

「作る人」と「食べる人」がつながるまち

東京都の中でも農業がさかんな町田市は、
作付面積、産出額ともにトップクラスを誇ります。
作られる農産物のほとんどが町田市内で消費され、
実際に畑に行って農業体験できるプログラムも充実。
畑と食卓の距離が近い町田の野菜「まち☆ベジ」を
見て、触れて、味わって、とことん楽しみましょう。



野菜



米・麦



果物



卵



牛乳



豚肉



花



はちみつ

まち☆ベジは



顔がみえるから

安心



季節を感じる

旬の味覚



地元の畑

大地の恵み

だ・か・ら



「おいしい！」

「うれしい！」



まち☆ベジ

What's まち☆ベジ

「まち☆ベジ」とは、町田市内在住の農業者、又は町田市内に農業経営の拠点がある農業者が、生産記録等の管理の下で生産している農産物（野菜・畜産・園芸等）をいいます。

2 一面に広がる
圧巻の景色!
そば畑

一面に広がるそば畑。
9月中旬～10月上旬が見ごろ
です。春には菜の花畑に。



出来上がったなたね油
の販売もしています

炒ったなたねをつぶ
して蒸した後にしぼ
ると黄金色の油が!



大きな釜で なたねを炒ります



この小さい粒から
油ができます

1 町田の昔を知る
ふるさと
農具館



昔は養蚕がさかん
だったんだって



昔の道具展示

実際に町田の農家で使われて
いた古い農機具や日用品
が展示されていたり、毎月
第3土曜日にはなたね油し
ぼりを見学できます。

収穫した家で作ったそば。
毎年4月ごろ販売します



3 七圃山ファームセンターの
コスモス摘み

秋になると敷地いっ
ぱいに咲くコスモスを摘
み取ることができます。



4 町田薬師池公園
四季彩の杜
西園農園



西園の北側にある農園ですくすく育つ野菜
をいつでも見学できます。パパイアやし
かく豆など、珍しい野菜もたくさんあります。
収穫体験などのイベントも不定期で開催。

不定期開催!
西園で収穫&ピザ作り



自分で収穫した
野菜を...

もちもちの
ピザ生地は
のせて...



焼き上がり!

いただきます!

5 毎月第3土日開催
ファーマーズ
マーケット

町田市をはじめ、近隣の武相
エリアの生産者、事業者が集
まります。まち☆ベジグルメ
店や農家さんも出店!



明月堂(本誌p31)
の和菓子をGET!

まち★ベジの
収穫体験



町田薬師池公園四季彩の杜には
「農」を楽しめるスポットが点在し
ています。
昔の道具でなたね油をしぼるとこ
ろを見学できるふるさと農具館や、
まち☆ベジメニューを味わえるカ
フェ、買い物を楽しめる西園直売所
など、おさんぽしながらまち☆ベジ
を見て、触って、味わうことができ
ます。
ある晴れた秋の日の「農さんぽ」
の様子をご紹介します。季節ごとの
風景を楽しみながら町田の「農」に
触れてみませんか。

7 いつでもまち☆ベジに出会える
西園直売所

近隣農家さんが毎日届けてくれ
る旬のまち☆ベジが並びます。
珍しいおしゃれな野菜も多く、
見るだけでも楽しいですよ。



まち☆ベジを使ったメ
ニューを楽しめるカフェ。
テイクアウトして芝生広場
で食べるのもオススメ!



まち★ベジを
食べる

まち★ベジを
買う

親子で楽しむ「農」の1日
農さんぽしてみませんか

見て、触れて、採って、食べて♪

収穫してみよう！

いつも食べているお米や野菜がどんなふうに出てきたのかを
実感できる「収穫体験」。
里山の自然に囲まれた農場から住宅街の畑まで、
町田には収穫を楽しめる農園がたくさんあります。
自分の手で収穫した野菜のおいしさは格別ですよ♪



田植え、稲刈り、おもちつき♪

町田市米作り農業体験

1
map 番号
(田んぼの場所)

収穫祭

田植え

植えるのはもち米の苗。収穫祭でおもちにします



用水路の水で泥を洗い落とします。「冷たい！」「気持ちいいー！」



水の中に生えている雑草を手ですくい取ります

草取り

カエルやサワガニにも会えるよ



稲刈り

刈った稲を束ねます



はざ掛けにして天日干し。この後、脱穀、精米してお米になります



鎌の使い方を丁寧に教えてもらい、一株ずつ刈っていきます

米作り

実施期間 6月～11月



できたてのおもちを平らにのぼす「のしもち」作り



収穫したもち米を蒸しておもちにします



町田市農業委員会

町田市森野 2-2-22

042-724-2169

毎年5月ごろに参加者を募集します。市HPや「広報まちだ」に掲載。



最終日の収穫祭では、もちつき、のしもち作りなども楽しめます。

田植え、草取り、稲刈りなど、お米ができるまでの工程を、約半年をかけて体験できる「町田市米作り農業体験」。市民の皆さんに日本の主食である「お米」を通して農業を知ってもらおうと、町田市農業委員会とJA町田市で構成する「町田市米作り農業実行委員会」が主催して毎年行われるイベントです。
泥んこになって苗を植えたり、鎌を持って自分の手で稲を刈ったり、お米がどうやって作られるのかを実際に体験できます。(脱穀後の稲わらは、農業祭のわら細工体験の材料として利用)

【※】農業祭のわら細工体験については本誌 p21 で紹介しています

夏の里山で旬のめぐみを摘み取ろう

小山田ブルーベリー園

いろいろな

種類があるね！



2 map 番号



大きいね～！



この小屋が目印。鳥のさえずりやセミの声が響く自然の中で、町田の里山の夏を満喫♪

小山田緑地に隣接した谷戸でブルーベリー摘みを楽しめる「小山田ブルーベリー園」。周囲の山からの水脈と軟らかい腐葉土、里山の豊かな自然に囲まれて育つブルーベリーは大粒で甘い評判です。

「自然の力がおいしさを生むから」と話すのは園主の小川忠宏さん。殺虫剤などの農薬は使わず、手作業で虫や雑草を取り除き、花の時期には蜜蜂を放して受粉させます。

園内に15品種、約350本の木が並びます。品種によって見た目も味も違うので食べ比べるのもおすすめです。開園時期などはHPでご確認ください。



種を量ってくださーい！

ブルーベリー摘み
実施期間 7月～8月末



小山田ブルーベリー園

町田市下小山田町1014

042-719-5486

摘んだブルーベリーは200円～/100gでお持ち帰りいただけます。要予約。



農業を使わない畑で収穫体験♪

あした農場

3 map 番号

鎌の握り方や力の入れ方などを教えてもらいながら自分の手で収穫



紙芝居、やるよー！



年に数回開催される「オープンデー」は誰でも気軽に参加できるイベント。青空の下でタイマッサージや紙芝居、ワークショップなど親子で楽しめます

「いろいろな人がこの畑に来て笑顔になってくれるのがうれしいです」と話す「ご主人の渡辺さん。ご夫婦で訪れる人を優しく迎えてくれます。自然が残る小野路の里山で「農」に触れる1日を楽しみませんか。

農業や化学肥料を使わずに野菜を栽培している「あした農場」では、気軽に収穫体験ができるガイドツアーを毎週日曜日の午前に実施しています。畑で食べごろに成長した野菜を案内してもらいながら、好きな野菜を収穫して持ち帰ることが出来ます。実際に野菜を作りたい人には区画の貸し出しもしています。現在39区画の畑が稼働中。



(写真左) 色鮮やかなケールの葉。おすすめの食べ方も教えてくれます



今夜は採れたて野菜をたっぷり食べちゃおう！



たくさん採れたよ！



季節の野菜収穫
(ガイドツアー)
実施期間 5～11月の日曜



あした農場

町田市小野路町

nabe2ne3@yahoo.co.jp

収穫体験から本格的な農業体験までさまざまなプログラムがあります。



夏野菜収穫体験

小野路の畑へGO!

4

map 番号
(畑の場所)



イエーイ!



最初はふかふかの土に足を取られておそろおそろ歩いていただけ、野菜と触れあううちに笑顔に



ナス~♪



?!



食べごろだよ~♪



「上手に収穫できたね」スタッフも優しく声をかけます



今回は枝豆も♪



夏野菜の収穫
実施期間 7月上旬



研修生の皆さん

町田市農業振興課

町田市森野 2-2-22

042-724-2166

毎年6月ごろに参加者を募集します。市HPや「広報まちだ」に掲載。



新しく町田で農業を志す人を応援する町田市農業研修制度。2年にわたり野菜作りや農業経営を学びます。農場研修の修了生が主催する野菜の収穫体験は、毎年人気のイベントです。7月に開催される「夏野菜収穫体験」では、トマト、ナス、ピーマン、枝豆などの夏野菜を自分の手で収穫し、持ち帰ることができます。修了生が案内し、収穫のコツを丁寧に教えてくれるので初心者でも安心して楽しめます。

普段食べている野菜が畑で力強く生きている様子を体感でき、採れたて野菜のおいしさを味わえる収穫体験。親子で夏の畑を満喫できます。

まだまだあるよ!

町田で楽しめる収穫体験農園

今回ご紹介した4件の収穫体験農園以外にも、町田市内には収穫体験を楽しめる農園がこんなにたくさん♪小さなお子さんも楽しめます!

map 番号	農園名 / 園主名	申し込み・問合せ	所在地	内容・実施時期	園主からのメッセージ
5	友井ブルーベリーガーデン 友井 理人	電話予約 090-4526-2435	小川 6-12-1	ブルーベリーの摘み取り販売 7月初旬～9月初旬	こだわりの品質を農業を使わずに育てています。ゆったり摘み取りやすく植え替えます。カフェ併設 (不定休)。
6	森のチェルト小野路ぶどう園 小川 健夫	電話予約 090-4522-2312 (小川) 090-2732-7840 (武井)	小野路町 2981	ブドウ狩り 8月下旬～9月末	現在シャインマスカットのみですが、2023年度以降クイーンニーナ (赤色大粒) 追加予定。
7	南町田ブルーベリー園 井上 和義	電話予約 090-9645-5511	鶴間 5-12-38	ブルーベリーの摘み取り販売 7月中旬～8月下旬	ブルーベリー狩りと野菜収穫体験のできる農園です。
8	横田農園 横田 勝利・貴洋	電話、またはメール 090-3337-6330 ykt.farmer@gmail.com	南町田 1-43-18	タマネギやトモロコシなど、季節の野菜の収穫体験。不定期開催	季節ごとに新鮮な野菜の収穫を体験していただけます。夏には「なんまちひまわり畑」で満開のひまわり畑をご覧ください。
9	ななくにブルーベリー農園 榎本 一雄	電話予約 070-5070-7792	野津田町 2209	ブルーベリーの摘み取り販売 7月中旬～9月初旬	摘みたての味をお楽しみいただけます。
10	小野路ブルーベリー園 宮本 俊宏	電話予約 090-8302-2209	小野路町 1014	ブルーベリーの摘み取り販売。果物販売 6月初旬～9月上旬	完熟のブルーベリーの味は格別です!
11	小野路農園クラブ NPO法人たがやす	電話 042-794-9002 携帯 090-3435-8611 メール npo-tagayasu@nifty.com	小野路町 	親子で楽しめる旬の野菜収穫や農業体験	“はたけで発見、はばたけ未来のファーマー”
12	おおるりファーム 青木 留理	インターネット予約 https://helloaini.com/users/175 (アイニ)	小野路町 	農業・化学肥料・除草剤を使用せず育てた旬の野菜の収穫体験等ができます。通年実施	採れたての野菜の収穫と料理等。駐車場はお問合せください。
13	町田里山ベリー園 中嶋 豊	電話予約 042-797-3246	上小山田町 2663	ブルーベリーの摘み取り販売 6月中旬～8月水～日 (月・火は休園)	自然いっぱいの中でブルーベリー狩りを楽しませます!!
14	浅沼ブルーベリー農園 浅沼 重臣	6月は要予約 080-1149-9630 7月中旬～9月初旬は予約不要。直接お越しください	木曽西 5-14	ブルーベリーの摘み取り販売 6月上旬～9月初旬 (6月は要予約)	ブルーベリーは年間 7~8t 収穫できます。ジャムに加工したり、生食しています。
15	B factory 高梨 こずえ	電話、またはメール 042-851-9213 bfactoryblueberry@gmail.com	山崎町 1877-1	ブルーベリーの摘み取り販売 7月中旬～8月中旬	農業を使わずに育てた大粒完熟のブルーベリーなどが収穫できます。農園に防草シートを敷いているため、小さなお子さんでも安心して収穫することができます。
16	相原ブルーベリー農園 木下 幸博・正樹	電話予約 (当日予約可) 080-5088-7588	相原町 2052	ブルーベリーの摘み取り販売 ハチミツ、ブルーベリージャムの販売 6月中旬～8月末	相原中央公園のとなりにあるブルーベリー摘み取り園。もちろん有機栽培&農薬不使用。特殊な栽培法により、甘くておいしい作物を目指しています。
17	大谷里山農園 大谷 良文	電話予約 090-7224-2801	下小山田町 1532	野菜作り、棚田の米作り、堆肥用落ち葉集め、シイタケ駒打ち、蜜蜂の採蜜、醤油作り、山菜採り等。通年実施	里山の再生を通して、里山の恵みを多くの人と分かち合う活動を行っています。

2021年度 町田市立小・中学校朝食レシピコンテスト
受賞レシピが食堂のメニューに！



2022.8.3 食堂メニュー

最優秀賞
小学生の部
★★★★
もちもちチーズ味噌

JA町田市賞
小学生の部
★★★★
夏野菜たっぷり！
冷製コンソメスープ

優秀賞
小学生の部
★★★★
野菜たっぷり まち☆☆ベジオムレツ

野菜たっぷり まち☆☆ベジオムレツ



2022.8.2 食堂メニュー

最優秀賞
中学生の部
★★★★
地元の野菜を食べて
元気いっぱい丼

入賞作品のレシピをもとに献立をアレンジしました



2022.8.4 食堂メニュー

優秀賞
中学生の部
★★★★
さっぱり！夏野菜
たっぷりちらし定食



不足しがちな小魚とみんなが好きなチーズで作るまち☆☆ベジメニュー

最優秀賞 小学生の部

もちもちチーズ味噌

【1人分】

- ・切りもち… 1コ
- ・トマト… 15g
- ・ナス… 30g
- ・オクラ… 10g
- ・味噌… 小さじ1
- ・チーズ… 18g
- ・しらす… 10g
- ・牛乳… 小さじ2

- ①野菜はうす切りにし、切りもちをさいの目切りにする。
- ②味噌を牛乳で溶く。
- ③広げたアルミホイルに①を並べ、②をかける。さらにチーズとしらすをのせる。
- ④オーブントースターで5分焼く。

忙しい朝でも栄養満点時短メニュー！

最優秀賞 中学生の部

地元の野菜を食べて元気いっぱい丼

【3人分】

【味噌汁】

- ・スッキーニ… 5cm
- ・オクラ… 3本
- ・プチトマト… 6コ
- ・ナス… 1本
- ・粉末だし… 適量
- ・味噌… 適量

【しらすおかか】

- ・しらす… 25g
- ・かつおぶし… 1袋
- ・醤油… 適量

【オクラ納豆】

- ・オクラ… 3本
- ・納豆… 1パック

【目玉焼き】

- ・たまご… 3コ
- ・ハム… 6枚
- ・油… 適量

- ①オクラは塩もみして下ゆでしておく。
- ②【味噌汁】 スッキーニ、オクラ、ナスをカットする。お湯をわかし、粉末だしを入れ、カットした野菜とプチトマトとオクラを入れ、最後に味噌を入れる。
- ③【目玉焼き】 フライパンを熱して油をしき、ハム、たまごを入れ、さらに水を少し入れてからふたをし、蒸し焼きする。
- ④【しらすおかか】 しらすとかつおぶしを混ぜて醤油をかける。
- ⑤【オクラ納豆】 オクラと納豆を混ぜてタレをかける。
- ⑥器にご飯をよそい、③④⑤をのせる。

食への関心を高め、成長に必要な栄養やバランスの良い食事について理解を深めることを目的に、2020年から町田市教育委員会が開催している「朝食レシピコンテスト」。

2021年は町田市立小学校の6年生と町田市立中学校全学年を対象に夏休み期間に実施され、子どもたちのアイデアが詰まった「まち☆☆ベジ」を使った朝ごはんのレシピが集まりました。

栄養バランスはもちろん、作りやすさやオリジナリティなどが審査され、全4213作品の中から18作品が最優秀賞、優秀賞、Goodアイデア賞、JA町田市賞に選ばれました。受賞した作品は学校給食のメニューに採用されたり、レシピサイトに掲載されたり、さまざまなお披露目されています。

2022年8月には、町田市庁舎2階の食堂に受賞作品の一部が特別メニューとして登場。旬のまち☆☆ベジをたっぷり使った料理が3日間限定で提供されました。