

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」を表します。

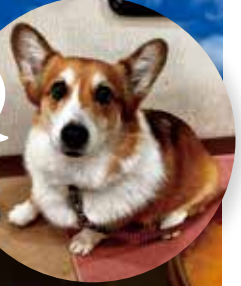
発行 盛岡ガス株式会社 <https://www.morioka-gas.co.jp/>
盛岡ガス燃料株式会社 <https://www.morigasnen.co.jp/>

第 59 号

盛岡 Morioke
シアワセ
歳事記



遊びに
きてね!



紫波町日詰 休日さんぽ

盛岡市の中心地から、南へおよそ18キロメートル。古くは宿場町として栄えたという紫波町日詰地区には、昔ながらの雰囲気を残す商店街があります。そのどこかホッとさせる風情に誘われて、商店街をぶらりと散策。ランチ、おやつ、そして身体がぽかぽか温まるお風呂まで。充実した休日を通り過ごしました。

舟運の港、宿場町として賑わった日詰の歴史

東北に北上高地、西には奥羽山脈につながる丘陵地、そして中央を北上川が流れる紫波町。北上川流域は田んぼが広がる肥沃な平野で、日本有数の生産量を誇るもち米をはじめ、お米の生産が盛ん。山間部はブドウやリンゴなどの果樹園が形成され「フルーツの里」としても知られています。

紫波の歴史は古く、平安時代に平泉の藤原一族の拠点となり、鎌倉時代には足利氏(のちに斯波氏に改名)が、古館の城山(現在の城山公園)を居城として若手奥平を支配。日詰の町場もこの頃につくられました。



商店街の通り沿いに建つ、国指定重要文化財「平井邸」。豪商・平井家の12代目平井六右衛門によって1921(大正10)年に完成。イベントなどがあるときは一般公開されます。
<https://www.hiraroku.com/>

その後、南部氏が斯波氏を追放し、盛岡に城を築いて南部藩主として君臨。日詰も奥州街道の宿場町、北上川舟運の港町として賑わいをみせました。それが現在の日詰商店街があるエリア。当時は「郡山の駅(馬の乗り継所)」と呼ばれていたところで、現在も「日詰郡山駅」の地名として残されています。

「おさんぽマップ」片手に商店街を歩いてみた

南北に延びるおよそ500メートルのメインストリートを中心に、飲食店や日用品店など、地域の生活に根ざしたお店が並び日詰商店街。路地裏やビルの中にも店舗があり、気ままに散策するのも楽しいエリアです。そんなまち歩きのお供におすすめしたいのが、商店街の魅力を発信しているフリーペーパー。そのひとつ「日詰おさんぽマップ」は、日詰商店街有志による「日詰みらいプロジェクト」が企画・制作したもので、マップ



どこにどんなお店があるのか、ひと目でわかる「おさんぽマップ」。ほかにもいくつかのフリーペーパーが商店街の各店舗で配布されています。



パン屋さん、スポーツ用品店、お米屋さん、電器屋さんなど、生活に根ざしたお店が並んでいます。

ストック



原スポーツ

路地裏にも雰囲気のあるお店や建物が。

路上に日詰エリアの店舗やスポットを掲載しているほか、おすすめのお散歩道なども紹介しています。

歴史を感じる日詰商店街はランチスポットも充実

日詰商店街には無料駐車場が2カ所あり、まずはそこに車を停めて散策をスタート。車だとなかなか通らない、裏通りや路地も歩いてみます。由緒ありそうなお寺があったり、住宅街の一角に立派なお屋敷や蔵が残っていたりと、紫波の商業の中心地として栄えた歴史を感じさせます。

少し歩いて小腹がすいたところで、ランチタイムに。商店街とその周辺には飲食店がさまざまあり、オムライス、お寿司、焼肉、ラーメンなどよりどりみどり。「どこにしよう」と迷ってしまうほどです。その日の気分やタイミングでお店を選び、他の気になるお店はまた別の日に。何度も訪れたい魅力のお店が揃っています。

日語ランチコレクション

まんがめし喫茶 ひよこ堂

「漫画喫茶風の小さな飯屋」がテーマ。店内の本棚には漫画がぎっしり！アニメや漫画に登場する「まんがめし」をモチーフにしたメニューや、特製スパイスカレーが人気です。10席のみの小さなお店なので、1グループにつき4名以下の来店＆予約がおすすめ。



紫波町日語郡山駅15 サンプラザ日語2階 TEL 080-6019-1318
営業時間/11時～14時30分、金曜・土曜のみ18時～21時も営業
※ラストオーダーはそれぞれ30分前
定休日/月曜・木曜
<https://mangahiyojoko.amebaownd.com/>



藤屋食堂

看板メニュー「マーボーラーメン」をはじめ、ラーメン各種、そば、オムライスなど幅広いラインナップ。冬季限定「鍋焼きうどん」も、毎年楽しみにしているファンが多い一品です。地元酒造店の酒粕をクリームに使用したフルーツサンド(週末限定)も大評判。

紫波町日語郡山駅46 TEL 019-672-3020
営業時間/11時～15時、17時～20時
※ラストオーダーはそれぞれ30分前
定休日/ホームページ、SNS等で確認
<https://228shokudo.com/>

看板犬「ミミー」も待ってます



天狗寿司

創業60年の老舗ながら、気さくな雰囲気魅力。旬のネタを揃えた職人技のお寿司はもちろん、天ぷらなどの創作料理も人気です。ランチタイムの看板メニューは、オリジナルの「すしビビンバ」。汁物、サラダ、小鉢、フルーツもついて1,100円とリーズナブル!



紫波町日語字東裏5 TEL 019-676-2651
営業時間/11時30分～14時、17時～21時
定休日/月曜
<https://tenguzushi.owst.jp/>



まだまだ魅力的なお店がいっぱい！
全店制覇してみたい！

街の駅 なんばザ・ホール

地域の女性たちが中心となり運営する「街の駅」。新鮮な地元野菜やお弁当、日用品などが並び、遠くに行く物に行けない近隣住民にとって頼りになる存在です。10月～5月限定の「たい焼き」も大人気。早めに売り切れる日もあるので予約が安心です。



日語商店街周辺のイベントスケジュール

- 2月 赤石神社 節分祭
- 3月 紫波のひなまつり
- 4月 城山公園桜まつり
- 5月「日語さんさん朝市」
※11月まで毎月第二土曜に開催

日語の魅力をもっと知るなら！ 「しわりり」をチェック

「紫波町・日語ファン」の有志によるグループ。SNSなどでまちの魅力を発信しています。
<https://lit.link/shiwarir>

ひづめゆに隣接する「Green Neighbors Hard Cider」のリンゴジュース。運転しない大人はハードサイダー(お酒)もどうぞ。持ち帰りもできます。
<https://greenneighbors.jp/>



お風呂上がりの一杯に!



紫波町日語西裏23-13
TEL 019-681-3151
営業時間/10時～22時
(最終受付21時30分)
定休日/毎月第一月曜

●入浴料金(サウナ含む)
大人 700円、子ども 350円(未就学児無料)



締めくくりは「ひづめゆ」のあったかいお風呂&サウナ

商店街散策の最後に立ち寄ったのは、2022(令和4)年7月、国道4号線沿いの旧紫波町役場庁舎跡地にオープンした「ひづめゆ」。「地域をつなぐ温浴施設」をコンセプトに、地域内外の人たちが足を運び、世代問わず憩うことができ、お風呂は、血流改善による高血圧、心疾患、肩こりの改善や予防効果が期待できる(医療機関で使われているものと同等の装置を使用した)高濃度炭酸泉。サウナ室には木材がふんだんに使われ、熱したサウナストーンに自分で水をかけて水蒸気を発生させる「セルフフロウリュ」方式を採用しています。水風呂は深く、立って入るスタイル。外気浴のできるテラスもあります。

日によっては、植物をほうき状に束ねた「ウイスク」を使う「森のアウフグース」も開催。サウナ室がいつもより少し低温多湿となり、まるで森の中にいる気分。ウイスクから滴る雨のような水滴、タオルからの暖かい風でリラックスできます。開催日はSNSや館内のイベントカレンダーで確認を。

お風呂で体の芯から温まり、サウナでたっぷり汗をかいた後は、岩手町「菊池牧場」の牛乳や、併設する「Green Neighbors Hard Cider」(グリーンネイバースハードサイダー)で、地元産リンゴを使ったハードサイダー(発泡性の果実酒)やジュースをグイッと。心も体もリフレッシュできました。充実した休日を通し、明日からまた頑張れそうです!

楽しい街の探偵団 高架下の小さな市場「盛岡駅前 北の民謡市場」



盛岡駅前商店街振興組合
TEL 019-652-2596
<https://kaiun-street.com/>

盛岡駅の西側と東側をつなぐ、通称「マリオスロード」の高架下で、毎週水曜日と金曜日に開催される「盛岡駅前北の民謡市場」。「日本一短い歩行者天国(自称)」に昔ながらの裸電球が灯り、野菜・鮮魚等の食料品、お菓子、生花、洋服などが並び、まさに地元密着という雰囲気。初めて訪れてもどこか懐かしさや郷愁を感じます。

出店者はその時々で変動。冬は焼き芋やおでんなども登場し、その場で食べることもできるテーブルと椅子も設置しています。

「やっぱりここの漬物が一番好き」毎回お弁当を買いに来る」といった固定ファンも多く、出店者とお客さんの交流の場にもなっているよう。

市場の開催は11時～16時。早めの時間帯に行くのがおすすめです。スケジュールなどはインスタグラムやフェイスブックで情報発信しているので、ぜひチェックしてみてください。



炎のプロに聞く
エンジョイ・クッキング

スープカレー チニタ



滝沢市の住宅街の一角に店を構える「スープカレー チニタ」は、北海道仕込みのスープカレーを味わえる専門店。北海道にルーツを持つ店主の外田嘉之助さんが「自分が食べて感動した北海道のスープカレーを、岩手の人にも味わってほしい」という想いから、2019（令和元）年に開店しました。

「大学生のとき、札幌で暮らす兄に連れていってもらった店のスープカレーが、あまりにもおいしくて衝撃的で、ずっと忘れられずにいたんです」と、原体験を語る外田さん。大学を卒業後は岩手県内の企業に就職しましたが、徐々に「自分だからできることをしたい」という想いがふくらみ、飲食店の開業を決意。「あのときのスープカレーの感動を、今度は自分がたくさんの人に届けたい」と北海道に渡り、札幌の人気店で2年間修行しました。そうして「できる限りの知識や技術を身につけて」岩手に戻り、念願の店をオープン。店名につけた「チニタ」は、アイヌ語で「夢」という意味だそうです。

札幌で生まれ、ローカルフードとして独自に進化してきたスープカレーは、鶏ガラや野菜でとったスープをベースにスパイスと具材を加えたもの。作り方も使う食材も店によってさまざま、多様な味を楽しむのも魅力です。チニタのスープカレーは、豚骨や鶏ガラ、香味野菜をじっくり煮込んで寝かせたスープがベース。野菜の甘みを感じる濃厚でクリーミーな味わいの中に、独自のスパイスが効いています。仕上げに、タマネギやニンニク、シヨウガの香りと風味を移した「香味油」を回しかけるのもこだわりです。



やわらかチキンと彩り野菜…1,350円
じっくり煮込んだやわらかチキンに、素揚げした野菜もたっぷり。一番人気の看板メニューです。



じっくり煮込んだ豚角煮…1,350円
ベテランの和食料理人から伝授された豚角煮は柔らかくトロトロ。大きくて食べ応えも十分。



自家製チニタの味が楽しめる「冷凍スープカレー」は「やわらかチキン(1,100円)」「じっくり煮込んだ豚角煮(1,300円)」の2種類。自宅用としてはもちろん、遠方への贈り物としても人気。滝沢市のふるさと納税の返礼品にも選ばれています。



海老カレー…1,350円
素揚げしたソフトシュリンプが、香ばしく甘みがたっぷり。皮ごと食べられます。



外田さんにとって、北海道は小学校低学年まで暮らしていた生まれ故郷。店内には北海道の情報が置いてあるなど、北海道への愛とリスペクトが感じられます。

アレンジも楽しめる！ 「チニタのラッシー」

今回は、チニタでも定番のヨーグルトドリンク「ラッシー」を、手軽につくれるレシピで紹介。基本のプレーンラッシーにシロップやフルーツソースを加えると、幅広くアレンジも楽しめます！

●材料(2~3人前)

<プレーンラッシー>

- ◎無糖ヨーグルト…500ml
- ◎レモン果汁…10ml程度(お好みで)
- ◎牛乳…120ml
- ◎砂糖(三温糖がおすすめ)…30g程度

<アレンジ>

- ◎フルーツシロップやソースなど…適宜

※写真のラッシーは、左から「タケメロン」「プレーン」「いちご」

●作り方

<プレーンラッシー>

- ①材料をすべて合わせ、よく混ぜる。
- ②アレンジをする場合は、プレーンラッシー150mlに対し15ml程度のシロップ、ソースなどを加える。

●プロのコツ

※砂糖が溶けずに残りやすいので、しっかりと混ぜること。ミキサーを使うのがおすすめですが、ボウルに入れて泡立て器などで混ぜてもできます。1人分ずつつくるならシェーカーも便利。

※砂糖の代わりにハチミツや甘酒を加えると、また違った味わい。

※バナナやリンゴ、冷凍フルーツを加えてもおいしいです。

※加糖ヨーグルトを使う場合は、砂糖を使わないか、量を減らして調節。

※ヨーグルトによって酸味の強さが違うので、レモン果汁はお好みの量で。

●雑学

ラッシーは、インドなど南アジアで親しまれている飲み物。ヨーグルトや牛乳の乳脂肪が、トウガラシなどに含まれる辛味成分・カプサイシンの働きを緩和するとされ、カレーなどのスパイスな料理と相性抜群です。つくる人の好みによって濃度の調整や味付けが異なり、「これ」という正解がない多様さも魅力。アレンジも自在に楽しめます。

味わえます。

一番人気の「やわらかチキンと彩り野菜」は、豚骨や鶏ガラ、香味野菜をじっくり煮込んで寝かせたスープがベース。野菜の甘みを感じる濃厚でクリーミーな味わいの中に、独自のスパイスが効いています。仕上げに、タマネギやニンニク、シヨウガの香りと風味を移した「香味油」を回しかけるのもこだわりです。

スープカレーは定番7種と、期間限定の「マンズリーカレー」があり、どれもターメリックライス付き。辛さは0辛(辛味なし)から選べ、小さな子どもや辛いものが苦手な人でもコク深いスープを堪能できます。また「チーズ」「野菜増し」「厚揚げ」などトッピングが豊富なのも楽しい。カレーと相性抜群のラッシー、北海道ならではの清涼飲料「ガラナ」、北海道限定ビール「サッポロクラシック」も提供していて、北海道気分を味わえます。

《プレゼント》

ここでご紹介した「スープカレー チニタ」さんのお食事割引券(2000円分)を7名の方に差し上げます。

ご希望の方は、住所・氏名・年齢と情報紙「フランメ」の感想をご記入のうえ、下記「盛岡ガス株式会社内フランメ編集部」宛にハガキまたはファックスでご応募ください。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：2024年1月31日(水) ●抽選・当選発表：応募締切後、厳正な抽選のうえ当選者を決定し、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。

フランメ 第59号 盛岡ガス通信 2024年1月1日

発行 フランメ編集部(盛岡ガス株式会社内)

編集部：〒020-0066 盛岡市上田2-19-56(盛岡ガス)

TEL：019-653-1241(代表) FAX：019-653-3335

次回発行予定は2024年5月1日です。お楽しみに。

スープカレー チニタ

■滝沢市穴口308-1 ■電話/019-645-5781

■営業時間/11時~15時(ラストオーダー14時30分)、17時~20時30分(ラストオーダー20時)

■定休日/木曜。ほか、イベント等による臨時休業あり。ホームページ、SNS等で確認を

https://www.soupcurrychinita.com/

※表示はすべて税込価格





盛岡ガス クッキングスタジオ「フランメ」料理教室

YouTubeチャンネルで レシピ動画を公開中!

盛岡ガスでは、動画サイト「YouTube」で動画を公開しています。
ご自宅にあるもので作れる簡単レシピや、料理教室での人気メニューなど、
料理に関するさまざまな動画を順次公開。ぜひご覧ください!



チャンネル登録も
よろしく
お願いします!

盛岡ガスYouTubeチャンネル ▶

1月の料理教室(予定)

※表示はすべて税込価格

1月24日(水)

10:30~13:30

テーマ

冬籠りの中華

- 花巻(中華風蒸しパン)
- カキと白菜のクリーム煮
- 冬野菜のツナマリネ

講師

ABC cookingstudio
フレッド講師
佐藤久美子先生

参加費 2,200円

定員 10名

応募締切 1月14日(日)

1月26日(金)

10:30~13:00

テーマ

おうちであつたかメニュー

- きのこのトッポギ
- 甘酒エビチリ ほか

講師

フードコーディネーター
新井尚美先生

参加費 2,200円

定員 10名

応募締切 1月15日(月)

1月27日(土)

13:30~16:30

テーマ

家族対象 | 彩り華やか! 簡単和プレート

- 飾り巻き寿司(花もよう2種)
- 手まり寿司4種

講師

上級食育アドバイザー
晴澤雪枝先生

参加費 1家族2,200円

定員 6家族(1家族4人まで)

応募締切 1月16日(火)

1月28日(日)

13:30~16:30

テーマ

親子対象 | 出汁が効いている カツ丼づくり

- トンカツ ●鍋だきごはん
- 豆腐わかめのみそ汁 ●簡単浅漬け

講師

上級食育アドバイザー
晴澤雪枝先生

参加費 2,200円

定員 6組12名(小学生または中学生と
その保護者の2名1組)

応募締切 1月16日(火)

※教室毎に参加費・締切日が異なりますので、ご注意ください。

申込人数が定員を超えた場合、抽選とさせていただきます。
ご当選の方には、締切後5日以内にご案内を郵送いたします。
ご当選の方以外には、ご連絡いたしません。
予めご了承の上、ご応募願います。

お申し込み・お問い合わせ

TEL 019-653-1241 (クッキングスタジオ担当まで)

応募方法や詳しい情報はホームページから! ▶



盛岡ガスのラジオ番組

「ラジオフランメ」 好評放送中!

IBCラジオ「のりこの週刊おばさん白書

(毎週日曜13時~16時半)」内でオンエアされている

「ラジオフランメ」が、2024年1月で放送1周年を迎えました!

盛岡ガス クッキングスタジオ「フランメ」で開催されている

料理教室の講師陣が、料理にまつわる色々なお話をしています。

ぜひチェックしてみてください。

読者のおたより

読者の皆さまから、うれしいおたよりを
たくさんいただいています。

■家に届いたチラシや広告を見ていて、おしゃれで見ごたえのある
盛岡ガスさんの情報誌に釘付けになりました!(20代女性)

■引っ越しをきっかけに、盛岡ガスのお世話になっています。ガス料
金もお得で安全な都市ガスなので、今冬はガスストーブの購入を検
討しています。(60代男性)

■我が家ではガス衣類乾燥機「乾太くん」を使っていますが、本当に
優れモノだと日々感激しています……! 短時間で乾いてくれるので、
共働き・夜洗濯派の強〜い味方となっております。(30代女性)

■きのこの散策によく外山森林公園に行きます。いつもお蕎麦を食
べて帰りますが、そのお蕎麦屋さんが今季で営業終了と知り、残念に思
いました。今シーズンはお蕎麦を食べにたくさん行きます。(40代男性)