

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 60 号

盛岡 Morioka
シアワセ
歳事記



「盛岡の魅力体験隊」がゆく! 市民の身近なレジャースポット 岩山エリアを 楽しみ尽くす!

ここが
「岩山の岩」です!
(O隊員)



盛岡市の中心部から、車でわずか10分ほど。小高い丘陵地「岩山」は、自然と親しむ散策路、市内を一望できる展望台、去年リニューアルしたばかりの動物園、レトロな遊園地など、魅力あるレジャースポットが集まっています。盛岡ガス・盛岡ガス燃料の若手社員による「盛岡の魅力体験隊」が、岩山エリアの魅力を感じてきました!

「岩山公園」 自然に親しみ、景観を楽しむ

盛岡の市街地の東側に位置する「岩山」は、標高340.5メートルの小高い丘陵地。その頂上を中心とする一帯は、市が管理する風致公園※「岩山公園」として、1970(昭和45)年に開設されました。

およそ27ヘクタールの公園内に、盛岡の市街地や周囲の山並みを眺望できる展望台、木々や植物、鳥の

展望台そばの「喫茶GENKI」では、素晴らしい眺望を見ながら特製のカレーやシフォンケーキを味わえます。



展望台の駐車場近くに整備された散策路「啄木詩の道」の入り口。

※風致(自然の風景などの趣き、味わい)を楽しむための都市公園。

さえずりを楽しむながら歩ける散策路、休憩に便利な売店、トイレなどが整備。また周囲には「岩山パークランド(遊園地)」やゴルフ場、2023(令和5)年にリニューアルオープンした「盛岡市動物公園ZOOMO」といったレジャースポットもあり、身近なレクリエーションの場所として広く市民に親しまれています。

整備された「散策路」で 手軽な登山を楽しむ

「展望」や「夜景」を楽しむ定番スポットとして親しまれている岩山公園は、自然散策にもぴったり。3つのコースが整備されている「岩山散策路」はどれも1時間ほどで往復(または周遊)でき、市街地からのアクセスもいいので「本格的な登山はハードルが高い」「手軽に登山気分を味わいたい」人にもお勧めです。散策

啄木詩の道

シラカバやナラの明るい林に包まれた約100mの散策路沿いに、啄木の短歌10首が並べられています。また入り口近くには、啄木の像と啄木・節子夫婦の歌碑が建つ「啄木望郷の丘」も。



岩山の岩

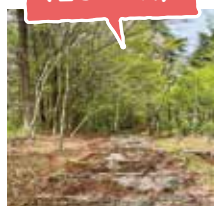


「啄木詩の道」の先、散策路の分岐にある巨岩(花崗岩)。上部は岩手山や市街地を見渡す展望ポイントにもなっています。

下(岩山登山路)から
見ると本当に大きい!
(M隊員)



岩山散策路 (全3コース)



「岩山登山路(城東ルート・山王ルート)」と「岩山愛鳥の森探鳥路コース」があり、「岩山登山路」はどちらも片道1km(30分)ほど。「愛鳥の森探鳥路」はおよそ2km(1時間)の周遊コースです。

を楽しんだあとは、岩山頂上にある「鹿島精一記念展望台」へ。眼下に広がる盛岡の街と、太陽の光を受けキラキラ光る川、岩手山や姫神山など、360度ぐるりと見渡せる絶景を楽しみましょう。

また石川啄木の生誕111周年を記念し1997(平成9)年に整備された「啄木詩の道」は、軽登山の装備不要で気軽に歩ける100メートルあまりの散策路。散策路沿いに並んだ啄木の歌碑を読みながら歩き進めると、その先に岩山の名前の由来でもある巨岩「岩山の岩」が現れます。バルコニーのように平らな岩場になっていて、ここからも岩手山や盛岡の街を見渡せます。

鹿島精一記念展望台



盛岡市出身で、鹿島建設初代社長の鹿島精一氏の功績を讃え、1962(昭和37)年に鹿島建設が寄贈。高さ11mの展望台からは、市街地とその周囲の山並みがぐらりと一望できます。

レトロな雰囲気の遊園地 「岩山パークランド」を満喫

岩山公園の東側にある「岩山パークランド」は、1972(昭和47)年にオープンした、岩手県内唯一の遊園地。昭和にタイムスリップしたようなノスタルジックな雰囲気があり、子ども連れのファミリーはもちろん、子ども時代を懐かしむ昭和世代、レトロ好きの若い世代にとっても魅力的な場所です。

ほどよい広さの園内には、岩手山や姫神山まで見渡せる「大観覧車」、思った以上にスリリングな絶叫系マシン「レインボースピンコースター」や「ウルトラスイングガー」、遊園地の定番「ティーカップ」「メリーゴーランド」のほか、巨大迷路

レインボースピンコースター



コース全長428m、最高部の高さ14.5m。座席そのものがグルグルと回転しながら、曲がりくねったレールを猛スピードで駆けめぐります。見た目以上にスリリング!

メリーゴーランド



子どもはもちろん、大人も童心に帰ることができる遊園地の定番。

親子でも、一人でも、年齢問わず楽しめる巨大迷路。何分でゴールに辿り着けるかな?

岩山パークランド

盛岡市新庄岩山公園
TEL 019-625-1430

- 入園料／大人400円
子ども(4歳～小学生)シニア(65歳以上)は200円
※乗り物料金別途
※乗り放題フリーパス(入園料込)は大人2,600円、子ども2,200円
 - 営業時間／9時30分～17時
 - 営業日／3月末～11月末までの土曜・日曜、祝日(平日休業)
※GW、夏休み期間は休まず営業
- <http://iwayamapark.net/>



大観覧車

遊園地の全景から、岩山公園、盛岡の街並みや岩手山まで、およそ10分の空中遊覧を楽しめます。



わくわく迷路



どの世代もそれぞれに楽しめる場所だと感じました。次は1日中遊んでみたい!(Y隊員)

動物たちの「自然な姿」を観察 「盛岡市動物公園ZOOMO」

岩山公園の南東に隣接する「盛岡市動物公園ZOOMO」は、盛岡市制施行100周年の1989(平成元年)年に開園。2023(令和5)年春、人、動物、環境の健康は相互に関連しひとつであるという「One World One Health」を理念に掲げた施設にリニューアルし、動物の福祉(心身共に健康である状態)に配慮するとともに、自然環境の保全、人間の福祉にも取り組んでいます。

園内に点在する池や天然の沢には、ホタルなどさまざまな種類の昆虫が生息。さらにその昆虫たちを狙って野生動物もやって来るそう。「One World One Health」を、まさに実感できる動物園。散策やピクニックをする場所としてもお勧めです。

盛岡市動物公園ZOOMO

盛岡市新庄字下八木田60-18
TEL 019-654-8266

- 入園料／大人(高校生以上)1,000円
子ども(小・中学生)500円
 - 開園時間／レギュラーシーズン(4～10月)9時30分～16時30分
ウィンターシーズン(11～3月)10時～16時
 - 休園日／レギュラーシーズンは水曜
ウィンターシーズンは水曜・木曜、年末年始
- <https://zoomo.co.jp/>



ZOOMO BASE ズーモ ベース

インフォメーションやチケット売り場、飲食、ショップなどが入った建物。この建物内と、二ホンザルがいる「モンキーコート」までは誰でも無料で入れます。ショップには、地元のクリエイターとコラボしたオリジナル商品など、魅力的な商品がずらり。



サバンナエリアの動物たち

ライオンやクロサイ、キリン、シマウマなど、アフリカに生息する動物たちがいます。



里山エリアの動物たち

ニホンカモシカやニホンツキノワグマ、ニホンイヌワシなど、日本の里山で暮らす動物たちがいます。



展示前にあるベンチ

それぞれの展示の前にはベンチが設置されていて、動物たちののびのびした姿を眺めながら休憩ができます。またテラス席や芝生広場もあり、持参したお弁当を食べるグループの姿も。



ところどころにベンチがあるので、ゆったりした気持ちで回れました。(K隊員)

楽しい街の探偵団

「はしご」も楽しい? 青山・滝沢の「日曜朝市」



- 青山日曜朝市
4～12月の毎週日曜 5時～7時30分
「ヤマダデンキ テックランド盛岡本店」駐車場
- たきざわ日曜朝市
4～11月の毎週日曜 5時～8時(10～11月は6時～)
「ビッグルーフ滝沢」駐車場

盛岡で朝市といえば「盛岡神子田朝市」が有名。でもそこだけではありません。春から秋にかけてのこの時期、盛岡の北部エリアでも、毎週日曜日に朝市が開かれています。

開催しているのは「青山日曜朝市」と「たきざわ日曜朝市」。地元産の新鮮な野菜や生花のほか、お肉や魚、惣菜、お菓子、雑貨類などさまざまな出店があり、毎回多くの人で賑わいます。

売り切れ次第片付けを始めるお店も少なくないため、早めの時間に行くのがお勧め。青山・滝沢間は車で10分程度の距離なので、朝市の「はしご」をするのも楽しそう。早起きが気持ち良いこの季節、朝市で「三文の得」をしませんか?



家庭で
できる
プロの味！

ひと手間でグッと美味しく すずめ流 「焼きそば」の作り方

今回は、市販の焼きそば(蒸し麺)を、家庭用のガスコンロで美味しく作るコツを教えてくださいました。水分を飛ばしながら手早く仕上げるのが「すずめ流」。ぜひ試してみてください！

●材料(1人前)

- ◎焼きそば麺(蒸し麺).....1袋
- ◎ソース.....付属のもの
- ◎豚肉.....30g程度
- ◎キャベツ.....100g程度
- ◎好きな野菜.....適宜
- ◎油.....大さじ1程度
- ◎甜麺醬・豆板醬.....好みに

●作り方

- ①豚肉をひと口大に切る。キャベツはざく切りにする。
- ②フライパンに油をひいて中火にかけ、肉を焼く。
- ③肉に火が通ってきたら、キャベツなどの野菜を加え、全体に油が回るように炒める。
- ④③の具材の上に軽くほぐした麺をのせて蓋をする。水を少し加えると時短になる。
- ⑤麺がふっくら柔らかくなったらソースを加え、強めの火力で水分を飛ばしながら全体を手早く混ぜる。
- ⑥お皿にのせて完成。好みに甜麺醬・豆板醬を加えても美味しい。

●プロのコツ

- ※炒めた野菜の上に麺をおくと、蒸し焼きの状態になって千切れずにほぐれます。
- ※麺がほぐれ、ソースを加えたあとは時間勝負。火力を上げ、水分を飛ばしながら手早く混ぜて仕上げましょう。中華料理のようなイメージで！



ミックス天(ぶた・イカ・チーズ)・・・1,100円

大阪につけてあった人気店から直接レシピを受け継いだお好み焼きは、生地が重くなくペロっと食べられる口当たり。一番人気は「ミックス天」。ほかにベーコンポテト(980円)、ぶたキムチーズ(1,180円)など。プラス350円でモダン焼き(焼きそば入りのお好み焼き)にもできます。

《プレゼント》

ここでご紹介した『お好み焼き もんじゃ焼き すずめ』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6月30日(日)必着 ●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。

flamme

フランメ

第60号 盛岡ガス通信 2024年6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9月1日です。お楽しみに。

※本誌掲載のデータは取材時のもの。表示はすべて税込価格です。

江戸時代中期に造営された「盛岡八幡宮」の参道にあたる門前町としてつくられた、盛岡市八幡町。その通り沿いにお好み焼き、もんじゃ焼きの専門店「すずめ」があります。

1989(平成元年)、転勤族のサラリーマンだった初代が「うターンし「関西のお好み焼きを広めたい」と開店。当初はお好み焼きと鉄板焼きの店を想定していましたが、東京時代の同僚の「もんじゃ焼きはやらないの?」という言葉を受けて、オープン直前にもんじゃ焼きもメニューに追加したのだそう。

「すずめ」では、どのメニューも自分で焼くのが基本。「お好み焼き、と

炎のプロに聞く エンジョイ・クッキング お好み焼き もんじゃ焼き すずめ



から営業。家族と、友達と、もちろん一人でも。鉄板で焼く楽しさ、美味しさを味わいに出かけませんか。

すずめでは「セルフ」が基本 美味しい焼き方のポイント

お好み焼きの場合

- ①具材をよく混ぜる(卵が全体に混ざるように)
- ②鉄板にひく油は少なめに(半回しぐらいが目安)
- ③生地の厚みは1.5センチ前後がベスト。
- ④焼き始めたならなるべく触らない。周りの生地が乾いてきたらひつく

※キャベツが入らないタイプのもんじゃ焼きは、土手を作らず全体を混ぜ、焼きながら2、3回



⑦「はがし」と呼ばれる小さいヘラでこすり取るようにして食べる。

⑥鉄板全体にうすく伸ばし、ほどよく焦げができるまで焼く。

⑤汁にとろみがついてきたら、全体を混ぜながらキャベツをへうで細かく切る。

④③をもう一度行い、汁を全部注ぐ。

③全体を混ぜて具材をなじませたら、ドーナツ状の土手をつくり、中央のくぼみに汁を3分の1注ぐ。

②まずは具材を鉄板にのせ、その上に汁を3分の1程度回しかける。

①鉄板に油をひく(量はお好み焼きと同様、少なめに)

もんじゃ焼き(月島風)の場合

⑤ソースはお皿に取り分けてからかける(鉄板の上は焦げやすい)り返す。

月島風もんじゃ・・・740円

たっぷりキャベツで土手を作る、東京・月島風のもんじゃ。キャベツではなくネギを使う納豆チーズもんじゃ(1,000円)、中華麺入りのミックスそばもんじゃ(1,100円)も人気があります。



ぶた焼きそば・・・850円

ガス火の鉄板で作る焼きそばは香ばしく、味わいも格別! いか、えび、牛肉、ベーコン入りの豪華なスペシャル焼きそば(1,310円)もお勧め。

に分けて汁を注ぎます(上の写真は「納豆チーズもんじゃ」)。

お好み焼き もんじゃ焼き すずめ

■盛岡市八幡町4-22 ■電話/019-622-0188

■営業時間/17時～22時

土曜・日曜、祝日は11時30分～14時も営業

■定休日/水曜

※駐車場なし(近隣のコインパーキング利用)



小上がりのほか、テーブル席もあります。



「10年以上経過」は交換の対象に 「火災警報器」の定期確認・交換、 ご相談ください。

消防法の改正により、すべての住宅に対し「火災警報器」の設置が義務付けられてから、13年*が経ちました。
火災警報器は、住宅火災の際の逃げ遅れ等を防ぐ、大切なものです。
盛岡ガス・盛岡ガス燃料では、安全で安心な毎日を送るために、

定期的な確認・交換を おすすめしています。

交換や設置にも対応しておりますので、
ぜひ気軽にご相談ください。

*盛岡市・滝沢市・矢巾町・紫波町は2011(平成23)年5月末日までの設置が義務付けられました。



ぜひ一度
確認を!

つぎのどれかに当てはまる場合、交換の対象となります。

1

火災警報器本体に
記載の設置年月から
10年以上経っている



設置年月2011年6月

2

点検ボタンを押すと
**電池切れや
故障をお知らせする**



電池切れです

故障です

3

点検ボタンを押しても
なにも音がしない



?

工場 見学

してみませんか?

盛岡ガス滝沢工場の
「スイカタンク」をはじめ、
ガス製造ラインや
管理室など、普段は近くで
見られない工場内の施設を
見学してみませんか?



／ タンクの上からの景色 ／



見学時間 60分程度(座学含む)

見学科金 無料 土曜・日曜もOK!

詳細・
申し込みは
こちらから!



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。

■フランメの情報はいつも新しくとても楽しみです! プロが
つくる飲み物や食べ物を、少しでも自分なりに近づけられることが
嬉しいです。(60代女性)

■昨年給湯器を買い替えました。新しい給湯器は日々のガス料金や
CO₂排出量などが表示されるのでとても便利です。1日の終わりに
チェックするのが日課になりました。(40代女性)

■ガスファンヒーター3年目です。楽です。これに代えてよかったで
す!(60代女性)

■久々に日詰地区の情報を拝見できて良かったです。日詰へはしば
らく足が遠のいていましたが、今ではこんなにも多くのお店ができて
いることを、今回の特集で知ることができました。(40代男性)