

瀬戸花子さん「噂のまるごとアップル」
生産者さんの作った紅玉を使いました。さわやかな酸味です!
¥180

ウオコーさん「生チョコクリームプリン」
濃厚なチョコレートの味を染しめる、味わい豊かなプリンです。ご賞味あれ!
¥360

豆腐屋ひろさん「ふわふわ揚げだし」
質の良い大豆を使ったひろさんの揚げ出し豆腐。煮ても、焼いても美味しい一品です!!
¥280

くわの美さん「みかんパン」
生地にもトッピングにもたっぴりみかんを入れました。生産者さまのみかんを使用しました。
¥350

リヴェルニーさん「ゆちごロール」
しっとりふわふわの苗のロールケーキです。クリームと苗を贅沢に使っています!!
¥981

まみちゃん工房「プチ紅茶クッキー」
ほんのり紅茶の風味が香るサクサククッキーです。食べ始めたら、とまらない美味しさです!!
¥250

カネミツ食品「プチベールこんにやく」
栄養価が高いプチベールをこんにやくに混ぜ込みました。お正月明けのダイエット食品のおひとつはいかが?
¥210

アキ・クマザワさん「アーモンドクレーン」
アーモンドの香りがふわわりと…。コクのあるしっとりとした食感の味わい豊かなおやつです!!
¥210

甘酒のふるまいサービス
9:00～11:00(なくなり次第終了)
於/正面入り口
寒さに負けないように、美味しい甘酒をふるまいます。皆さまお出かけください!!
1/5 (木)

年始初売り福袋
瀬戸花子さん、田村屋製菓、えいこく屋、仁吉庵、アキ・クマザワ、リヴェルニー、多くの生産者の皆さんの商品で福袋販売します。売切れ次第終了!!
1/5～8 (木～日)

酉年 たまごフェア
大人気の宮下ファームさんの卵が、通常1パック¥380→¥300でお値打ちに提供いたします。
※なくなり次第、終了いたします!!
1/7～9 (土～月)

瀬戸資産自然森のお話し
10:00～15:00(情報施設)
瀬戸は自然森のある貴重な地域です。瀬戸の森で撮影された映像を見ながら、樹木匠の加藤先生が優しく丁寧に解説していただけます。是非、ご参加ください!!
1/15 (日)

軽トラ市
9:00～12:00(多目的広場)
毎度、おなじみの軽トラ市です!!生産者の皆さんとお話ししながら、野菜、苗、果物を対面販売いたします。※売り切れ御免です!!
1/22 (日)

手作りクラフト
9:30～14:00(情報施設)
大人気の手作りクラフトコーナーです。今回は桑内先生ご夫妻が「節分飾り」を懇切丁寧に指導いただけます。参加費は無料ですので、皆さんご参加ください。
1/22 (日)

道の駅交流市場
10:00～15:00(多目的広場)
田原のくいはうす、他の道の駅の皆さまが出店されます。各地の生産物の産直野菜や海産加工品をお買い求めください!!※売切れ御免です!
1/28・29 (土・日)

予告ご案内 お雛様色紙プレゼント
干支に引き続き、来月はお雛様の色紙(小沢英之氏直筆)を抽選でプレゼントいたします。2月号の紙面にてご案内いたします!!

副駅長さんのおしゃべり簡単クッキング!
1月10日、17日、24日、31日 15:00pm～
参加費/特に参加費はいただきません。食堂ご利用の方、食堂ご購入の方が参加対象となります。

今日の薬膳 ブロッコリー
五臓の働きを良くするブロッコリーは、虚弱体質の人や元気がでない人、老化が気になる人におすすめの食材です。とくに胃腸の働きや腎臓の働きをよくします。胃弱や腎機能低下、がん予防にも、期待できるでしょう。
薬膳・漢方の食材帳より

アクセス MAP
愛知県瀬戸市品野町1丁目126番地の1
TEL0561-41-3900 URL / www.setoshinano.jp
Facebook / 瀬戸しなので検索!

第16回 陶の街瀬戸のお雛めぐり
瀬戸市では、2月4日(土)から3月5日(日)まで、中心市街地がお雛さまで華やかに彩られる「陶の街瀬戸のお雛めぐり」を開催します。メイン会場の瀬戸蔵では、約1000体の陶磁器やガラスの創作雛を展示した、高さ4mの巨大なピラミッド型のひな壇「ひなミッド」が登場するほか、周辺ギャラリーでもお雛さまが飾られ、瀬戸焼のお雛さま作り体験や、限定のお雛ランチ&スイーツの提供など、各所でさまざまなイベントが行われます。
(お問い合わせ) 瀬戸市まるっとミュージアム 観光協会 瀬戸市蔵所町1-1
TEL0561-85-2730 http://www.seto-marutto.info/

新春
旧年中は格別なるご愛顧を賜り、誠にありがとうございました。おかげをもちまして「道の駅瀬戸しなの」も三月には6周年を迎えます。本年も新鮮で美味しい野菜など豊富なバリエーションで皆さまに愛される道の駅をモットーにスタッフ一同精進してまいりますので、変わらぬご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。
道の駅瀬戸しなの スタッフ一同

年始のご案内
1月5日より通常営業!!
せとのし食堂 8:30～17:00
物販コーナー 9:00～18:00

「春の七草」の販売
●セリ……鉄分を多く含み、食欲を増進させる。
●ナズナ……解熱・利尿作用がある。
●ゴギョウ……風邪の予防や解熱作用も。
●ハコベラ……ビタミンAが豊富で、腹痛の薬にも。
●ホトケノザ……食物繊維を多く含む。
●スズナ……ビタミン類を多く含み、消化を助ける。
●スズシロ……消化を助け、風邪の予防にも。

御形(ごぎょう) ハコベラ
蘿蔔(らぶろ) 大根
繁縷(はんる) はこべ
芹(せり) セリ
薺(なずな) ナズナ
菘(すずな) カブ
仙座(せんざ) タデノリ

セリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロ……これら春の七草を刻んで炊いた七草粥。中国では唐の時代、「人日の節句(1月7日)」に7種類の若菜を入れた七種菜羹(ななしさいのかん)という汁物を食べ、無病息災を願う習慣が広まりました。この風習が日本へ伝わり、日本古来の風習「若菜摘み(年始に若草を摘んで食する風習)」と結びついて、室町時代以降に七草粥の形になったといわれています。その後、江戸時代になると「七草の節句(人日の節句)」が「五節句(七草・桃・端午・七夕・重陽の節句)」のひとつに定められ、1日7日に七草粥を食べる習慣が庶民の間にも広まりました。

甘酒はいかがですか?
米こうじ 900ml ¥820
①おかゆを1合分作り、冷ます。
②300gの米こうじを入れ、混ぜる。
③炊飯器に入れ、蓋をあけたまま布巾をかぶせる。保温で6時間。
④できあがり!!
※あまった米こうじは、塩こうじにすると便利!!
甘酒ふるまいイベント開催!! 詳しくは裏面の行事案内で!

おでんはいかがですか?
おでんの具 ¥698
たまねぎ ねぎ生美 各¥238
ごぼう ¥218
じゃこ天 ¥250

道の駅瀬戸しなのでは、かねまささんの練り物を販売しています。ふわわりして美味しい、色々な種類を用意しております。地元でとれた美味しい大根とあわせて、おでんはいかがですか?