



【メディアキャラバン資料】

「茨城の玉子」PR

茨城県では、茨城県養鶏協会と連携し、全国有数の産出額を誇る鶏卵のPRイベントや販促活動などを行っています。

茨城県は**15年連続で産出額全国第1位**！（平成20年～令和4年）

茨城県は、全国有数の産出額を誇る鶏卵（玉子）の生産地です。
世界で2番目に多く玉子を消費する、玉子好きの日本人は、1人当たり**年間340個**もの玉子を食べしており、そのおよそ**1割**が、茨城県で生産されています。

	都道府県	産出額
1位	茨城県	548億円
2位	鹿児島県	316億円
3位	岡山県	308億円
4位	千葉県	297億円

農林水産省 令和4年生産農業所得統計

◆ 栄養豊富な玉子を食べよう！

完全栄養食品と言われる玉子には、必須アミノ酸、脂質、ビタミン、ミネラル類、そして抗酸化成分など、多くの栄養素が含まれており、私たちの健康に良い影響を与えてくれます。例えば、玉子のタンパク質は、筋肉の疲労回復や増強に優れている他、免疫力の向上等が期待できます。

また、「玉子は1日1個まで」と聞いたことがありますか？実は、これは草食動物を使った研究から生まれた誤解なんです。雑食である人間はコレステロールを調整することができるため、健康な人は過剰に制限する必要はありません。ぜひ、健康によい玉子「1日2個」から始めてみて下さい。



◆ 玉子レシピ

安価で栄養バランスのとれたタンパク資源として、冷蔵庫に玉子を常備している方も多いのではないのでしょうか。玉子は、メイン料理からスイーツまで楽しめる、魅力的な食材。ゆで玉子、オムレツ、炒め物、茶わん蒸し・・・調理方法は数知れませんが、つつい同じメニューになってしまうことも。

「いばらき食と農のポータルサイト」では、玉子の情報発信だけでなく、玉子を使った美味しいレシピも提案しています（左のQRコード）。中には農家さんオススメの食べ方のご紹介も！ぜひ、ご家庭での料理のヒントにご活用ください。

10月5日～11月5日、玉子料理をテーマにした「茨城は玉子王国 SNS料理投稿キャンペーン」も実施しますので、奮ってご参加ください。



玉子レシピQRコード

◆ 11月5日は「いいたまごの日」

玉子の正しい知識の普及や消費を拡大する機会とすることを目的として、「いい(11)たまご(05)」の語呂合わせから、2010年(平成22年)に制定されました。

「いいたまごの日」に向けて、茨城県では9月から色々なイベントやキャンペーンで「玉子王国 茨城」を盛り上げます。

●玉子は、県内の直売所や道の駅の他、量販店、ECサイトなどで購入することができます。



いばたべ

■ 本件に関する問い合わせ、取材の申込みは、下記までご相談ください。

茨城県 営業戦略部 農産物販売課 畜産物・米G 担当：市毛、佐藤

TEL：029-301-3965 FAX：029-301-2859 E-mail：nouhan1@pref.ibaraki.lg.jp

今年の主なキャンペーン、イベント情報

キャンペーン

★NEW★茨城玉子検定クイズキャンペーン

期 間：8月31日（土）～9月30日（月）
内 容：茨城県の玉子に関するクイズに答えて、抽選で200名に景品が当たります。
応募方法：「いばらき食と農のポータルサイト（右のQRコード）」からクイズに参加
できます。
景 品：たまご券、オリジナル缶バッジ・ステッカー。



クイズCP
QRコード

★継続★茨城は玉子王国 SNS料理投稿キャンペーン

期 間：10月5日（土）～11月5日（火）
内 容：玉子を使った料理動画や写真をSNSに投稿して、入賞者100名に景品が当たります。
応募方法：いばたべ各種SNSなどで発信予定。
景 品：たまご券、オリジナルフードピック。

イベント

★継続★ちくさんフードコレクション2024 inいばらき

期 間：9月28日（土）～29日（日）
場 所：茨城県三の丸庁舎
内 容：茨城県養鶏協会のブースで玉子のつかみ取り、玉子の販売を実施。玉子はもちろん、
茨城の牛乳・乳製品、畜産物を知って、食べて、感じる事ができるイベントです。

★継続★おみたま大空マルシェ（旧玉子祭り）

期 間：9月28日（土）
場 所：空のえき「そ・ら・ら」
内 容：小美玉市養鶏協会のブースで玉子の重さあてイベントを実施。
地元の美味しいグルメを味わえて、楽しい企画も盛り沢山のイベントです。

★NEW★くるくるオムライス料理教室

期 間：10月13日（日）全2回（各回先着12名）
場 所：カスミブランド研究学園店キッチンスペース
内 容：茨城県産玉子を使用した「くるくるオムライス」づくりに挑戦。
参加お申込みは「カスミッキングスタジオHP（右のQRコード）」から！



料理教室
参加申し込み
QRコード

★NEW★IBARAKI CAMP AUTUMN FESTA 2024

期 間：10月26日（土）～27日（日）
場 所：湊沼自然公園キャンプ場
内 容：茨城県養鶏協会青年部のブースでキャンプにぴったりのフードを提案予定。
キャンプやアクティビティ、茨城の食材を体験できるイベントです。

★NEW★イバラキセンスでの店頭キャンペーン

期 間：10月30日（水）～11月3日（日）
場 所：IBARAKI Sense
内 容：未定。「いばらき食と農のポータルサイト」などでお知らせします。

※各イベントの詳細は「いばらき食と農のポータルサイト」で
お知らせします。キーワード「いばたべ」で検索Q

- ◆ [茨城の美味しいものに関する旬な情報満載！](#)
- ◆ [県内の販売店（直売所等）も検索できます！](#)

