



お花畑の中にあるだけで  
幸せな気分が  
摘み取りが楽しめる

小平市  
**小川農園**  
●おがわのうえん

☎090-3524-7443

シーズン中は花の愛好家や家族連れなどで賑わう人気の農園。広大な花畑に咲いているたくさんの種類の花から、好きな花を好きなだけ摘み取ることができる。摘み取り用のハサミ、軍手、カゴは無料で貸してくれるので手ぶらでOK。夏はブルーベリー、秋はキウイフルーツや柿のもぎ取りもできる。

●小平市小川西町5-9 ●西武小川駅西口から徒歩13分 ●花の種類によって異なる ●5~12月の9時~12時30分、14~17時 ●日曜、雨天時 ●5台

- 主な体験メニュー**
- 花の摘み取り
  - ブルーベリー・キウイフルーツ・柿の収穫

小平市  
**島村ブルーベリー園**  
●しまむらぶるべりーえん

☎042-461-7824

日本でブルーベリーが初めて農産物として栽培されたのが小平市だが、まさにその場所がここ。オーナーが愛情と手間暇をかけて育てたブルーベリーの摘み取りができる。一粒ずつ食べるのではなく、手のひら山盛りを一口で食べるのが一番おいしい食べ方だとか。ぜひ試してみよう。新鮮なブルーベリーは6月下旬~9月下旬まで、毎日庭先販売している。

●小平市花小金井南町1-10-13 ●西武花小金井駅から徒歩6分 ●1パック(300g程度)1000円 ●7月中旬~8月下旬の10~12時、15~17時(要予約) ●月・水・金曜 ●10台

- 主な体験メニュー**
- ブルーベリー摘み取り



ぜひ味わたってほしい  
摘みたてのおいしさを

**フルーツ狩りから体験農園まで、おいしく遊ぼう!**

広い耕地面積をもつ北多摩エリアは、体験できる種類も豊富。都心から近いので、アクセスも楽々。思い立ったら、北多摩エリアのフルーツ狩り＆収穫体験へGO!

小平市  
**にごりや農園**  
●にごりやのうえん

☎042-341-6440

農家の畑での収穫体験を通して、野菜がどうやって作られるか、どのような工夫をしているかを学べる。体験後には採れた野菜をふんだんに使ったおもてなしランチでお腹も満足。不定期だが、ほかにも野菜や果物を使った調味料や和菓子などの加工品の製造体験も楽しめる。

●小平市小川町1-185 ●西武東大和市駅から徒歩10分 ●体験によって異なる ●3台

- 主な体験メニュー**
- 野菜収穫
  - ジャム・調味料などの加工製造



上手に収穫できれば思わず笑顔に



広い畑で収穫体験ができる



狭山丘陵の高台にある小林農園



見晴らしがよい絶好のロケーション

小平市  
**フクシマストロベリーファーム**  
●ふくしますとるべりーふぁーむ

☎090-6503-7274

イチゴの品種は紅ほっぺ、かおり野、やよいひめ。それぞれ特徴があるイチゴなので、食べ比べができるのもうれしい。受付でハサミとバックを受け取り、摘み取った分だけを量り売りしてくれる。時間制限はなく、摘み取ったイチゴは会計後、ハウスに隣接のテーブル席で食べることもできるので、つついたくさん採ってしまおう。

●小平市仲町283 ●西武小平駅南口から徒歩12分 ●摘み取り100g270円 ●1~5月の10~15時 ●月・水曜(祝日の場合は営業) ●3台



ハサミとバックを受け取ったら、さあ摘み取り!



ハウス内にはイチゴの甘い香りが漂う

- 主な体験メニュー**
- イチゴ狩り

武蔵村山市  
**小林農園**  
●こばやしのうえん

☎042-561-3305

武蔵村山市内に6軒あるミカン農園のうちの一つ。狭山丘陵の日当たりのよい南斜面を利用し、約500本の「東京狭山みかん」を栽培している。もぎたてのミカンは糖分と酸味のバランスが絶妙で濃厚な味わい。高台からは美しい景色も楽しめる。土・日曜、祝日は駐車場が満車になることが多いので、なるべく公共交通機関を使う。

●武蔵村山市中藤5-84-1 ●西武東大和駅から西武バスイオンモール行きで15分、中藤下車、徒歩3分 ●400円(90分)、持ち帰り1kg300円 ●10月下旬~11月中旬の10~16時(土・日曜、祝日は9時~) ●雨天時 ●20台

- 主な体験メニュー**
- ミカン狩り

小平市  
**ベンスファーム**  
●べんずふぁーむ

☎042-327-0644

春はポピーやミニバラ、夏はヒマワリ、秋から冬にはコスモスと、季節の花々を摘み取ることができる。夏にはブルーベリーやスイートコーンの収穫も。カフェスペースは、オーナーがアメリカから取り寄せた全長12mのトレーラーハウス。摘み取り後はこのユニークなカフェにも立ち寄りてみては。

●小平市鈴木町1-464 ●西武花小金井南口から立川バス国分寺駅北口行きで15分、共済住宅下車、徒歩3分 ●体験メニューによって異なる ●3~12月の10~17時 ●月曜 ●20台



季節ごとに花の摘み取りを楽しめる

- 主な体験メニュー**
- 花の摘み取り
  - ブルーベリー・スイートコーン・エダマメの収穫



特産品からレアものまで揃う  
知る人ぞ知る直売所

新鮮食材  
買うなら「JA」!



ドライ柿 250円  
素材の甘味がギュッとつまつたやさしい味(季節限定) ●

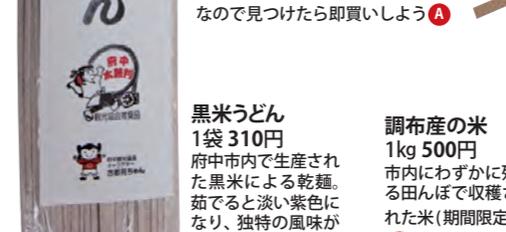


野菜パウダー 30g 400円  
地場野菜を使用したパウダーは、ホウレンソウ、ニンジン、カボチャなどの5種類。シフォンケーキに入れば彩りも鮮やか ●



JAマイズ  
限定アイス  
枝豆アイス  
枝豆はえだまめ使用

JAマイズ  
限定アイス  
黒米うどん  
黒米による乾麺。茹でると淡い紫色になり、独特の風味がある ●



JAマイズ  
調布産の米 1kg 500円  
市内にわずかに残る田んぼで収穫された米(期間限定) ●



JAマイズ  
ブルーベリーソース 450g 1500円  
調布産のブルーベリーのソース。ヨーグルトやパンケーキのトッピングに ●

JAマイズ  
**JAマイズショップ 狛江店**  
●まいんずじょぶごまえてん

☎03-3488-3428

駅から徒歩3分の好立地  
狛江といったらエダマメ。市内産のエダマメは、6月中旬から9月上旬ごろに店頭に並び、売り切れ必死の人気商品。枝豆アイスも大人気だ。期間限定なので要チェック!



●狛江市東和泉1-2-19 ●小田急狛江駅から徒歩3分 ●9~18時(日曜、祝日は~17時) ●なし ●15台 ●2017年2月現在建築中のため駐車可能台数変更あり  
狛江以外に周辺地域の農産物も揃う

JAマイズ  
**JAマイズショップ 西府店**  
●まいんずじょぶにしふてん

☎042-360-3416

こだわりの卵で作られた蒸しパンはマストバイ!  
新鮮野菜に加えて高野養鶏場の卵を使った蒸しパン(→P15)も大人気。プレーン味のほか、ニンジンとホウレンソウ味(各150円)も販売している。早めに訪れてゲットしよう。



●府中市分梅町3-65-1 ●JR西府駅から徒歩7分 ●9~18時(日曜、祝日は~13時) ●なし ●20台  
蒸しパンが美味!

JAマイズ  
**JAマイズショップ 調布店**  
●まいんずじょぶちようふてん

☎042-486-1585

地元の生産者が丹精込めて育てた農産物を買に行こう  
調布産をはじめ、府中や狛江産の地場野菜を販売。地元生産者が考案した、野菜パウダーも各種揃う。ヨーグルトに合うブルーベリーソースも好評だ。



●調布市国領町7-30-11 ●京王国領駅から徒歩9分 ●9~17時 ●日曜、祝日 ●10台  
新鮮野菜のほか加工品も充実している