



大阪産（もん）を 探してみよう！



おおさかもん
「大阪産（もん）」とは？

おおさか しゅうかく せいさん のうりんすいさんぶつ かこうひん
大阪で収穫、生産された農林水産物やその加工品



いいもん! うまいもん! さか 大阪産!もん おお



©2014 大阪府もずから



大阪湾
シラス・マイワシ・スズキ
シラヒナメ・フロダイ・サワフ
マダコ・ハマ・マアナゴ
ヒラメ・アカガイ・キジハタ
カキ・ワカメ・ソリ

能勢町
米・くり・しいたけ
トマト・きゅうり・いちご
肉牛・地玉子・油豆腐

豊能町
くり・トマト
高山真菜
ヤーコン

池田市
ほうれんそう
しゅんぎく
こまつな
樺木・益敷

箕面市
しいたけ・くり
びわ・ゆず
さんしょう
切花・花木

豊中市
切花・青ねぎ

吹田市
吹田産物

摂津市
無窮餅子

守口市
守口大根

門真市
くわい・れんこん

大東市
ミニトマト

東大阪市
ねぎ・ほうれんそう
しゅんぎく・こまつな
菊・萩

八尾市
えだまめ・茄子
ほうれんそう
いちご・夏たけ
切花・切枝・菊

松原市
しろな・ねぎ
新選別・こまつな
えだまめ・キャベツ
あひる

柏原市
ぶどう
あかん

羽曳野市
ぶどう・いちじく
あずき
蒲井餅豆
はちみつ

富田林市
なす・きゅうり・ねぎ
しいたけ
いちご・えびいも・あかん
樺木・地玉子・はちみつ

河内長野市
もも・なし・かき
ぶどう・しいたけ
舞波節・花壇節
おあさひ内村

岸和田市
もも・水なす・あかん・たけのこ・しいたけ
にしん・しゅんぎく・あずき・こまつな
ねぎしいき・たまねぎ・ほうれんそう・ねぎ
トマト・とうがん・いちじく・切花・地玉子

泉佐野市
水なす・キャベツ・たまねぎ
らぶら・えだまめ・スイートコーン
ねぎしいき・ミニトマト・ねぎ
さといも・花壇節・地玉子・萩

熊取町
さといも・水なす
たまねぎ・らぶら
ねぎしいき・キャベツ
樺木・はちみつ

高石市
トマト・しゅんぎく
ねぎ・きゅうり
あずき・大根しろな
こまつな・キャベツ
ほうれんそう・あかん
観音堂餅・花壇節
樺木・肉牛

泉津市
しょうゆ

忠岡町
水なす

貝塚市
水なす・あつぱ
しゅんぎく・たけのこ
ほうれんそう
たまねぎ・あかん
キャベツ・ねぎ
ねぎしいき・さといも

和泉市
なす・あかん
たけのこ・しいたけ
うめ・トマト
きゅうり・かき
たまねぎ・いちご・切花
おあさひ和泉村(しずく)
はちみつ

大阪狭山市
ぶどう・トマト

富田林市
なす・きゅうり・ねぎ
しいたけ
いちご・えびいも・あかん
樺木・地玉子・はちみつ

河内長野市
もも・なし・かき
ぶどう・しいたけ
舞波節・花壇節
おあさひ内村

岸和田市
もも・水なす・あかん・たけのこ・しいたけ
にしん・しゅんぎく・あずき・こまつな
ねぎしいき・たまねぎ・ほうれんそう・ねぎ
トマト・とうがん・いちじく・切花・地玉子

高槻市
トマト・いちご
しいたけ・蒟蒻
花壇節

茨木市
トマト・赤しそ
青とうもろこし
三島肥後・いちご
大根しろな
花壇節

豊中市
切花・青ねぎ

吹田市
吹田産物

摂津市
無窮餅子

守口市
守口大根

門真市
くわい・れんこん

大東市
ミニトマト

東大阪市
ねぎ・ほうれんそう
しゅんぎく・こまつな
菊・萩

八尾市
えだまめ・茄子
ほうれんそう
いちご・夏たけ
切花・切枝・菊

松原市
しろな・ねぎ
新選別・こまつな
えだまめ・キャベツ
あひる

柏原市
ぶどう
あかん

羽曳野市
ぶどう・いちじく
あずき
蒲井餅豆
はちみつ

富田林市
なす・きゅうり・ねぎ
しいたけ
いちご・えびいも・あかん
樺木・地玉子・はちみつ

河内長野市
もも・なし・かき
ぶどう・しいたけ
舞波節・花壇節
おあさひ内村

岸和田市
もも・水なす・あかん・たけのこ・しいたけ
にしん・しゅんぎく・あずき・こまつな
ねぎしいき・たまねぎ・ほうれんそう・ねぎ
トマト・とうがん・いちじく・切花・地玉子

のうさくもつ ^{みず}
農作物（水なす） ができるまで



たね
種まき



いくびょう
育苗
 なえ ^{そだ}
 (苗を育てます)



せいし
整枝
 えだ ^{せいり}
 (枝を整理します)



しゅうかく
収穫

あるぞ!

島本町
 たけのこ

枚方市
 きゅうり・なす
 トマト・たまねぎ
 えんどう・ずもも
 米 (エコレんげ米)

交野市
 えんどう・キウイ
 ジャガイモ
 ほちみつ

藤井寺市
 ほうろく・ねぎ
 しほんぎく
 花壇帯
 いちじく

太子町
 えんどう・みかん
 ぶどう・きゅうり
 球おさか河内材
 はちみつ

河南町
 みかん・いちじく
 みずな・さといも
 きゅうり・信濃野菜
 なす・いちじく
 切花・楠木・地玉子
 おおさか河内材

千早赤阪村
 みかん・なす・きゅうり
 いちじく・切花・おおさか河内材

やさしい 野菜

みずみずしく、ほんのりと甘い!
せんしゅうみず

泉州水なす



- 主産地
いすみさのし
泉佐野市
きしわだし
岸和田市
かいづかし
貝塚市
- 旬
4～10月
- 料理
つげもの
漬物

ぜんこくくっし せいさんりょう
全国屈指の生産量!

しゅんぎく



- 主産地
さかいし
堺市
きしわだし
岸和田市
かいづかし
貝塚市
- 旬
10～3月
- 料理
なべもの
鍋物

このやか
お好み焼きに欠かせない
せんしゅう

泉州キャベツ



- 主産地
いすみさのし
泉佐野市
せんなんし
泉南市
かいづかし
貝塚市
- 旬
12～3月

カルシウムたっぷり

おおさか

大阪 こまつな

- 主産地
さかいし
堺市
きしわだし
岸和田市
やおし
八尾市
ひがしおおさか
東大阪市
- 旬
10～3月



- 料理
おひたし

おお やわ
大きくて、柔らかい!
おおさか

大阪なす

- 主産地
とんだばやし
富田林市
かなんちょう
河南町
たいしちょう
太子町
- 旬
4～7月
- 料理
焼きなす



そうしゅん てん
早春に天ぷらで

やおわか

八尾若ごぼう

- 旬
2～3月
- 料理
かき揚げ



やさい 野菜

パリッと歯切れがいい！
おおさか

大阪 きゅうり

- 主産地 しゅさんち
とんだばやし とんだばやし
富田林市
- 旬 しゅん
9～11月 がつ
- 料理 りょうり
酢の物 すもの



ぷりっぷりの食感 しよっかん
おおさか

大阪えだまめ



- 主産地 しゅさんち
やおし やおし
八尾市
- いすみさのし いすみさのし
泉佐野市
- まつばらし まつばらし
松原市
- 旬 しゅん
7～8月 がつ
- 料理 りょうり
しおゆ しおゆ
塩茹で

あま
甘くて、やわらかい
せんしゅう

泉州たまねぎ



- 主産地 しゅさんち
いすみさのし いすみさのし
泉佐野市
- せんなんし せんなんし
泉南市
- はんなんし はんなんし
阪南市
- 旬 しゅん
5～6月 がつ
- 料理 りょうり
オニオン
スライス

ぜんこく ぜんこく い い せいさんりょう せいさんりょう
全国7位の生産量

大阪みつば



- 主産地 しゅさんち
かいつかし かいつかし
貝塚市
- いすみし いすみし
和泉市
- さかいし さかいし
堺市
- 旬 しゅん
しゅうねん しゅうねん
周年
- 料理 りょうり
す す
お吸い物 もの

べつめい べつめい つきみいも つきみいも
別名「月見芋」
せんしゅう

泉州さといも



- 主産地 しゅさんち
せんなんし せんなんし
泉南市
- いすみさのし いすみさのし
泉佐野市
- くまどりちょう くまどりちょう
熊取町
- かいつかし かいつかし
貝塚市
- 旬 しゅん
9～10月 がつ
- 料理 りょうり
にもの にもの
煮物

「のびすぎでんねん」

大阪ふき



- 主産地 しゅさんち
いすみさのし いすみさのし
泉佐野市
- くまどりちょう くまどりちょう
熊取町
- せんなんし せんなんし
泉南市
- 旬 しゅん
3～5月 がつ
- 料理 りょうり
にもの にもの
煮物

かじゅ 果樹

デラウェアは^{ぜんこくだい}全国第3位の^{せいさんりょう}生産量
おおさか

大阪ぶどう (デラウェア)



○主産地
はびきのし
羽曳野市
かしわらし
柏原市
たいしちよう
太子町
○旬
5~8月

のうこう あじ
濃厚な味わい
おおさか

大阪ぶどう (ピオーネ)



○主産地
しゅさんち
はびきのし
羽曳野市
かしわらし
柏原市
たいしちよう
太子町
○旬
7~8月

ほどよい^{あま}甘さと^す酸っぱさ
おおさか
大阪みかん



○主産地
しゅさんち
いすみし
和泉市
きしわだし
岸和田市
ちはやあかさかむら
千早赤阪村
○旬
10~12月

ぎんよせ こうきゆうひんしゅ
「銀寄」は高級品種
のせ
能勢ぐり



○主産地
しゅさんち
のせちよう
能勢町
とよのちよう
豊能町
みのおし
箕面市
○旬
9~10月

いま のこ さんち
今も残る産地
きしわだしかねちか かわちながのしおやまた
岸和田市包近、河内長野市小山田
おおさか
大阪もも ○旬 6~7月



かんじゆく あま
完熟した甘み
おおさか
大阪いちじく



○主産地
しゅさんち
はびきのし
羽曳野市
かなんちよう
河南町
きしわだし
岸和田市
○旬
8~9月

ちくさんぶつ
畜産物

シェフにも^{あい}愛される^{あじ}こだわりの味
おおさか ^{ぎゅうにく}
大阪の牛肉



えさにこだわる
おおさか ^{ぶたにく}
大阪の豚肉



じもと ^{たまご} ^{しんせん}
地元の玉子を新鮮うちに
おおさか ^{じたまご}
大阪の地玉子



たいこう
太閤さんのころから^{しいく}飼育が^{さか}盛ん
あいがもにく
合鴨肉



きしょう ^{こくさん} ^{おおさか}
希少な国産が大阪にも
はちみつ



すいさんぶつ 水産物

ぜつみょう しょっかん あじ こ みりよく
絶妙な食感と味の濃さが魅力

シラス

○旬 4~11月



にくあつ
ぷっくり肉厚やわらか

マアナゴ

○旬 5~7月



てんじんまつり か なつ あじ
天神祭に欠かせない夏の味

ハモ

○旬 6~11月



ふうみ
風味よくやわらか

マダコ

○旬 6~11月



あぶら まるまるふと にんきもの
脂がのって丸々太った人気者

マイワシ

○旬 9~11月



にくしつ しろみ
やわらかい肉質とたんぱくな白身

シタビラメ (アカシタ)

○旬
11~5月



うまみ つよ なめ しょっかん
旨味が強く滑らかな食感

ガザミ

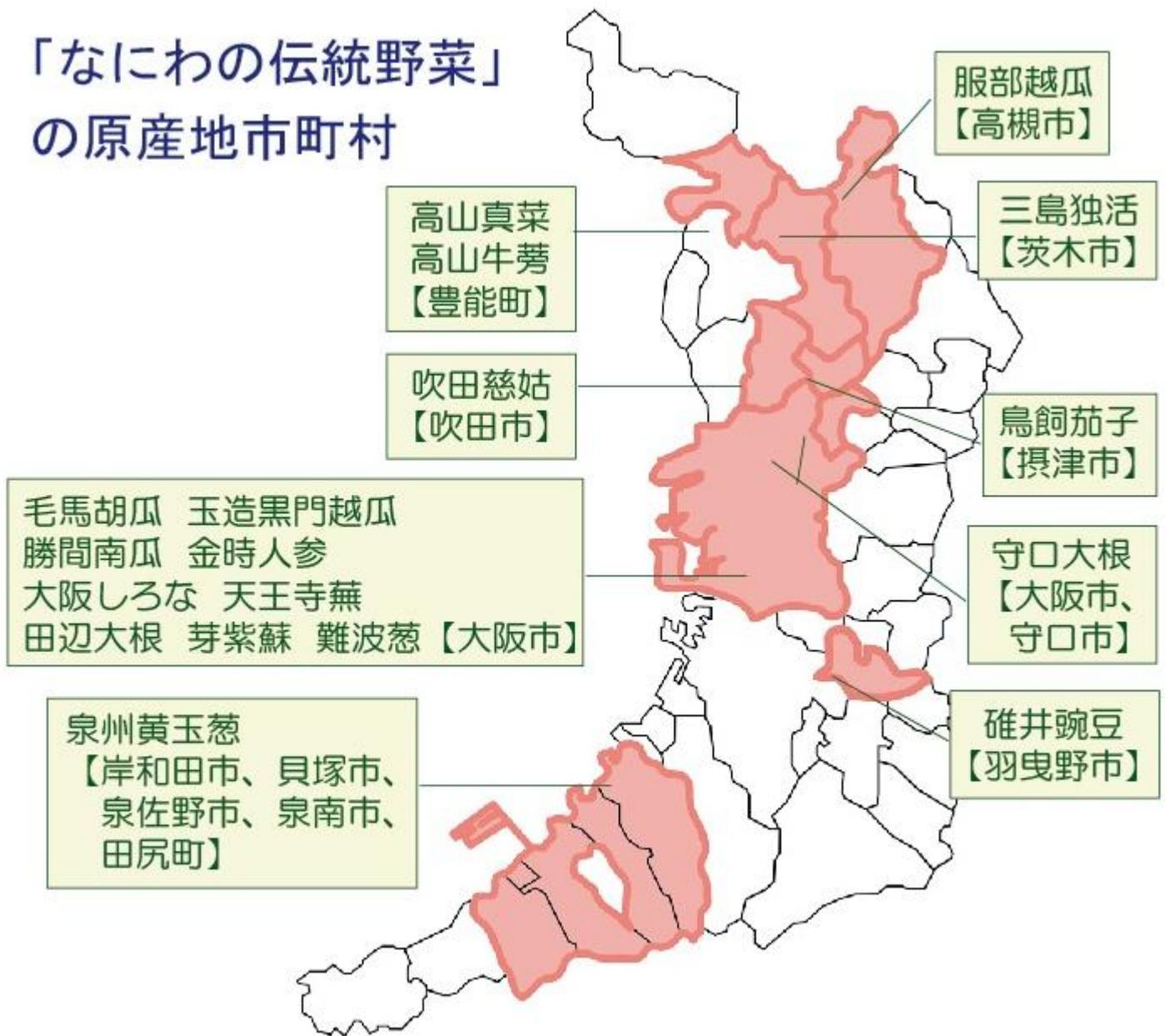
○旬
11~5月



でんとうやさい なにわの伝統野菜

- 古くから大阪府内で栽培されてきた野菜です。
- 読めるかな？

「なにわの伝統野菜」 の原産地市町村



でんとう や さ い
 なにわの伝統野菜

かわ 皮がやわらかく、
 どくとく あまみ 独特の甘味
 とりかい な す
鳥飼茄子 (摂津市鳥飼地区)



くき 茎がやわらかく、
 あまみ 甘味がある
 たかやま ま な
高山真菜 (豊能町高山地区)



かじつ まったんぼ どくとく にが
 果実の末端部に独特の苦み
 け ま き ゆ う り
毛馬胡瓜

おおさかし
 (大阪市
 みやこしまく
 都島区
 けまちよう
 毛馬町)



あまみ かお つよ
 甘味と香りが強いにんじん
 きんとき にんじん
金時人参 (大阪市浪速区)



にくしつ ちみつ じゅうなん あまみ と
 肉質が緻密、柔軟で甘味に富む
 たなべだいこん
田辺大根

おおさかし
 (大阪市
 ひがしすみよしく
 東住吉区
 たなべちく
 田辺地区)



かお たか しよつかん
 香り高くやわらかな食感
 みしまうど
三島独活 (茨木市三島地区)



でんとうやさい
なにわの伝統野菜

かお
香りがよく、やわらかい
たかやまごぼう
高山牛蒡 (豊能町高山地区)



しろいろ せんめい たてしま
白色の鮮明な縦縞
たまつくりくろもんしろり
玉造黒門越瓜

おおさかしょう
(大阪城)
たまつくりもん
玉造門
くろもん
(黒門)
ふきん
付近)



てんまな よ
「天満菜」とも呼ばれる
おおさか
大阪しろな

おおさかし
(大阪市)
てんまばしふきん
天満橋付近)



どくとく かお いろあい
独特の香りと色合
めじそ
芽紫蘇 (大阪市北区源八付近)



み すく あま
えぐ味が少なく、ほくほく甘い
すいたくわい
吹田慈姑 (吹田市)



じゆく あかちいろ あま ま
熟すと赤茶色になり甘みが増す
こつまなんきん
勝間南瓜 (大阪市西成区玉出町)



でんとう や さ い

なにわの伝統野菜

のざわな そせん い つた
野沢菜の祖先という言い伝えがある
てんのうじかぶら
天王寺蕪 (おおさかしてんのうじふきん
(大阪市天王寺付近))



かすづ しょっかん
糟漬けにすると食感がよい
はっとりしろり
服部越瓜 (たかつきしつかわきちく
(高槻市塚脇地区))



みずみずしくて、やわらかい
せんしゅう き たまねぎ
泉州黄玉葱 (せんしゅうちいき
(泉州地域))



あま つよ
甘みが強い！
うすいえんどう
碓井豌豆 (はびきのしうすいちく
(羽曳野市碓井地区))



つよ のうこう あま
強いぬめりと濃厚な甘み
なんばねぎ
難波葱 (おおさかしなんばふきん
(大阪市難波付近))



ほそなが
細長いだいこん
もりぐちだいこん
守口大根 (おおさかてんまんぐうしゅうへん
(大阪天満宮周辺))



はっしょうち
() は発祥地など

しょくせいかつししん 食生活指針

- しょくじ たの 食事を楽しみましょう。
- にち しょくじ すこ せいかつ 1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを。
- てきど うんどう しょくじ てきせいたいじゅう い じ 適度な運動とバランスのよい食事で、適正体重の維持を。
- しゅしょく しゅざい ぶくさい きほん しょくじ 主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。
- ごはんなどのこくるい 穀類をしっかりと。
- やさい くだもの ぎゅうにゅう にゅうせいひん まめるい さかな く あ 野菜・果物、牛乳・乳製品、豆類、魚なども組み合わせる。
- しょくえん ひか ししつ しつ りょう かんが 食塩は控えめに、脂質は質と量を考える。
- にほん しょくぶんか ちいき さんぶつ い きょうど あじ けいしょう 日本の食文化や地域の産物を活かし、郷土の味の継承を。
- しょくりょうしげん たいせつ むだ はいき すく しょくせいかつ 食料資源を大切に、無駄や廃棄の少ない食生活を。
- しょく かん りかい ぶか しょくせいかつ みなお 「食」に関する理解を深め、食生活を見直してみましょう。

へいせい ねん もんぶしょう こうせいしょう のうりんすいさんしょう さくてい
平成12年 文部省 厚生省 農林水産省 策定
へいせい ねん かいいてい
平成28年 改訂

ちさんちしょう 「地産地消」とは？

ちいき せいさん のうりんすいさんぶつ ちいき しょうひ
地域で生産された農林水産物を地域で消費することです。

せいさんしゃ しんせん のうりんすいさんぶつ て い
生産者に近いので、新鮮な農林水産物を手に入れることができ、
せいさん ようす たし
生産している様子なども確かめられます。

のうりんすいさんぶつ とお はこ く ばあい くら ゆそう
また、農林水産物を遠くから運んで来る場合に比べて、輸送に
はっせい にさんかたんそ へ かんきょうもんだい こうけん
よって発生する二酸化炭素を減らせるなど、環境問題に貢献する
こともできます。

しょくひん 「食品ロス」とは？

ほんらい た しょくひん す
本来は食べられる食品を捨ててしまうことをいいます。

た もの す かんきょう わる
食べ物を捨てることは「もったいない」ことで、環境にも悪
えいぎょう あた
い影響を与えます。

たいせつ しげん ゆうこう かつよう しょくひん へ
大切な資源を有効に活用し、食品ロスを減らしましょう。

「6次産業化」とは？

農林漁業者などが、農林水産物（1次産業）の価値を上げるため、食品加工（2次産業）、流通・販売（3次産業）にも取り組むことです。

1次産業の「1」、2次産業の「2」、3次産業の「3」を掛け算して6次産業と呼んでいます。



もっと大阪産（もん）を知ろう！



おおさかもん
大阪産（もん）ファン通信



おおさかもん
大阪産（もん）フェイスブック



おおさかもん
大阪産（もん）Twitter



おおさかもん
大阪産（もん）アーカイブ





大阪府環境農林水産部流通対策室

〒559-8555 大阪市住之江区南港北1-14-16

TEL 06(6210)9606

FAX 06(6210)9604

メールアドレス

ryutsutaisaku-g06@gbox.pref.osaka.lg.jp

ホームページ

http://www.pref.osaka.lg.jp/ryutai/osaka_mon/index.html

令和3年3月 発行