

「当時、東京の銀座などで歩行者天国が流行っていたから、それをヒントにしたんです」と話すのは、商店街で薬局を営み「材木町よ市実行委員会」の委員長も務める菅原奎一郎さん。商店街を歩行者天国にするために、車両を通行止めに行けるよう地域の人の理解を得たり、出店者探しに奔走したり。当初は手探り状態で開催の準備をしたと言います。

そうして昭和49年(1974)9月14日、記念すべき第一回のよ市が開催。当初の出店はわずか10軒でしたが、回を重ねるごとにお客さんが増えていき、地元の人はもちろん観光客も足を運ぶように。出店数も徐々に増え「盛岡の風物詩」と呼ばれるほどのイベントに成長してきました。



昭和57年(1982)の様子。当時は野菜などの生鮮品をメインに売っていたようです。

買い物+飲食で魅力倍增。
これからも、原点の「対面販売」を大切に



当初は野菜や生花、漬物などを販売する店が多く「いい買い物ができる場所」だったよ市ですが、10数年前から地ビ-



①旬の野菜がお得なプライス!
②お店の人との会話を楽しみながら、通りを散歩。③ご主人と一緒によ市を堪能? ④東日本大震災で被災した地域の出店者も。「盛岡に避難している人が、懐かしんで買いに来てくれることもあるんですよ」⑤毎週土曜日は、材木町で乾杯するのが習慣!



ルの「ペアレンビール醸造所」が出店。以来、ワインに日本酒、コーヒ、スナックやお惣菜など、扱う商品のバラエティーはどんどん広がり「飲食を楽しむ場」としても人気が出てきました。特に若い世代や外国人の姿が増え、以前とはまた違った活気が生まれています。

「子どもからお年寄りまで、あらゆる世代の人が安心して楽しんでもらいたい」と、よ市実行委員会では出店者のジャンルが偏ったり、マンネリにならないように出店者のバランスを工夫。また飲酒などによるトラブルを防ぐためマナーの向上も呼びかけ「みんなにとって居心地のいい場所」づくりに取り組んでいます。

40年以上、途切れることなく続いてきたよ市。継続の秘訣は? とたずねると、「どんな天気でも毎週必ず開催すること、商売の原点である対面販売を大切にしていること」と菅原さん。「一言も口をきかなくても買い物ができる時代になっただけ、人と人とのふれあいがあるから、



【材木町よ市】
開催日時/毎年4月~11月の毎週土曜日15時10分から18時30頃まで
場所/盛岡市材木町
問い合わせ/材木町よ市実行委員会(盛岡市材木町商店街振興組合)
TEL019-623-3845

たくさんの方がよ市に来てくださるのだと思います。その良さを守り続けながら、来るたびに違う魅力を感じてもらえるよう、これからも盛り上げていきたい」と話してくれました。

盛岡ガスからのお知らせです

ショールーム&クッキングスタジオ「flamme」

クッキングスタジオ

有名シェフを招いて料理教室の開催 要予約

毎月、クッキングスタジオ「フランメ」で料理教室を開催します。ワンランク上の家庭料理からコース料理まで様々なレシピを紹介します。

参加費 2,000円~3,000円/1回 詳しくは盛岡ガスホームページをご覧ください。

レンタルキッチン

料理教室に、サークル活動などにレンタルキッチンとしてご利用できます。

レンタル料金表 ※最大定員:30名

Open	①9:30~12:30	②13:30~16:30
Close	お盆(8/12~8/17)、年末年始(12/28~1/4)	
使用時間	平日	土・日・祝
9:30~12:30	2,000円(税込)	3,000円(税込)
13:30~16:30	2,000円(税込)	3,000円(税込)

お申し込み・お問い合わせは TEL.019-653-1241(代表) 盛岡ガスショールームフランメ担当まで



ショールーム

最新のガスコンロ・ビルトインコンロを多数展示。常時開放していますので、ご自由にご見学いただけます。

スタッフが機能や使い方など、お客さまが気になるポイントを丁寧に説明いたしますので、ぜひお気軽にお声をかけてください。



読者のおたより

読者の皆さまから、うれしいお便りをたくさんいただいています。

■「炎のプロに聞く エンジョイ・クッキング」の「家庭でできるプロの味!」で玄米の炊き方を紹介していました。我が家も圧力鍋で玄米を炊きますが、ふっくらして本当においしいです。炊飯器では作れない「おこげ」もできますし、お料理にガスは欠かせません。子どもがもう少し成長したら、一緒に料理を楽しみたいです。(女性・31歳)

■6月オープンしたクッキングスタジオ、行ってみたいなと思いました。ここで「婚活クッキング教室」を企画してみるのはどうでしょうか?一緒に作って食べて意気投合→ハッピーウェディング♡ きっと盛岡ガスさんが仲間さんになれます。若い方を応援することは、岩手の未来にとって大切な貢献ですネ。(女性・56歳)

■取り上げられる「人」「物」「事柄」について、分かりやすいです。お店の住所だけでなく、ぱっと見てあたりが付けられる地図もあるし、お店の人の顔写真も載っている。他の情報誌では、ここまで親切なのはなかなかありません。(女性・56歳)

■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、ガス機器等の点検にお伺いしています。点検作業は15分程度です。ご協力をお願いいたします。

*この点検で料金をいただくことはありません。

■平成28年9月からの点検地区

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い合わせください。

●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: 月曜~金曜 8時30分~17時

エプロン男子 vol.15

「読書朝食会 リーラボいわて」を主宰する
小笠原康人さん



焼きさんま寿司&
根菜のたらこ煮

秋の
味覚を
楽しむ!



小笠原康人さん プロフィール

岩手県盛岡市出身。「読書朝食会 Reading-Labいわて」主宰。自分がお勧めしたい本をグループの中で紹介し合う、と言うもので、盛岡市を中心に主に休日の朝に開催。2009年6月に始まり、今年6月には100回目を迎えた。紹介する本は小説からマンガ、写真集までジャンル問わず。スケジュール等はブログをチェック。
<http://ameblo.jp/realab-i/>



「読書朝食会」
ぜひ参加を!

味付けは
たらこだけ!

鍋に水、皮を除いたたらこ、グリルした野菜を入れて軽く煮ます。「はい、これで完成!」と言う小笠原先生に「調味料は入れないんですか?」と驚く小笠原さん。「たらこのうまみ成分と塩だけで十分味が出るんですよ」

1 今回は、盛岡ガス本社 ショールーム&クッキングスタジオ「フランメ」を使ってエプロン男子。今回のゲストからのリクエストは、秋の味覚「さんま」と根菜を使って、時間も調味料も最小限で作れるメニューを考えてくれました。

2 まずは根菜のたらこ煮から。厚揚げと薄切りにした野菜をグリル。厚揚げは余分な油が落ちて香ばしくなり、野菜も甘みが凝縮。野菜をひとつつまみ食いた小笠原さん「ほくほくして、これだけでもおいしい!」



ラップで
ギョウツと
押さえます



材料
のせて...

6 ラップにさんま、大葉、先ほどの酢飯をのせてしっかりと形を作ります。「型を使わなくていいから簡単ですね!」

5 次は酢飯。ご飯、白ごま、醤油、いちじょう切りにしたすだちとすだち果汁を加えて混ぜます。すし酢を使わず、すだちの酸味を生かします。「どんな味なんだろう。楽しみ!」



上手に
できました!

4 次はさんまの焼き寿司。「人生初」というさんまの開きに挑戦した小笠原さん。「多少きれいにできなくても、押し寿司にして焼いちじょうから大丈夫!もちらん、開いてあるものを買ってきてもいいですよ」



おいしくて
箸が止まり
ません!



8 「簡単にできるのに、すぐく手間がかかった料理に見えますね!」と小笠原さん。早速試食をしてみます。「このたらこ煮、野菜のおいしさを引き出す絶妙な塩加減ですね。焼き寿司のほうも、すだちが爽やかなアクセントになっていておいしい。ぜひ家でも作ってみたいです」

7 成形したさんま寿司をアルミホイルにのせグリルで焼きます。「このガスコンロには、メニューに合わせて火力を調節する機能があるので『焼き魚モード』を押すだけでOK! または弱めの中火で9分ぐらい。こんがり焼いたら完成です」

便利な機能が
いろいろ



根菜のたらこ煮

【材料(2人分)】

- ごぼう 60g
- にんじん 40g
- れんこん 60g
- さつまいも 60g
- 小ねぎ 適量
- 厚揚げ 80g
- たらこ(塩味のついたもの) 50g
- 水 80cc(お好みでだしにして60cc)

【作り方】

- ①野菜は3mm位のうす切りに、厚揚げは一口大に切る。たらこは皮を取り除いておく。
- ②①の野菜をアルミホイルにのせ、グリルで3分焼く。
- ③水80ccにたらこを加え②を入れて、中火で2分。たらこが白くなってきたら蓋をして弱火で2分程度煮る。
- ④盛り付けて小ねぎを散らす。

焼きさんま寿司

【材料(2人分)】

- さんま 1尾
- 大葉 3枚
- ご飯 1膳
- すだち 1個
- 醤油 少々
- 白ごま 大さじ1
- 塩 少々

【作り方】

- ①さんまは腹開きにして骨を取り、水で軽く洗う。あらかじめ開きにしてあるものでもOK。
- ②すだち1/2をいちじょう切りにする。残りは取って置く。
- ③ご飯に②と白ごま、醤油、すだち果汁(残り半分)のすだちを絞ったものを加えて混ぜる。
- ④ラップに①をのせ(皮を下にする)、大葉、③の順に重ねて包み、しっかりと箱型に形を整える。
- ⑤アルミホイルに④をのせて(皮の方を上にする)塩を軽くふり、グリルに入れて「焼き魚モード」(あるいは弱火~中火で9分程度)で焼く。
- ⑥こんがり焼いたら、食べやすい大きさに切り分ける。

レシピ by シニア野菜ソムリエ 小原 薫

シニア野菜ソムリエ
おはら かおる
小原 薫さん

盛岡ガス提供IBCラジオ
「野菜のキモチ」出演中!
毎週日曜13時~16時30分
「のりこの週刊」
おはさん白書」内



楽しい街の探偵団「映画のまち盛岡」のシンボル

手書きの映画看板

盛岡市中心部にある「映画館通り」とその周辺には、現在5つの映画館(14スクリーン)が営業しています。最盛期にはおよそ30もの映画館が立ち並んだというこの通り。そんな「映画のまち盛岡」を象徴する風景のひとつが、映画館「盛岡ピカデリー」の手書き看板です。かつてはどの館でも掲げていましたが、今ではここだけ全国的にも珍しくなりました。手かけているのは、現在84歳、この道62年の看板師・小笠原正治さん。広告看板の仕事をしていた22歳のとき、映画制作・配給会社「日活」の専属看板師募集をきっかけにこの世界に入りました。もともと絵と映画が好きだったという小笠原さんは、この仕事を60年以上続けていても「ぜんぜん飽きない」と笑い、「もっと上手になって100%満足するものを書き上げるのが目標。死ぬまで続けたい」と話します。

そんな小笠原さんの看板を「映画に対する愛がある」と、盛岡ピカデリー支配人・中西栄三さん。「当館だけでなく、映画のまちである盛岡にとっても欠かせないシンボル。小笠原さんが描いてくれる限り続けたい」と話してくれま



炎のプロに聞く エンジョイ・クッキング

旬肴旬菜 すゞ禅



盛岡市大通りから北に1本入った三叉路に建つ「日の出ビル」。その4階にある「旬肴旬菜すゞ禅」は、店を構えて今年で23年という和食処。窓の外に坪庭を構えた店内は広々としていて、テーブル席のほか個室も完備。落ち着いた和の雰囲気であつたりと食事を楽しめます。

食材の宝庫・岩手の旬の食材をふんだんに使い、卓越した和食の技術でその素材のおいしさを大切に生かすことにこだわる「すゞ禅」。県内外の日本料理店で腕を磨き、5年前からこの店で調理を担当している千葉拓己さんは「食材の持ち味を引き出すには『必要なもの』を最小限にして、他

の食材との調和・バランスを考えることが大切」と話します。

「岩手は山・海ともに食材が豊富で、料理人にとってとても恵まれた環境にあります。けれど、いかに優れた食材であつても、それだけで料理が成り立つわけではありません。その良さを引き出すために補うもの、例えば包丁の入れ方、火の入れ方、味付けなどの『さじ加減』を的確に行えるので、料理の仕上がりが決まるものだと思います」

料理人のこだわりと確かな技術から生まれる「すゞ禅」の料理は、たとえるなら「プロならではの絶妙な引き算」。味はもちろん盛りつけも繊細で、日本料理の醍醐味を堪能できる品々ばかりです。器も、店主が長年かけて集めた陶磁器、ガラス器を使用。料理に添えた花や葉、店内の生け花など、ゲストに五感で春夏秋冬を楽しんでもらう気配りも忘れません。

そんな「すゞ禅」の本格的な日本料理を、手頃



すゞ禅会席膳…2160円
お造りや揚げ物からデザート、コーヒーまで、丁寧な仕事が光る11品がセット。

レディースセット…1300円
かわいらしい手まり寿司はひと口サイズ。野菜もたっぷりで、ヘルシー。

カマンベールチーズフライ…600円
夜メニューには、ビールに合うひと皿も。濃厚なチーズをサクッと揚げ、マーマレードを付けていただきます。



家庭でできるプロの味!

「甘みとコク」が決め手 クリームソースの野菜グラタン

「すゞ禅」で教えてもらったのは、意外にも(?)クリームソースを使ったグラタン。こってりしたイメージですが、そこは和食のプロ、野菜のおいしさがちゃんと引き立つ絶妙なバランスです。

●材料(2~3人分)

好きな野菜…適量(今回は茄子1/2本、かぼちゃ150g、ゴーヤ50g、プチトマト6個)
チーズ(とろけるタイプ)…20g程度

◎ホワイトソース/バター…20g・小麦粉…20g・牛乳…200cc・塩、こしょう、顆粒コンソメ…少々(好みで)

●作り方

- ①野菜を大きめに切り火を通しておく(茹で、焼く、レンジ加熱など)。プチトマトはそのままでOK。
- ②鍋を弱火にかけてバターを溶かし、小麦粉を入れ、粉っぽさがなくなるまで炒める(焦がさないように注意)。
- ③弱火のまま、②に少しずつ牛乳を加えながら、ダマにならないようしっかり混ぜる。牛乳を全て入れ、なめらかなクリーム状になったら、塩、こしょう、コンソメで味を整える。
- ④③と①を混ぜ合わせ、耐熱皿に盛りつけチーズをのせる。オーブトースターやグリルでチーズがこんがりするまで焼く。

●プロのコツ

*野菜の味を引き立たせるためには、塩分を控えめにするのがコツ。味が濃い目野菜がクリームに負けてしまいます。チーズをのせ過ぎると塩気が強くなるので注意。

*ソースが「しょっぱい」と感じたら砂糖を少量加えると、まるやかで優しい味になります。特に市販のホワイトソースを使う場合にお勧め。

な値段で食べられるのがランチタイム。「レディースセット」は、かわいらしい手まり寿司のほか、お造り、小鉢、焼物、煮物、サラダ、うどん、デザート、コーヒーまで付いたバラエティ豊かなメニュー。「いろんな種類を少しずつ」食べたい女性を中心に人気があります。大切な人とのランチや、「今日はちょっと豪華に」という気分ときは「すゞ禅会席膳」がお勧め。お造りや揚げ物のほか、陶板焼、茶碗蒸など11品がセット。料理人の腕が光るひと品ひと品に心がときめき、ランチタイムを特別な時間にくれます。

■プレゼント

ここでご紹介した『旬肴旬菜 すゞ禅』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28年9月30日(金)

●抽選・当選発表:応募締切後、厳正な抽選の上当選者を決定し、発送をもって発表に代え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」は次回のフランメ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37号 盛岡ガス通信

平成28年9月1日
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
次回発行予定は平成29年1月です。お楽しみに。



旬肴旬菜 すゞ禅

- 盛岡市中央通1-7-16 日の出ビル4階
- 電話/019-651-1631
- 営業時間/11時30分~14時30分(ラストオーダー14時)、17時~22時(ラストオーダー21時)
- 定休日/日曜日



そのほか「週替わりランチ(1080円)や「松花堂弁当(1620円)」などもラインナップ。すべてデザート、コーヒー付きというのもうれしいですね。

ビルの4階とは思えない、和の雰囲気あふれる店内でいただく日本料理。友だちや家族を誘って出かけてみませんか?

木目を基調とした和の空間。坪庭の緑が美しく、心地よい開放感があります。

