



## スイカ



スイカ農家 古井 勇一さん

夜須町のブランドスイカ「ルナビエナ」は、美しく美しい太平洋にぽっかり浮かんだ満月をイメージして名付けられました。小ぶりですが糖度が高く、完熟するまで大切に育てられています。



## メロン



メロン農家 立山 祐二郎さん

ココナツ殻を温めた栽培床で育ち、1本の苗にたった1玉しか実をつけない夜須町の「エメラルドメロン」。香酸美町の「かがみーしゃん」は、化石層の粉を土づくりや肥料に生かしたこだわりのメロンです。

●Tre Fruita トレフルッタ  
「3つのかごのもの」。太陽の光が最も行き渡る「立体栽培」で、種物本来の生命力と最高の糖度を引き出すために、水分を抑制し乾燥しながら一つ一つ大切に育てています。



トマト農家 竹中 光恵さん

## フルーツトマト

夜須町の「フルーツトマト」は、食味にこだわり、甘さだけでなく酸味も楽しむことができます。サラダなど生食するのが一番のおすすめです。



ニラ農家 島内 復さん

## ニラ

野市町の「いちほぎ節り」では、千ネズ記帳に譲渡する「ニラ飛ばし大倉」が贈られるなど、地域の人々に愛されながら、市内各地で広範囲に生産されています。

## みかん

香酸美町山北地区を中心に作られている、甘味が特徴の「山北みかん」。ビニールハウスでも栽培されるなど、年間を通して収穫されています。



## ショウガ

高知県が生産量日本一のショウガは、香酸美町、夜須町の山間部でも作られています。薬味や副食にと、料理に大活躍です。

## イモ

市内各所で生産されており、ホクホクとした甘み、夜須の手山山のイモは鳴門金時種のルーツと書かれています。



# 海と山と大地の恵み

## 香南市のうまいもん

豊かな自然に恵まれた香南市には、海の幸・山の恵み、そして南国ならではの新鮮な果物や野菜が、おうちで味わえるように大切に育てられています。



## 長太郎貝

夜須の手組で養殖されている長太郎貝は、虹のかけらのように鮮やか。地元では、シンプラに添えてお弁当で食べるのが一番おいしいと言われます。住吉漁港や手組漁港で販売しています。



漁師 山崎 孝さん



## ちりめん

香田町の浜風に香るちりめんじゃこは、イワシの稚魚（ぶらめ）を揚げし天日干ししたもので、カルシウムたっぷり。蒲がいはんと相性ぴったりです。



漁師 瀧口 慎哉さん

## シイラ

春から11月頃まで手組漁に水揚げされるシイラは、1匹の重さ3〜4kg、時には20kg口を超える大物が獲れ、味は淡白で脂が少なく、新鮮なものは刺身で食べると最高です。



## らっきょう

主に香田町の砂地で作られているらっきょうは、生産者を中心として作る「まひびん」という美味しいらっきょう漬物として味わえます。