

日曜日 高知城から東へ約1.3km、約500店が車道を塞ぎ一日中大胆に開かれる市。300年前から続き、一日の出が約1万7千人という、規模も歴史も日本一の街路市。近郊の新鮮な野菜を中心に、日用品から骨董品まで幅広い商品が並ぶ。

場所：追手筋 店数：約500件
長さ：約1300m
時間：午前5時～午後6時まで
(4～9月)
午前6時～午後5時まで
(10～3月)



火曜日 坂本龍馬の誕生地近く、水路の上に戸板を渡してできる市。港直送の鮮魚が売られる等の特徴がある。

場所：上町4丁目、5丁目 店数：約60件 長さ：約250m
時間：日の出から日没1時間前



Street city in Kochi 高知の街路市

高知市には、全国でも珍しい曜日ごとに開かれる街路市があり「火木金日」に各地で開かれています。街路市の誕生は今から約300年前の元禄3年江戸時代のことです。4代目藩主山内豊昌公が開催日と場所を決め、定期市となったのが始まりです。それが曜日ごとの市になったのは明治時代のことです。明治9年に本町1～2丁目の日曜日に開かれることとなりました。これが現在の日曜市の始まりです。市は、日の出から日没近くまで開かれており、いろいろな高知の名産品・特産品が取り扱われ、人情味あふれる高知を代表する観光地となっています。



木曜日 県庁前のヤシの木並ぶ通りに開かれる市。野菜や果物の店の他に惣菜や手作り菓子の店も多い。

場所：県庁前 店数：約110件 長さ：約280m
時間：日の出から日没1時間前



金曜日 高知駅から最も近い高架下の街路市。商店街や古くからの住宅地に隣接していることも有り地域住民の台所となっている。

場所：愛宕町1丁目 店数：約60 長さ：約230m
時間：日の出から日没1時間前

お料理の幅が広がる

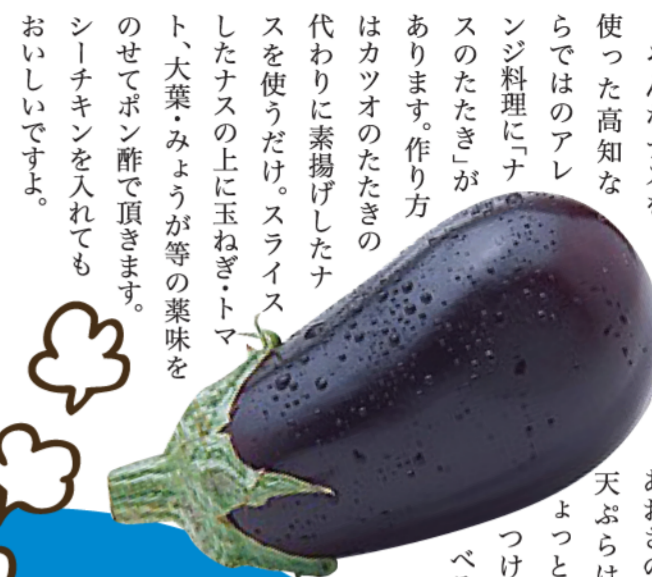
高知県は温暖な気候を生かしたハウス栽培が盛んに行われナスの生産量全国一。色々な品種がありますが、高知では「竜馬」という品種が多く栽培されています。

透明度の高い水質でないといけない。あおさのりの天ぷらは、ちよつと塩をつけて食べます。

ビタミン、ミネラルの宝庫。グレイプフルーツのような姿をした大きなあま〜り黄色い果物文旦。高知県は文旦日本一の生産地です。10月から12月はハウス栽培の水晶文旦。1月中旬から4月

上旬までは土佐文旦が市場に出まわります。黄色い皮をむけばみかんのよう。うに袋に包まれていますが、袋は食べずプリプリの実だけ食べます。

見た目のギャップ?! 日本近海のどこにでも生息している海のギャンダウ「うづぼ」ですが、食するのは高知を始め一部の地域だけみたいですね。高知では、「唐揚げ」「たたき」の料理で楽しめます。



そんなナスを使った高知ならではのアレ。ナスのたたきがあり。作り方はカツオのたたきの代わりに素揚げしたナスを使うだけ。スライスしたナスの上に玉ねぎ・トマト、大葉・みょうが等の薬味をのせてポン酢で頂きます。シーチキンを入れてもいいです。

漢方薬の原料

国内生産の約33%を高知県が占めていてダントツ生産量日本一!!

昔から漢方薬の原料としても使われていただけあって、胃腸の働きを活発にする・新陳代謝を高めるなど体に嬉しい効能がいっぱい。薬味として脇役のイメージが強いですが、最近ではジンジャー・エール・ジンジャーシロップなどの加工品が注目を集めています。



甘んぶさささ Kochi is eaten.

高知を食す

今回の特集は高知の特産品。高知にすみゆう皆さんに魅力的な高知の特産品をご紹介します。

高知県は東西に長く広がった形で海岸線が714キロと長く総面積の85%が山地という自然に大変恵まれた地形です。気候は年間を通して温暖で日照時間はなんと！日本でも1位2位を誇る長さです。

そのため、南国特有の日差しをいっぱい浴びて育った農作物が沢山あります。ビニールハウスでの野菜の栽培も盛んに行なわれているため全国1位の収穫率の野菜や果物も多くあります。よく見かけるものも高知の特産品です。これを機会に皆さん食してみてください。

高知ならではの 高知県内では最もポピュラーなアイスクリームで、普通のアイスクリームよりさっぱり、かき氷よりしっとりしています。スーパーでは「昔懐かしあいすくりん」という名前が売られています。一般的には、高知の下でバラソルを立てて販売していたり、桂浜等でも販売されています。

高知の特産品 ミカンの大きさがレモン色の果物。高知の特産品小夏。4月〜6月上旬までが食べごろ。種が少なく甘酸っぱい果物です。ビタミンC、クエン酸が多いため疲労回復や高血圧予防にもいいそうです。黄色い皮をむき中の白い薄皮と一緒に食べるとおいしいです。

脇役の重要度 みそ汁、鰹のたたき、冷奴、酢の物の薬味や刺身のつまなどの脇役として活躍のミョウガも高知果が生産品。品質ともに日本一。ちなみに、ミョウガを食べると物忘れがひどくなるという俗説があるけれど、最近の研究では全くそんなことは無く、むしろ眠気を覚まし、集中力を増すという効果があるそうです。

全国的にも有名な高知のトマト。でも生産量だけでは全国シェアの1%程度しかないそうです。それでも高知産のトマトは甘くておいしいと全国で評判になっています。なかでも高知市の徳谷地区で作られる徳谷トマトは、最高品質

の物になるとトマトの取引価格の値段が全国一という超高級品。甘さと酸味のハーモニーが絶品の高知のトマトはよく冷やしてそのまま食べるのが一番オススメです。

高知ならではの 高知県内では最もポピュラーなアイスクリームで、普通のアイスクリームよりさっぱり、かき氷よりしっとりしています。スーパーでは「昔懐かしあいすくりん」という名前が売られています。一般的には、高知の下でバラソルを立てて販売していたり、桂浜等でも販売されています。

高知の特産品 ミカンの大きさがレモン色の果物。高知の特産品小夏。4月〜6月上旬までが食べごろ。種が少なく甘酸っぱい果物です。ビタミンC、クエン酸が多いため疲労回復や高血圧予防にもいいそうです。黄色い皮をむき中の白い薄皮と一緒に食べるとおいしいです。

Leon・Rose Style

入居者募集中
インターネット無料

STYLEのあるお部屋
www.kochihouse.co.jp

住所：高知県高知市上町4丁目8-24 アルファ上町
家賃：35,000円〜 共益費：3,000円 水道代：1,500円

SUMIYOUは、高知に住みゆう、人と街とのつながりを応援します。

アパマンショップ 高知中央店
〒780-0870 高知市本町5丁目3-3
TEL 088-824-6811(代) FAX 088-824-6815
info@kochihouse.co.jp

アパマンショップ 高知駅前店
〒780-0056 高知市北本町2丁目2-17
TEL 088-878-1122(代) FAX 088-878-1160
ekimaeten@kochihouse.co.jp

アパマンショップ 高知宝永店
〒780-0817 高知市中宝永町4-18
TEL 088-880-1033(代) FAX 088-880-1088
houiten@kochihouse.co.jp

My one Culture vol.5

海馬 脳は疲れない

池谷 裕二 糸井 重里

学生時代に色々悩みがあった時に出会った本です。勉強があまり得意でなかった自分を駄目だと思っていた時期があったのですが、この本を読んだらかなり考え方が変わりました。

頭の良い人になるうとするのではなく、頭を良く使って毎日を送るかどうか大切な気がします。

人間の脳は使いかた次第で30歳を過ぎたからの方がまだまだ伸びる可能性があるらしいので、何事もあまり悲観的にならず頑張ってみようと思える1冊でした。

スタッフのお気に入りをご紹介します

高知中央店 山辺 真也

お客様へ一言
お住まいのお部屋で何か困った事がありましたら、お気軽にご連絡下さい。

本誌におけるご意見・ご感想等、お気軽に、どうぞ。

アパマンショップ KKOCHI HOUSE
http://www.kochihouse.co.jp/