうれんそう：朝霧・寒味
 - サラダほうれんそう：ジョーカー

ほうれんそうは、パイプハウスなどを活用しての周年栽培や、トマト、いちご、なす等での輪作で生産されています。露地栽培のちぢみほうれんそうは、東松島市矢本地区が発祥の地とされ冬の寒さにさらす「寒じめ」という栽培法を行うことにより葉が厚くなり縮まって、甘みが増します。また、生で食べられるように品種改良されたサラダほうれんそうも栽培されています。



ねぎ

- 流通時期**
- 通年
- 主な生産地**
- 東松島市(矢本)
- 主な品種**
- 坊主知ず・白妙・ホワイトスター

ねぎには、血行をよくし体を温める成分が含まれており、古くは薬用植物としても栽培され、鍋物・葉味のほか様々な料理に使えます。また、ビタミンA・C、カルシウム、βカロテンなども含まれています。矢本の長ねぎは甘みが強く軟白部分が軟らかい特徴があり、加熱すると甘みが一層増します。



こねぎ

- 流通時期**
- 通年
- 主な生産地**
- 石巻市(桃生・河南)
- 主な品種**
- NSS・鴨頭

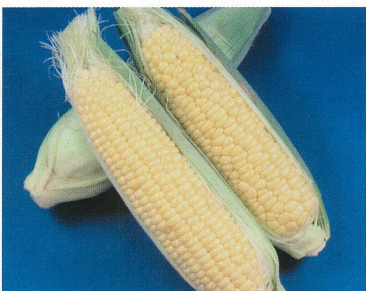
そば・うどんなどの葉味、卵とじや和え物、ねぎ焼きなどにもおいしく食べられます。鮮やかな緑色の葉の部分には、βカロテンとビタミンCが多く含まれています。桃生産のこねぎは、「スリムねぎ」の名前で流通しており、パイプハウス内で丁寧に作られ周年の定量出荷と安定した高品質で市場からも評判が高い品目です。



えだまめ

- 流通時期**
- 7月～10月
- 主な生産地**
- 石巻市・東松島市
- 主な品種**
- イチバン茶・茶香り
 - サッポロミドリ・黒五葉・秘伝

大豆を成熟前に収穫したものが「えだまめ」で、夏場ビールのおつまみとして大変人気があります。また、宮城県では「ずんだ」と呼ばれる漬物が名物として知られ、餅にまぶしてずんだ餅として食べられています。タンパク質、ビタミンAが豊富で、アミノ酸と糖分のバランスが良く、良食味で子供から大人まで幅広く愛される野菜です。



スイートコーン

- 流通時期**
- 7月～8月
- 主な生産地**
- 東松島市(矢本)・石巻市(河南)
- 主な品種**
- ゴールドラッシュ・味来

東松島市矢本地区では、やもととうもろこし生産組合が、組合員41名で、7ヘクタールほどの作付を行っています。消費者に人気の「ゴールドラッシュ」と「味来」を主に栽培していますが、新品種の「ミルクィースイーツ」等の栽培も始めています。石巻地方の太陽の恵みを受け、焼くもよし、茹でるもよしの甘くておいしいスイートコーンを生産しています。



せり

- 流通時期**
- 根せり：9月末～1月
 - 葉せり：4月～5月中旬
- 主な生産地**
- 石巻市(河北)
- 主な品種**
- 飯野川在来種(葉・根)
 - 島根みどり(根)

せりの栽培は古く、天保年間との言い伝えがあり、河北地区の自然豊かな山里で、綺麗な空気とふんだんにある湧水を利用して始まりました。せりと言えば年末年始に食される「根せり」をイメージしますが、河北地区では「葉せり」も出荷しています。「葉せり」は、香りと風味豊かな飯野川在来種で、地元では、おひたし、サラダ、天ぷらなどで食べられています。



つぼみな

- 流通時期**
- 1月～3月
- 主な生産地**
- 石巻市(河北・河南)
- 主な品種**
- 三陸つぼみ菜・あでやかつぼみ菜

つぼみは、耐寒性が強い野菜であることから、寒冷地のパイプハウスでも加温することなく栽培が可能で、低温でじっくり育てることにより甘みが富み、やわらかく、食味が良好となります。量販店やスーパーマーケットでは、春物食材として定着しており、おひたしや炒め物、味噌汁の具など様々な用途で食べられます。



糸みつば

- 流通時期**
- 通年
- 主な生産地**
- 東松島市(矢本)

1本の茎に3枚の葉が付いているみつばは、数少ない日本原産の野菜です。みつばには、スーパーマーケットでよく見かける「糸みつば(青みつば)」、軟化栽培によって茎が白く根が切られている「切りみつば」、茎が太めで根が付いたままの「根みつば」の3タイプがあります。石巻地域の「糸みつば」は水耕栽培されており、通年出荷されています。香りが豊かで、吸い物や丼、茶碗蒸しなどの彩りに適しています。



小果樹類

流通時期

- カーランツ：夏
- ラズベリー：夏・秋
- ブルーベリー：夏～秋

主な生産地

- 石巻市・東松島市

主な品種

- ラズベリー：スキーナ・サウランド
- ブルーベリー：ブルークローブ・パークレイ

小果樹類としてカーランツ（赤房すぐり）、ラズベリー、ブルーベリーなどの生産が盛んです。それらは酸味の強い果実が多いためジャムなどに加工され、生果はケーキのアクセントとして洋菓子店で利用されています。カーランツとラズベリーはお店に直接出荷されますが、日持ちのするブルーベリー（生果）は直売所でも購入できます。



輪ぎく

流通時期

- 通年

主な生産地

- 石巻市(河北)・石巻市(河南)
- 東松島市(矢本)

主な品種

- 特馬

お正月の生け花やお盆・お彼岸など仏事に使う花として広く親しまれています。花色は白、黄、赤が中心です。石巻地域では、古くから大型の栽培施設で昼の長さや温度を人工的に調整しながら、周年で栽培されています。石巻市場などへの個選共販を行っていますが、県内外の業者との契約取引や、近隣の直売所で直接販売している事例が増えています。



ガーベラ

流通時期

- 通年

主な生産地

- 石巻市(桃生)

主な品種

- バナナ

周りが明るくなるような華やかさを持ち、アレンジメントや結婚式のブーケとしても人気があります。花色が豊富で、花びらの形、花の大きさも多様です。石巻市桃生地区で生産されており、全国有数の産地になっています。栽培方法は養液栽培です。仙台や関東の卸売市場へ出荷している他、インターネットによる販売も行っています。



鉢物類

シクラメンなど

流通時期

- 通年

主な生産地

- 東松島市(鳴瀬)・石巻市(河南)
- 石巻市(桃生)

主な品種

- シクラメン(パステル系の固定種)
- ストレプトカーパス(ジュピター)

鉢物類は、たくさんの人にお祝いなどの贈り物として使われてきました。近年では、部屋に飾る人も増え、生活スタイルに合わせて小鉢タイプも人気があります。品目や品種も年々増え、多岐にわたっています。石巻地域では、シクラメンの他、ストレプトカーパス、サイネリア、クレマチス等特徴のある品目が栽培されています。



花壇用苗物類

流通時期

- 通年

主な生産地

- 東松島市(鳴瀬)・石巻市(河南・桃生)

主な品種

- パンジー(よく咲くスマレ)

1995年頃からガーデニングブームを受け、花壇用苗物類は、数年で生産量も急激に拡大しました。石巻地域では、鉢物類と組み合わせた経営が多くなっています。春にはパンジーやサルビア、マリーゴールド、ペチュニア、ペゴニア、秋にはパンジー、葉ほたんなど多彩な品目が出荷されています。



お茶

流通時期

- 製茶 5月下旬～(新茶)

主な生産地

- 石巻市(河北・桃生・稲井・北村)

主な品種

- やぶきた

石巻市河北・桃生地域は、仙台藩主・伊達政宗公が産業振興のため、茶栽培を各地に奨励した時からの歴史を有し、現在では我が国の北限の茶として栽培されています。北上川流域の丘陵、肥沃な地で栽培され朝夕たちこめる良質茶に欠くことのできない霧を新芽一葉一葉に受ける恵まれた自然環境の中で生産されています。摘み取られた生茶葉は、地域の製茶工場に委託加工して自家消費や贈答用品、農産物直売所等で販売されています。



菌床しいたけ

流通時期

- 通年

主な生産地

- 東松島市(矢本)

主な品種

- 森産業XR1号

オガ粉による菌床しいたけ栽培は、栽培の全工程を屋内で計画的に行うことにより、ほぼ周年栽培されています。しいたけ栽培は省力化が難しく多くの人手を要しますが、東松島市の障害者活動支援施設「ぎんの星」では、施設内で働く方々が毎日丁寧な作業を行うことで、安全でせのない美味しいしいたけを育てています。夏のパーベキューから冬のお鍋まで幅広く味わってください。



北の杜・桃生ポーク

流通時期

- 通年

主な生産地

- 石巻市(桃生)

主な品種

- 三元交雑豚(LWD)

美味しい宮城野豚(ミヤギノポーク)をベースに、天然植物の滋養成分を混合した安全な飼料と徹底した衛生管理の下で飼育しています。豚の健康＝人の健康(安全・安心)をモットーに豚の健康管理にこだわっています。栄養価も高くカルシウム含量は黒豚の約2倍(当生産者比)と豊富です。また、脂肪も良質でクセのないアツサリした味の中にコクがあるのが特徴です。



金華卵

- 流通時期
●通年
- 主な生産地
●石巻市(沢田)
- 主な品種
●ポリスブラウン

金華卵は、のびのびとした環境で飼育(平飼い)した鶏から生まれます。一般的な鶏に与えられる餌などは使用せず、きれいな地下水と農場で独自に配合した飼料を与えて健康的に飼育しています。卵は、もちろんコク、甘み、ビタミンEもたっぷり含み、箸でつまんで持ち上げても黄身が壊れません。生卵だけでなく、プリンなどの加工品も是非、ご賞味ください。



仙台牛

- 流通時期
●通年
- 主な生産地
●石巻市(河北、河南、桃生)
東松島市(矢本、嶋瀬)
- 主な品種
●黒毛和種

宮城県内で飼育・生産されている黒毛和種の中で最も風味豊で、日本食肉格付協会枝肉規格のA5・B5に格付けされた軟らかい肉質を有する品質の霜降肉を「仙台牛」と称しています。石巻地域は、「茂洋号(しげひろごう)」を含む3頭の基幹種雄牛を輩出しております。肥育牛生産者が丹精込めて育てた最高級の牛肉の味を是非、一度ご賞味ください。



しもふりレッド豚(豚)

- 流通時期
●通年
- 主な生産地
●東松島市(矢本)
- 主な品種
●デュロック種(D)

8年の歳月をかけて宮城県畜産試験場が開発した豚です。その名のとおり、豚肉の中に霜降りが入っています。とても軟らかく、風味も優れた美味しい豚肉です。オリーブオイルの主成分であり、食肉のうま味成分のひとつとして知られる「オレイン酸」も通常の豚肉よりも多く含み、どんな調理方法でも美味しくいただけます。



ノリ

- 流通時期(水揚げ時期)
●11月~4月
- 主な産地
●石巻市(牡鹿半島以南)・東松島市
- 主な種類
●スサビノリ

牡鹿半島から東松島市にかけての石巻湾で生産されています。石巻地域は日本最北の産地で、毎年11月に全国に先駆けて「初入礼会」が開催されます。また、東松島市大曲浜産のノリは、毎年行われる「宮城県乾海苔品評会」において優秀な成績をおさめており、2010年まで6年連続で皇室献上を果たすなど、当地域は上質な海苔の産地として評価を得ています。



ワカメ

- 流通時期(水揚げ時期)
●1月~3月
- 主な産地
●石巻市(北上、雄勝、牡鹿)・女川町

三陸のリアス式沿岸は急深で潮の流れが良く、また当地域は北上川など豊富な栄養分を含んだ河川水が流れ込むため、そこで育つワカメは、味、歯ごたえとも抜群です。定番の味噌汁やスープ、味噌、酢の物、サラダなどのほか、旬の生わかめの「しゃぶしゃぶ」は、褐色から緑色への鮮やかな色の変化と芳醇な磯の香りが楽しめます。



ホタテ

- 流通時期(水揚げ時期)
●通年
- 主な産地
●石巻市(北上、雄勝、牡鹿)・女川町

生産量では北海道、青森県が有名ですが、宮城県では養殖技術の向上により、ほぼ通年にわたり安定した品質で生産・出荷が行われています。宮城県産のホタテは品質重視で育てられ、貝柱がまるまると厚く、プリプリの食感と甘くて美味しいのが特徴です。ほとんどが生鮮貝(活貝)として流通し、県内はもとより関東圏などでも好評をいただいています。



ホヤ

- 流通時期(水揚げ時期)
●4月~9月
※震災の影響により本格的な生産・出荷は平成26年からはじめられます。
- 主な産地
●石巻市(北上、雄勝、牡鹿)・女川町
- 主な種類
●マボヤ

一般にはマボヤを「ホヤ」と呼んでいます。牡鹿半島以北の沿岸部で採苗から収穫まで3~4年の歳月をかけて養殖され、生産量は宮城県が全国1位です。その姿かたちから「海のパイナップル」とも呼ばれ、珍味として珍重されています。生食の場合は爽やかな磯の風味が楽しめますが、最大のポイントは鮮度です。最近では多彩な加工品も人気を得ています。

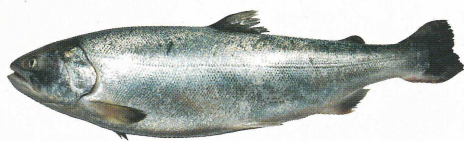


カキ

- 流通時期(水揚げ時期)
●10月~3月
- 主な産地
●石巻市(北上・河北・雄勝・牡鹿)
東松島市(嶋瀬)・女川町
- 主な種類
●マカキ

波静かな湾に豊富な栄養分を含んだ河川水が注ぎ、カキの餌となる植物性プランクトンをたっぷり育てます。適度な潮の流れや水温など、宮城県のカキは理想的な環境で育ちます。ふっくら濃厚な甘味と旨味はもちろん、グリコーゲン(多糖類)、タンパク質、カルシウム、ビタミンB1・B2、ビタミンCなど現代人に必要な栄養素を含んだアルカリ性食品です。

ギンザケ



流通時期(水揚げ時期) ●3月～8月
 主な産地 ●石巻市(雄勝、牡鹿)・女川町
 主な種類 ●ギンザケ

宮城県で養殖が始まったギンザケは、全国生産量の90%以上を占めています。リアス式海岸の海流の複雑さと厳選された餌により、身の締まりと適度な脂分が絶妙で、お刺身がお薦めです。もちろん焼いても煮ても蒸しても美味しくいただけます。石巻地域のギンザケは「伊達のぎん(宮城県漁協)」,「金華ぎん(石巻魚市場)」などのブランド名で全国に出荷されています。



ウニ

流通時期(水揚げ時期) ●5月～8月
 主な産地 ●石巻市(北上、雄勝、牡鹿) 東松島市(鳴瀬)・女川町
 主な種類 ●キタムラサキウニ

石巻地域の海はワカメやコンブなど天然の海藻が豊富で、ウニ漁場としても恵まれています。また一部地域では、深いところに棲む身入りの未熟なウニを海藻の多い浅い場所に移すなど増殖事業も行われています。宮城県で漁獲されるウニはキタムラサキウニで豊かな磯の香りと、とろけるような甘みが特徴です。また、塩ウニと炊きたての宮城米との相性も抜群です。



マアナゴ(ハモ)

流通時期(水揚げ時期) ●6月～12月
 主な産地 ●石巻市(牡鹿)

マアナゴはアナゴ類で最も美味しく、当地域では「ハモ」と呼ばれています。蒲焼、天ぷら、白焼き、寿司種などとして利用されています。非常に脂質含量が高く、脂溶性ビタミン類では、ビタミンAが多く含まれ、水溶性ビタミン類ではビタミンCが多いのが特徴です。牡鹿地域は東日本の一大産地で、活アナゴとして首都圏などに出荷されています。



エゾイソアイナメ(ドンコ)

流通時期(水揚げ時期) ●通年
 主な産地 ●石巻市・女川町
 主な種類 ●エゾイソアイナメ

標準名ではエゾイソアイナメと言いますが、アイナメとは全く違うタラの仲間です。石巻地域ではドンコと呼ばれて親しまれ、味は淡泊で、トロっとした白身の美味しい魚です。旬は11月から1月頃で、脂が乗り大きな肝もアンコウに比較されるほど美味です。鍋物、味噌汁(どんこ汁)、焼き物のほか、新鮮なものは肝・味噌和えのたたきも地元では人気料理です。



アワビ

流通時期(水揚げ時期) ●6月～7月 ●11月～12月
 主な産地 ●石巻市(北上・雄勝・牡鹿) 東松島市(鳴瀬)・女川町
 主な種類 ●エゾアワビ

宮城県のアワビは特に美味しいといわれるエゾアワビです。栽培漁業の対象として稚貝放流も盛んで、3cm前後で放流された稚貝はコンブやワカメなどの海藻類を食べて、4年くらいで9cm以上になり漁獲されます。刺身はコリコリとした歯ごたえと濃厚な旨味が特徴ですが、酒蒸し、ステーキなど熱を加えることで、刺身とは違った甘みと旨味、食感を楽しめます。



スルメイカ(マイカ)

流通時期(水揚げ時期) ●8月～1月
 主な産地 ●石巻市・石巻市(牡鹿)・女川町

日本人は大のイカ好きですが、最も親しまれているスルメイカは石巻地域ではマイカと呼ばれます。イカ釣り、定置網、底びき網などで水揚げされ重要な水揚げ魚種となっています。8月頃から1月頃が主な水揚げ時期ですが、特に12月、1月のマイカは腑(ゴ口)が最も発達し、塩辛など腑を利用した料理には最適な時期です。

イカナゴ(メロード・コウナゴ)



流通時期(水揚げ時期) ●3月～6月
 主な産地 ●石巻市(牡鹿)・女川町

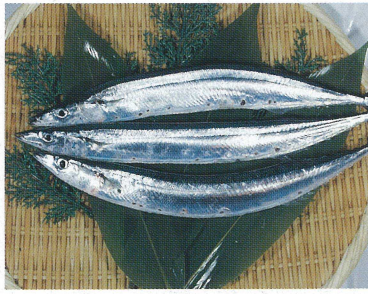
石巻地域では成魚を「メロード」、稚魚を「コウナゴ(小女子)」と呼びます。仙台湾の砂底域に大群で生息し、高水温時には砂に潜って夏眠します。メロードはすくい網、コウナゴは火光利用敷網によって漁獲され、宮城県の春を告げる魚です。メロードは塩焼き、唐揚げなど、コウナゴは釜揚げや煮干し、佃煮などとして親しまれています。

マダラ



流通時期(水揚げ時期) ●通年
 主な産地 ●石巻市・女川町
 主な種類 ●マダラ

水深45～450mに生息し全長1mに達しますが、稚魚期は沿岸の浅場に棲みます。当地域では刺網や延縄、底びき網などでほぼ周年漁獲され、雪がちらつく1～2月頃が旬です。タラちり、ホイール焼き、粕漬けなどのほか、卵巣(真子)、精巣(白子=当地域ではキクと呼びます)も美味です。30cm前後の幼魚はポンタラと呼ばれ、主に干物などに加工されます。



サンマ

流通時期(水揚げ時期)
●9月~12月

主な産地
●女川町

三陸沖では、産卵のため南下する脂のたっぷり乗ったサンマが漁獲され、特に女川港は全国有数の水揚げ港です。最盛期には港は水揚げで大賑わい。多くの家で新鮮なサンマ料理が食卓を飾ります。一番人気は、やはり塩焼きで、新鮮なものは内臓の味が良く苦みも穏やかなので取らずに焼きます。また、地元では刺身、すり身汁なども定番料理です。



マサバ

流通時期(水揚げ時期)
●7月~11月

主な産地
●石巻市・女川町

6月を過ぎると金華山周辺に回遊し、旋網、定置網、釣りなどで漁獲されます。中には40cmを越え1kg前後のサバも見られます。仙台湾に滞留し餌をたっぷり食したサバは脂の乗りも抜群で、刺身、しめサバ、みそ煮、焼き物など様々に調理され缶詰などにも加工されます。石巻魚市場では11月以降、高品質なサバを「金華さば」として出荷しています。



カツオ

流通時期(水揚げ時期)
●6月~11月

主な産地
●石巻市・女川町

歳時記では青葉の頃の「初鯨」が知られていますが、当地域では昔から、本当の旬は秋口からの脂の乗った「戻り鯨」とされており、全国的にもその美味しさが知られてきています。特に金華山沖は全国のカツオ漁船が集まる日本屈指の漁場です。この海域で漁獲され石巻港に水揚げされた高品質の生鮮カツオは「金華かつお」として全国に出荷されています。



シジミ

流通時期(水揚げ時期)
●6月~11月

主な産地
●石巻市(北上川)

主な種類
●ヤマトシジミ

東北一の大河である北上川の河口近くは、淡水と海水が混じり合い、シジミにとって最適な環境です。そこで育ったシジミは、まるまると太った身とつやつやとベッコウ色に輝く殻が特徴で、当地域ではベッコウシジミと呼ばれています。出荷される貝は2cm前後と大振りです。栄養価も高く、しっかりとした味のベッコウしじみを是非ご賞味ください。

購入先 紹介

農産物・花きについてのお問い合わせ先

○いしのみき農業協同組合

営農販売部米穀課 ☎986-0815 石巻市中里5丁目1-12 ☎0225-22-1180

営農販売部園芸課 ☎986-0861 石巻市蛇田字新沼田187 ☎0225-22-1191

水産物についてのお問い合わせ先

○宮城県漁業協同組合 ☎986-0032 石巻市開成1番27 ☎0225-21-5711

石巻地域の農産物・魚介類直売所

店名	分類	郵便番号	住所	電話番号
ふれあい市場「菜花」	野菜・米	986-0815	石巻中里5-1-12	0225-23-5401
河南地区農産物直売所やさいっ娘	野菜・米	987-1102	石巻市和刈字三工区北194-3	0225-72-2233
やもと四季菜館(矢本店)	野菜・花	981-0503	東松島市矢本字上河戸25-1	0225-82-2172
やもと四季菜館(大塩店)	野菜・花	981-0505	東松島市大塩字南21-1	0225-82-2168
菜っちゃん市場	野菜	981-0301	東松島市牛網字江戸原3-2	0225-87-3287
イオン石巻店内	野菜・豚肉(縫製肉)	986-0861	石巻市蛇田字新金沼170	0225-92-1333
イオンスーパーセンター石巻東店内	野菜	986-2103	石巻市流留字七勺1番1	0225-25-3337
C&Cバイパス石巻店	野菜	986-0861	石巻市蛇田字大塚75	0225-23-2055
上品の郷「ひたかみ」	野菜・花・米・豚肉	986-0132	石巻市小船越字二子北下1-1	0225-62-3670
石巻市観光物産情報センター(ロマン海遊21)	野菜・米	986-0826	石巻市鑄銭場8-11	0225-93-6448
石巻市桃生インフォメーションプラザ	野菜	986-0313	石巻市桃生町中津山字四軒前43-1	0225-76-1898
愛菜家	野菜	981-0503	東松島市矢本字河戸271	0225-83-8656
いちごランド石巻	野菜(イチゴ)	986-0861	石巻市蛇田字上待井65-2	0225-23-7488
菜々色畑	野菜	981-0501	東松島市赤井字台82	0225-82-4560
旬尾形園芸	鉢物	981-0411	東松島市野蒜字山岸136	0225-88-2349
農家の直売所グリーンサムいちば	野菜	986-0861	石巻市蛇田字大塚60-1	0225-96-8713
阿部ファームみやこ	野菜	986-0042	石巻市鹿妻南1丁目8-24	
マリナル女川事業協同組合	魚介類	986-2231	女川町浦宿浜字篠浜山2	0225-54-4714

※直売所では、取り扱っていない品目もございますので、御注意願います。

地域食材を使用した料理提供店の例



店名	区分	住所	電話番号	使用食材(料理の名称)：提供期間
友福丸	地	石巻市南中里3-15-28	0225-22-2851	ホタテ(ホタテ地中海焼き)：通年、マサバ(金華鯖味噌煮)：通年 ウニ(うにぎり・うにごはん・生うにぶっかけめし)：4月～9月 カキ(カキフライ・カキ焼き)：11月～3月、イカ(いか刺し身)：通年 マアナゴ(穴子天丼)：通年、マダラ(たら菊天、たら菊酢)：12月～2月 サンマ(さんま刺し・つみれ汁・焼さんま)：8月下旬～11月 カツオ(カツオたたき・カツオ刺し)：7月～10月
中国料理 揚子江	地	石巻市不動町2-1-1	0225-96-1717	ホタテ(尾浦産生ホタテと海鮮のクリーム煮)：通年 トマト(トマトそば)：通年 トマト(牛肉とトマト炒め煮)：通年
道の駅上品の郷 レストラン菜	地	石巻市小船越字二子北下1-1	0225-62-3670	サバ(金華さば漬け丼)：通年 せり(せりそば)：11月～1月
黒家和牛専門店 牛正 石巻店	地	石巻市南中里3-5-28	0225-93-9002	仙台牛 (仙台牛コース料理・仙台牛盛り合わせ・焼き肉各種)：通年
割烹滝川 石巻サンプラザホテル店	地	石巻市立町1-7-23	0225-22-1138	トマト(牡蠣トマト丼)：冬、ほれんそう(ほうれん草かに甲羅蒸し)：冬 仙台牛(牛めし)：通年、ワカメ(新わかめおひたし)：春 ホタテ・カキ・ギンザケ・アワビ・ウニ・マアナゴ・コウナゴ(各種釜飯) ※旬のものを提供、エソイソアイナメ(どんご肝焼き)：冬 マダラ(たら鍋)：冬、イカ・カツオ・サンマ(刺身)：旬のものを提供 マサバ(しめさば)：通年、しじみ(しじみ味噌汁)：通年
喜八橋 きた道	地	石巻市北境字久保68	0225-24-9869	ホタテ他(海鮮丼)、ホタテ他(海鮮天丼)※旬のものを提供
居酒屋いなかっぺ	地	石巻市蛇田字菰継77-1	0225-22-9876	ノリ(手巻きおにぎり)：通年 ワカメ(ワカメ酢の物)：通年
大もり屋	地	石巻市穀町12-25	0225-22-4117	北の杜・桃生ポーク(海豚丼)：通年、仙台牛(牛磯丼)：通年 サンマ(さんまめた)：秋、マサバ(バター)：通年 カツオ(カツオお造り)：秋、しじみ(しじみ汁)：通年 アワビ・ウニ・イカ他(寿司)※旬のものを提供
幸楽 石巻店	健	石巻市中里1-2-2-4	0225-96-4361	きゅうり(オイキムチ)：通年 ワカメ(わかめスープ)：通年 仙台牛(カルビ・ロース焼肉)：通年
笠屋菓子店	健	石巻市中央1-12-14	0225-22-0408	つぼみな(おからクッキー(つぼみな))：2月末～8月 イカナゴ(小女子さかなクッキー)：通年
八幡家	健	石巻市中央2-8-23	0225-22-0138	仙台牛(茂洋牛めし・茂洋ミニステーキ)：通年
割烹 高大	健	石巻市相野谷字飯野川町205-7	0225-62-3124	サバ(サバだしラーメン)：通年
レストランばらだいす	健	東松島市矢本字河戸24	0225-82-2117	ノリ(和風のリスバゲッティー(のりうどん))：通年
寿司・割烹 竹の浦(飛翔閣)	健	石巻市山下町1-19-6	0225-95-2424	仙台牛(春ごよみ膳)：2月～3月、ノリ(味噌汁)：通年 ホタテ・アワビ・ウニ・イカ・マアナゴ・サンマ・マサバ・ カツオ(にぎり・刺身)旬のものを提供(入荷時のみ)
ダイニングJ i J i	健	東松島市矢本字河戸161-2	0225-83-4166	いちご(イチゴのドレッシング)：3月～5月 トマト(トマトのパパロア)：7月～12月 スイートコーン(とうもろこしの冷たいスープ)：8月

※水産物は、季節や水揚げの状況により取扱できない場合もありますので、直接お店に御連絡願います。

※上記料理店は、区分の【地】地産地消推進店と【健】健康づくりサポートおもてなし店を紹介しています。

詳しくは下記の「食材王国みやぎ」のホームページをご覧ください。

【地産地消推進店】 <http://www.foodkingdom-miyagi.jp/suisinten>

【健康づくりサポートおもてなしの店】 <http://www.omotenas-i-miyagi.jp/tenpo/index.shtml>

パンフレットについてのお問い合わせ先

宮城県東部地方振興事務所(地方振興部)

〒986-0812 石巻市東中里一丁目4番32号

電話番号：0225-95-1767 FAX番号：0225-95-1471

メール：et-sinbk@pref.miyagi.jp