

☆みやぎ新聞

宮城で涼の夏を★

県内では「涼・宮城の夏」をキャッチフレーズに、仙台・宮城「伊達な旅」夏キャンペーンが真最中。連日の真夏日・猛暑日も宮城なら少しは涼しく過ごせるかも、と旅行の計画を立てている方もいらっしゃるかと思われまふ。：が、こめんなさい、実は近年、宮城もけっこう暑いんです！そんな中でも涼しい観光地の代表と言え、蔵王の御釜ですが、実は選りすぐりの観光スポットが気仙沼にございます。それはズバリ「水の水族館」！館内は、涼しいを通り越して凍える寒さのマイナス二十度！防寒コートを借りて中に入ると、港町気仙沼らしくサンマやカツオなど四十種類以上、約六百匹が水漬けにされていて、じつくり観察できるんです。この水の水族館は、平成十四年に開館し、気仙沼観光の目玉スポットとして親しまれていました。が、東日本大震災で被災し、長らく休館していました。かつて、家族旅行で訪れた私は、笑っちゃうような寒さの中、

「美味しそう〜」などと言いつつながら家族みんなで楽しんだ記憶があるのですが、六年以上も休館が続くと、もう再開することはないのかな、と寂しく感じていたのです。しかし本年四月、水の水族館復活！のニュースが舞い込んできました。しかも、プロジェクトチームが最新の技術を取り入れた、光と音で幻想的に彩られた世界を堪能できるというのですから、待った甲斐もあるというもの。暑い夏だからこそ、文字通りの「涼・宮城」を体感できる訪れて頂きたい。きつこ満足いただけるはず。スタッフ・宮

水の水族館(気仙沼市)

入館料 大人・・・500円
子供・・・300円
未就学児無料
開館時間 9:00～18:00
(最終入館17:00)

<http://www.uminouchi.com/>
詳しくは当店2階観光コーナーへ！

夏バテ対策OK?

そろそろ夏本番。みなさん、夏バテはしていないでしょうか。暑い日が続くと胃が弱ったり、疲れやすくなったりしますよね。そんな夏バテ対策に持って来いなのが納豆です。納豆には体力の低下を防ぐ効果のあるビタミンB群や、アルギニンという疲労回復に役立つアミノ酸も多く含まれています。また、納豆のネバネバのムチンが胃壁を守ってくれて消化吸収を助け、アルコールの分解を早める働きもあります。さらに、ナットウキナーゼには血液サラサラ効果があり、夏バテから早く回復しやすいと言われてます。ちなみにナットウキナーゼは熱に弱いので、加熱せずに食べるのがオススメです。お好みで、卵やキムチ、アボカドなど、いろいろな食材と合わせてもGood。この夏、納豆で夏バテ対策しませんか？

スタッフ・堂

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！

「わがんね」
連日暑い日が続いております。実は宮城も夏はけっこう暑いんです。しかし、東京に比べたら・・・まだまだです。今朝、池袋に到着し、電車から降りた瞬間、「暑くてわがんね・・・」と呟いてしまいました。「ん？わがんねってもしかして方言？」
確かにこの「わがんね」ですが、通常の「わからない(理解できない)」という意味ではありません。この場合の「わがんね」は「(暑くて)我慢ができない」という意味です。さっそく調べてみると、この「わがんね」、確かに仙台弁の一覧に記載されていました。この他、「そんな事してわがんねよ～」という、「そんな事してダメだよ～」という意味にもなります。私も小さい時は(今も?)よく親に言われていました・・・。

※8月より宮城へ戻ることになりました。
これまで私の雑談交じりの記事にお付き合い頂き、誠にありがとうございます。今後はこれまで通り私の記事を始め、他メンバーによる宮城の生情報も時々お伝えできればと思っております。今後とも宜しくお願いいたします。



スタッフイチオシ

今月は
本部スタッフ・管のオススメ♪

8月、夏本番ですね。宮城県の夏は、真夏日となることも少なく、過ごしやすい街として紹介される事も多いです。しかし、近年、温暖化の影響なのか、年々暑くなってきたように感じられます。

暑い日が続くと食欲が落ち、つい冷たくてのど越しが良い食べ物ばかり好んでしまいます。中でも、よく食べる物のひとつに「ところん」があります。が、宮城県の人とところんの食べ方は、他都道府県の人からすると、え～、と言いたくなるようです。

それは、ところんに砂糖を入れることです。醤油、酢、砂糖を入れて食べるのが一般的です。私もそれで育ちました。仙台的甘味屋さんでも、ところんのタレとして、醤油、酢、砂糖が出てきます。衝撃的かもしれませんが、美味しいですよ。

調べてみると、ところんは、地域によって食べ方が様々あるようです。黒蜜、ボン酢、牛乳など。この夏、皆さんも色々な味でところんを味わってみてはいかがでしょうか。

また、当店でも人気の商品、「仙台麩」を製造している山形屋商店さんでは、仙台麩入りのレシピを紹介しております。ぜひ、こちらもお試ください。

- 仙台麩(5mmの輪切り)・・・4枚
- ところん・・・1袋
- きゅうり・・・1/2
- ◆合わせ酢◆
 - 酢・・・大さじ4
 - 砂糖・・・大さじ3
 - 塩・・・小さじ1/2
 - レモン汁・・・適量

- ①ポウルに合わせ酢を作り、仙台麩を浸しておく
- ②きゅうりは塩で板ずりして、千切りにする
- ③ところんと①②を合わせていただく

※合わせ酢は市販の寿司酢やらっきょう酢でもOKです

これオススメ!

仙台麩 スライス
(株)山形屋商店
50g ￥324



店内イベント情報

今月の白謙かまぼこは
奇数日の入荷です!

- 8月2日～8月7日
「栗野商店」湯葉重ね豆腐試食販売会
- 8月2日～8月8日
南三陸町「高茂商店」海産物祭り(ほや、わかめ等)
- 8月5日～8月16日
期間限定「仙台銘菓 萩の月」販売会
- 8月10日～8月13日
by JAPAN「厳選海苔試食販売会」
- 8月16日～8月22日
「本田水産」牡蠣惣菜と水産加工品販売会
- 8月23日～8月29日
「大崎市観光交流課」大崎市の観光と物産展
- 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(ほや、わかめ等)

※8月9日から予定されていた「いかや」のイベントは都合により中止となりました。次回は9月13日～9月19日の予定です。

宮城大好き! こけしさん 第12回



編集後記

夏バテと夏カゼには
気を付けて・・・
スタッフ・山