

flamme

フランメ

ワンダフルいわてライフ情報紙 「flamme」はドイツ語で「ほのお」を表わします。
盛岡ガス株式会社 ホームページ <http://www.morioka-gas.co.jp>

第 17 号



●今や地元の人だけでなく観光客もたくさん訪れる「神子田の朝市」。年中、旬の野菜、くだもの、魚、そしてお惣菜から日用品まで揃う早朝の市場は、盛岡弁がゆきかっあたたかな集いの場です。

朝市のはじまり

朝5時、師走のこの季節にはまだ星も見えない真っ暗な空の下、あかりを灯したそれぞれの店先には、もうたくさんの商品が並び始めていました。今がまさに旬の盛岡リンゴが、懐かしい木箱の中でつやつやに輝いています。山積みの大根のなんて立派なこと！こちらは手づくりのお漬物。赤カブや白菜、きゅうり漬けなど色とりどりです。

この「神子田の朝市」、こうしてこの場所に定着するまでにはいろいろなことがあったと言います。初めは南大通にあった盛岡市中央青果の周辺で、近隣の農家がリヤカーに積んだ野菜などを

商っていたのが始まり。ところが、昭和43年、この中央青果が中央卸市場に移転することになったのです。リヤカーの直売所も立退かなくてはなりません。そこで有志が組合を作り、南大通の別の場所での市を始めました。その後、リヤカーが軽トラクになり、お客も車で訪れるようになって、今度は広い駐車場を持つ敷地が必要になりました。組合の方々は神子田の町内会にお願いして、昭和52年、やっと現在の場所に市を開くことができるようになったのだそうです。

月曜の定休日以外は休みなし。年間300日開催の市は、今や全国でもこの「神子田の朝市」だけとなりました。そして組合が設立されて40周年の昨年、これを記念して「全国朝市サミット」が盛岡で開催されたことは、皆さんも記憶に新しいことと思います。

「寒がんですな。」花を商っているおばあちゃんに声をかけられました。朝早いのはつらくないですか。「まあな。でもここさ来ると元気になるナハ



住宅街の中にあるため、アプローチがちょっとむずかしいかも。駐車場は混雑時には誘導員もいるので安心です。

冬だけどあつたがい 『神子田の朝市』は盛岡のシアワセ市場



盛岡 Morioka
シアワセ
歳事記

野菜だけじゃない！

「なんだよ。ここは新鮮で安いだけじゃないよ。旬の身体にいいものを元気なこの人たちが売っているからいいんだよ。」とお客さん。「でもね、これからは分かんないね。農家の後継ぎが難しいんだ。そういうことはギリギリにならないと気がつかないからね。」なるほど、この売り手はほとんどが作り手なのです。全国でここだけになってしまった常設市場。この朝市がずっと続いてくれることを願いながら、少し白み始めた場内をもう一回りしてみましよう。

ここには、八戸直送のお魚屋さんもあります。こんな真っ黒なイカって見たことがありません！新鮮そのもの。お正月には欠かせないイクラのオレンジが美しい。「このイクラは皮が柔らかくておいしいよ。うちに帰ったら洗わないでこのままお酒と醤油にすぐにつけ込むんだよ。味は絶対保証！」威勢のいい魚屋さんが調理方法までしっかり



盛岡弁を生で聞ける貴重な場所。



元気なひつまみ屋さんのご夫婦



前かけがいいですね！

り教えてくれました。きのこや山菜の季節にも、アクの抜き方や食べ方まで、親切に教えてもらえるのが、この朝市のいいところです。こうやって、地元の食材の地元ならではの食べ方が伝わっているのですね。

あ、あれが名物の「朝市食堂」ですね。ウワサの中華そばは、御歳89歳のおばあちゃんが作る、懐かしいあっさり味。「ほとんど毎日店に出ていますよ。」40年以上のことですよ。「うっん、南大通の頃からだからもっと。この頃は東京からもお客さんが来てくれてうれしねえ。」湯気の向こうの優しい笑顔は、もう何十年もこの朝市の顔として親しまれているのです。

お惣菜屋さんでは、おでんの大きな鍋が湯気を上げています。となりは「ひつまみ」ですね。「なるべく地元の素材を使うようにしています。だって岩手の自然はすばらしいでしょ。その元気を入れて売りたいの。」薄いのにはコシのあるひつまみはさすがプロのお仕事。暖かい汁ものは、この季節にはうれしいですね。



おでんダネは7種類。お持ち帰りもできます。



「朝市食堂」の看板おばあちゃん



新鮮な海産物も朝市ならではの

■『神子田の朝市』インフォメーション

- 営業時間：午前5時～8時半
- 定休日：毎週月曜日（5月～12月は祝日の月曜日営業）
- 駐車場：350台（臨時駐車場150台）
- 店舗：約115区画
- ホームページ：<http://www.morioka.jp/mikoda/>

節にはうれしいですね。そして、なんと朝市にはコーヒージョップもあります。自家焙煎の入れたてのコーヒが百円！いつからお店を出しているんですか。「もう25年くらいになりますね。最初は、こんな苦いもの飲めないよ、なんて言われたけど（笑）、今はたくさんのお客さんが来てくれてうれしね。ここに店を出してからね、健康になったの。早起きだからじゃないよ。この人たち、年齢聞くとびっくりするよ。でもみんなすぐ明るくて元気ですよ。その元気を私ももらっているんです。」冬は大変ですね。「そりゃあお客さんは少なくなるよ。でもね、この冬の朝市の風景が私は一番好きなんです。ほら、いいでしょう。」そう言われて振り返ると、きりっと冷え込んだ空気の中、日の出とともにだいが明るくなった市場には、売り手と買い手の明るい声が響き、それぞれの店の煙突からダルマストロブの白い煙が立ち上っています。ああ、あつたかい。心からそう思える風景に、盛岡に住むシアワセを感じた朝でした。

盛岡ガスからのお知らせです

盛岡ガスが太陽光発電の販売を始めました

「高効率ガス給湯器エコジョーズ」+「太陽光発電」

で環境と家計にやさしい暮らしをご提案します。

- 「エコジョーズ」は廃熱を利用することで給湯効率を95%まで向上させたガス給湯器。CO2の排出量も従来型に比べ約13%も削減できます。「エコジョーズ」は地球にも家計にもやさしい給湯器です。
- 電力買い取り価格が2倍に！「太陽光発電」で作られた電力は、電気製品に利用できるほか、余った電力を買い取ってもらうことができます。この買い取り価格が1キロワット当たり24円から48円にアップ！この機会にぜひご検討ください。



■お問合せ・お申込みは、電話 019-653-1241(代) まで。ぜひご相談ください！

■ ガス安全点検にお伺いします。

ガスをより安全に、安心してお使いいただくために、盛岡ガスでは盛岡ガスサービスに委託して、定期的にお客さまのガス設備、ガス器具等の検査にお伺いしています。検査作業は15分程度ですので、ご協力をお願いします。

*この検査で料金をいただくことはありません。

● 平成22年1月からの検査地区

盛岡ガスのホームページをご覧ください。盛岡ガスサービスまでお問合わせください。

盛岡ガスホームページ：<http://www.morioka-gas.co.jp>

盛岡ガスサービス株式会社：019-621-7701

営業時間：月～金 8時半～17時




読者のおたより

読者のみなさまから、うれしいお便りをたくさんいただいています。

- 76歳 女性：年と共に、手入れの面倒なものは、使いにくくなるものです。安全できれいな暮らしが出来るのは嬉しいものですね。今度は是非、ガラスストップコンロにしたいものです。IHも良いですが細やかな火加減はなかなか難しいです。その点ガスは火加減の調節が細やかで私にとっては使い易いものですから。
- 36歳 女性：東京から嫁にきて早13年。ようやく盛岡人らしくなったかと思いきや、意外に「旬」を知りませんでした。フランメの季節ごとの旬をのせた記事を診て、これから参考にしたいと思っています！いい記事でした！！
- 24歳 女性：フランメは宣伝ばかりじゃなくて「読める」記事や、地域の話題が載って参考になります。

野菜ソムリエの 楽しい親子クッキング

1 今回お邪魔したのは、盛岡市若園町の大塚美幸さん、留希ちゃん（小3）、結喜くん（幼稚園年少）のお宅です。あら！お母様は、IBCのアナウンサーをされていた伊藤美幸さんじゃないですか？小原先生もIBCラジオに出演中。ご縁ですね。今日のメニューは野菜や卵をたっぷり使った冬に負けない栄養メニューです。まず、結喜くんうどんを洗ってください。




2 うどんの入った茶碗蒸し『小田巻き蒸し』。今日はその上に野菜の入ったあんをかけます。「野菜は冬に甘くおいしくなるの。それにカニ風味のかまぼこはお魚を食べたことにもなるわね。」と先生。留希ちゃんは野菜切りに挑戦！なかなか上手ですね。




4 次は味噌風味のフレンチトースト。「お正月に合わせた和風デザートよ。味噌、黒蜜、クルミ、ゴマって盛岡では昔からなじみがある組合せでしょう？」「あ〜、がんばりかゆべしですね！」美幸さん正解です！結喜くん卵割りに挑戦！



3 うどんを入れ、味を整えた卵を器に入れ、お湯を張ったフライパンで蒸します。「蒸し器を使うより簡単でしょ。」「ふた付きのフライパンって重宝ですね！」と美幸さん。「お湯のアワが出てきたら、こっちのスイッチだよ。」と弱ボタンを指差す結喜くん。すごい！ガスコンロの使い方がよく分かっていますね。



5 蒸し上がった『小田巻き蒸し』にアツアツのあんをかけ、卵をいっぱい付けてグリルで焼いたトーストにクルミやゴマをトッピング。ビタミン豊富なキンカンを添えてできあがりです！



6 お味はどうですか？「野菜がいっぱいでおいしい！」と留希ちゃん。結喜くんも「トーストもう一枚！」気に入ってもらえたようです。「普通の茶碗蒸しよりボリュームがあるし、さすがいいお味ですね。味噌風味のフレンチトーストもおいしくてびっくり！また作ってみたいです！」と美幸さん。今日も大成功です！



野菜ソムリエ
(ベジタブル&フルーツマイスター)
おはる かなる
小原 薫さん
1998年 アトリエ Afternoon Tea をオープン。
2006年 「手づくり村」にて産直マルシェを企画・運営。
2007年 IBCラジオ「やさいのきもち」に出演開始。
2008年 ベジタブル&フルーツマイスター取得
2008年 V & F COOKING SALON ライセンス取得
■「アトリエ Afternoon Tea」
019-654-6255
<http://www.recipe.jp/sweets/>
*敦らソムリエ小原さんの本とCDが出ています。
お問い合わせは上記まで。
■盛岡ガス提供
IBCラジオ「やさいのきもち」に出演中！
毎週日曜 13時〜16時半
「のりこの
週刊おばさん白書」内



クッキングレシピ
たっぷり野菜の小田巻き蒸し
●材料（4人分）
卵 2個
水 240cc
薄口醤油 大さじ1
酒 小さじ2
茹でうどん 1/2玉
ギンナン 1缶
長ネギ 1/2本
ニンジン 3cm
コマツナ 1株
カニかま 4本
【あん】水200cc・和風だしの素小さじ1・薄口醤油小さじ2・酒小さじ1・塩少々・片栗粉大さじ1.5
●作り方
1. うどんを水洗いして器に盛り、ギンナンをちらす。
2. 卵を溶き、水、薄口醤油、酒を加え1に注ぎ入れ、泡が立っていたら取り除く。
3. アルミホイルで蓋をし、湯を張ったフライパンに入れ、20分弱火で蒸す。
4. 鍋に水と和風だし、薄口醤油、酒、野菜、カニかまを入れさつと煮込み、同量の水で溶いた片栗粉でとろみをつけ蒸しあがった器の上にとろみをつけて盛り。
●材料（4人分）
食パン8枚切り 4枚
卵 2個
味噌 小さじ2
黒蜜 大さじ2
クルミ・黒ごま 適量
●作り方
1. 卵を溶き、味噌を入れたポールに少しずつ入れて溶き、黒蜜を加える。
2. 半分に切った食パンを焼し、アルミホイルにのせ、グリルで約1分焼く。
3. ひっくり返してクルミと黒ごまを散らし、少し焦げ目がつくまで焼く。
レシピ by 小原 薫

速報 楽しい街の探偵団

「大島高任生誕地」の碑建立!!



左が大島輝洋さん、右が目時政人さん12月1日は「鉄の記念日」です。

フランメでも何度か紹介してきた「近代製鉄の父」で「ガスを日本で初めて照明に利用した人」大島高任。高任は盛岡出身の南部藩士でしたが、今まで分からなかったのがその生誕地です。ところがこの度、その生誕地がいに判明し、記念碑が建つとの情報が入りました！

平成21年12月1日、盛岡市大通三丁目桜城小学校近く共有地では、まさに除幕式が行なわれていました。みかげ石でできた高さ90センチの「大島高任生誕地」碑と高任の業績などを記した解説板が建ち、式には、この碑を建立した盛岡市の目時政人さんと、なんと高任の玄孫（やしやん）に当たる東京都在住の大島輝洋さんが参列。高任の祖先が目時家からの養子であったという縁から、目時さんは時間をかけて丁寧に古地図や古文書を分析し、この場所を特定したのだそうです。

折しも、安政4年12月1日、高任が釜石の大橋で、日本で初めて本格的な洋式高炉によって鉄を作り出したことが、日本の近代化の一大トピックであるという事実から、「九州・山口の近代化産業遺産群」の一部としてユネスコの世界遺産暫定リストに記載されようとしている中で、このこと。私たちも、大島高任という盛岡出身の先人をもっと知り、世界遺産登録を応援していきたいでしょう！

炎のプロに聞く エンジン・クッキング

盛岡大通を代表する老舗和風レストラン
きのえね本店

盛岡の大通は、昭和の初期に開発された盛岡の顔とも言える商店街。その中において、今では数少なくなった老舗の一つが今回おじゃました創業昭和6年の「きのえね本店」です。

お話を聞いたのは4代目となる現在専務の北田雄一さん。昔のお話を聞いていますか。「はい、終戦後は配給の食材を使って、荷車で配達をしていたとか、お相撲さんの巡業のご一行が来店



お正月料理の残りを使ったあったかメニュー 鶏と揚げ餅のみぞれ鍋

北田さんに教えていただきました。

●材料（4人分）

具の材料：鶏もも肉（皮付き）1枚（約300g）／大根1/3本／舞茸・しめじ各1パック／セリ1束／切り餅4個／日本酒小さじ1／塩少々／揚げ油

スープの材料：長ネギ（緑のところ）1本分／鶏ももの皮1枚／水800cc／だし昆布1枚（またはこぶ茶茶さじ1）／酒50cc／みりん大さじ2／醤油小さじ1/2／塩大さじ1

●作り方

1. 鶏肉は皮を取って一口大に切り、日本酒・塩でもみ下味を付ける。
2. キノコはいしづきを取り、食べやすく分けておく。
3. セリは7cmくらいに切る。
4. 大根は皮をむいておろし、軽く水気を切る。
5. 鍋に水を入れてだし昆布・鶏皮・ネギを入れて火にかける。
6. アクを取りながら沸騰したら鶏皮とネギを取り出す。
7. スープの材料の酒とみりんを鍋に入れて、一煮立ちしたら塩・醤油で味を整える。
8. 鍋に鶏肉を入れ、火が通ったら野菜を入れる。
9. 揚げ油を熱し、四つに切った切り餅をキツネ色になるまで揚げる。
10. 大根おろしと揚げ餅を鍋に入れて、でき上がり！

*プロのコツ！

揚げ油にごま油を100ccほど加えると、ぐっと風味が良くなります。家庭にあるキャベツ・ゴボウなどを入れてもOK！塩気を控えて、ポン酢で召し上がってもおいしいです。



■上「なべ焼きうどん」900円
冬はやっぱりコレですね！
■下「みちのくご膳」1280円
一品一品が丁寧なお料理。彩りもキレイです。

され、店にある食材、米も含めて全て食べ尽くしていかれたという話(笑)など聞いていますね。」時代の流れの中でいろいろなお苦勞もあったでしょうね。「そうですね。当店は昨年、今の時代に合わせたリニューアルを行いました。バリアフリーを目指し、テーブル席や掘ごたつ席を多くしたので、以前よりゆったりと楽しんでいただけるようになりました。」



■「紫波町産豚肉と若手町産長芋のふわふわ鍋」1人前900円。長芋のところがふわふわかたまりません！

「きのえね本店」は盛岡の和風レストランの先駆けとも言えるお店。リニューアルでも木製の調度や竹のすだれを活かして、和風の良さこだわっています。

「きのえね本店」は盛岡の和風レストランの先駆けとも言えるお店。リニューアルでも木製の調度や竹のすだれを活かして、和風の良さこだわっています。

「リニューアルに合わせる、夜は居酒屋的な雰囲気も楽しんでいただけるよう、メニューも工夫しました。毎朝三陸直送の魚介類が入ります。お刺身などのつまみも自信を持ってお出ししています。」きのえね本店さんなら、家族みんなで鍋を囲みながら一杯、というのもいいですね。

最近では大通が少し様変わりを始めていますね。「はい、この辺りでは古い店になったので、後継ぎとしてのプレッシャーはありますが、頑張っていくと思っています。同じように商店街も、若い仲間たちと一緒に盛り立てていきますよ。」

老舗の若旦那の心意気は、料理にも店づくりにも、そしてまちづくりにまできつと反映されていくんじゃないでしょうか。

プレゼント

ここでご紹介した「きのえね本店」さんのお食事券（2000円分）を5名の方に差し上げます。ご希望の方は、住所・氏名・年齢と盛岡ガス通信「フランメ」の感想をご記入の上、下記「盛岡ガス株式会社 フランメ編集部」あてにハガキまたはファックスでご応募ください。盛岡ガスに対するご意見、ご要望、ガスに関するエピソードもお待ちしております。

●応募締切：平成21年1月31日（日）

●抽選・当選発表：応募締切後、厳正な抽選の上当選者を選定し、発送をもって発表に代させていただきます。

※お客さまからいただいた「ガスに関するエピソード」は次回の特典で紹介する場合があります。お預かりした個人情報につきましてはプレゼントの発送にのみ使用いたします。

flamme 第17号 盛岡ガス通信

平成22年1月1日発行
発行 盛岡ガス株式会社 フランメ編集部
〒020-0066 盛岡市上田2-19-56
TEL: 019-653-1241 (代表)
FAX: 019-653-3335
次回発行予定は5月です。お楽しみに。

きのえね本店

盛岡市大通1-9-2

■電話：019-624-2854

■定休日：第1・第3火曜日

■営業時間：11時～23時（22時ラストオーダー）

■駐車場：大通商店街指定駐車場

ご飲食金額に応じて駐車割引サービス券を発行

■メニュー

○おまかせ寿司 1800円、

おまかせちらし寿司 2000円

○温かいそば・うどん、

冷たいそば・うどん 700円から

○きのえね定食 850円、えびす定食 780円

○3個からお届けのお弁当 1500円から



■右上
■右中
■右下

1階テーブル席
しっとりとした和風の二階席
小部屋も和室とテーブル席があり、それぞれに盛岡の橋の名前が付けられています。右のお部屋は「開運橋」。