みやぎ新聞

平成29年9月発行
創刊第13号
発行元
宮城ふるさとプラザ
豊島区東池袋１－２－２

音楽で一息♪

毎年九月の楽しみと言えば「ジャズフェス」です。仙台市内定禅寺通りを中心に、各所の街角、屋外ステージで開催されます。

今年は九月九日(土)、十日(日)の二日間で、雨天決行ですよ。

このイベントには、地元はもちろん、全国各地から参加して頂き、東京からも毎年参加してくれるグループも数多くいます。

私はビックバンドの演奏が好きなので、主に、市役所前広場や、仙台定禅寺ビル前で見ていましたが、この時は歩行者天国になっていたので、買い物をしながら、犬の散歩をしながらなど、みんなそれぞれ楽しんでいました。ジャズに合わせて踊り出す人もいたり。

この二日間は街の中どこへ行っても音楽が聞こえて来て、この地に暮らして良かったと思えるイベントのひとつです。

ぜひ仙台のジャズフェスに足を運んでみて下さいね。

スタッフ・津

芋煮会がアツい！

宮城で秋の風物詩と言えば、「芋煮会」！！！！！！

第27回 定禅寺ストリートジャズフェスティバル in 仙台

【テーマ】OUR SPACE
【期　日】9月9日(土)・10日(日)　※ 雨天決行
ストリート演奏 / 11:00 ～ 18:00
ナイトステージ / 18:00 ～ 20:00
【会　場】仙台市中心部
（仙台市青葉区　一番町　国分町　本町　中央 ほか）
仙台市宮城野区　榴岡
全40ステージ以上（予定）

この時期、友人・知人に会った時の合言葉は「芋煮行った？」です。

人気スポットは、広瀬川の河原！　特に牛越橋～三居沢交通公園周辺は、この時期あちこちで薪を焚いて、煙と芋煮の匂いが漂います。長年人気の理由としては、ゴミ置き場にキチンとゴミがまとめられ放置が少ない。マナーを守って楽しむ市民が多いからでしょうか。

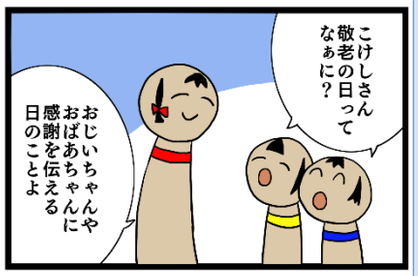
近くのコンビニ前には薪が積み上げられ、次々売れていきます。知らない人が見れば、驚く光景でしょうが、仙台市民には見慣れた光景で、「あっ、芋煮しなきゃ！」と思います。

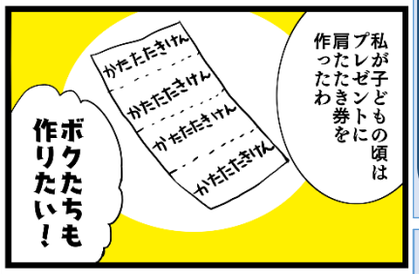
宮城の芋煮は、里芋・豚肉は絶対必要で、他にはネギ、キノコなど何でも可。ベースは仙台味噌！豚汁でしょ？とお思いでしょうが、違います！

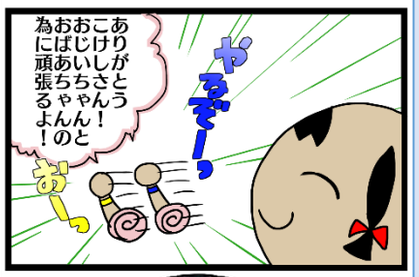
手ぶらで芋煮会ができる行楽地も増えていますので、ぜひ！芋煮会に参加してみて下さい！　十月中旬になると寒いので、九月～一〇月初旬がオススメ！

スタッフ・鳴

宮城大好き！こけしさん 第13回







編集後記

新聞刊行1周年を迎えることができました！
今後もお楽しみに☆
スタッフ・山

スタッフイチオシ

今月は店舗スタッフ・望のオススメ♪

今回は秋に旬を迎えるナッツ類の中から、特に優れている、「くるみ」をご紹介したいと思います。

くるみにはビタミンや食物繊維、タンパク質、葉酸、鉄分、亜鉛など、基本的な栄養素だけではなく、オメガ3脂肪酸という優れた成分が多く含まれています。

くるみはこのオメガ3脂肪酸の含有量が、他のナッツ類とは比べ物にならないくらいの多さなのです。

オメガ3脂肪酸を摂取すると、血流を改善したり、コレステロール値の低下、アレルギーの抑制など多くの効果があると言われています。

ダイエット効果、アンチエイジング、生活習慣病の予防、血液サラサラ効果、不眠改善などが見込めるクルミは、美容や健康に嬉しい栄養素が詰まったスーパーフードと言えます。

夏の疲労回復、紫外線によるダメージケアにぜひご活用ください。

プチ情報！

ちょっとくるみに似ている…？
ピーカンナッツもオススメ！

希少なくるみ科のピーカンナッツ。食物繊維やビタミンはもちろん、不飽和脂肪酸も多く含まれています。ダイエットやアンチエイジングにも効果的と言われています♪

すりくるみ
(株)瀬川本店　70g　￥415

ピーカンナッツ　キャラメル
ピーカンナッツ　ココア
(株)藤商事　100g　￥756

店内イベント情報

今月の白謙かまぼこは**偶数日の入荷**です！

●8月30日～9月 5日：美里町「大地フーズ」いわし団子＆ハンバーグ試食販売会
●8月30日～9月 5日：南三陸町「高茂商店」海産物祭り
●9月 6日～9月11日：大崎市「栗野商店」湯葉重ね豆腐試食販売会
●9月 6日～9月12日：気仙沼市「森博食品」丸干しさんま試食販売会
●9月12日：「蔵王町立宮中学校」地域PRイベント（開店時より14時頃まで）
●9月12日：伊達な地酒と牛たんの会2017　初秋　～川敬商店～（18時30分～・有料・要問合せ）
●9月13日～9月19日：女川町「いかや」の手作り海産物試食販売会
●9月15日～9月18日：宮城の食コン2017
●9月16日～9月24日：期間限定「仙台銘菓 萩の月」販売会
●9月20日～9月26日：石巻市「ヤマサコウショウ」牛たんつくね試食販売会
●9月20日～9月26日：南三陸町「高茂商店」海産物祭り
●9月27日～10月3日：栗原市観光物産協会「栗原市の物産と観光展（仮題）」

方言講座

達者な仙台弁でおなじみ☆　店長みうらが教えます！

「おっぴさん」

8月に宮城へ戻り、はじめてのお盆での出来事。
私の父と子どもを連れて、我が家の墓参りへ。
「あなたたちの**おっぴさん**のお墓だからね。」
と言ったところで、この**おっぴさん**、私たちは普段何気なく使っていますが、東北以外の方には、「ん？誰？」となるのではないでしょうか。
おっぴさんとは曾祖父母、ひいじいちゃん、ひいばあちゃんの事。場合によっては、略して「ぴーちゃん」などと言う事もありますよ。

話は変わって今年の仙台七夕。
毎年七夕3日間の内、必ず1日は雨が降るというのがジンクスであるようなのですが、今年は3日間ともぐずついた天気となり、「これって8月？」と思いたくなるような仙台七夕3日間でした。最終日の8日は大雨で各イベントも中止となり、残念！

こちらは比較的晴れた8月7日(2日目)の様子です。
人が集まってるな～思ったら某人気アニメコラボの七夕でした。