



会津あかべえ通信 Vol.45



2010年8月15日発行

山に川に湖に、夏の暑さにまけない子どもたちの元気な声が聞こえてくる夏休み。美味しい会津の夏野菜も各地の道の駅や朝市に勢揃いしています。会津あかべえ通信では15日と月末の毎月2回、会津のホットな話題をお届けしてまいりますので、どうぞお見逃しなく！

c o n t e n t s + + + + +

- 1) 知っ得！話題 釣って楽しい、食べて美味しい！イワナ釣りにチャレンジ！
- 2) イベント情報 南会津の自然のなかで食と音楽を楽しむ「大宴会 in 南会津」
- 3) 会津鉄道からおすすめ情報
会津まつりと会津鉄道沿線秋まつり&イベント情報！！
- 4) 会津のいい湯 セレクション 休暇村温泉 [北塩原村]
- 5) 大内宿からラブレター 三澤屋
- 6) 会津のお母さんたちがお教える、かんたん米粉レシピ まるごと野菜巻き

+ + + + +

1) 知っ得！話題 釣って楽しい、食べて美味しい！ イワナ釣りにチャレンジ！

清冽な川と緑の山々に囲まれた只見町は自然の宝庫。黒谷地区にある「いわなの里」は、奥会津の山から流れるきれいな水を引き入れた釣り堀で、大人から子どもまで安心してイワナ釣りができるアウトドアスポットです。ご家族や友人たちとワイワイ楽しみながら釣り上げたイワナやヤマメは美味しさも格別！お子さんと一緒に緑あふれる夏休みを過ごしてみませんか？



釣り用具（さお、えさ、バケツ）一式 200 円

釣り上げたイワナ&ヤマメは 100g285 円です。炭火焼き、から揚げ、活け造りなどにして食べられます。（調理代別途、持帰り可）

フライフィッシング 2 時間 1000 円

リリースしてください（100g285 円で購入可）。パーブレスフック&ドライフライのみ使用可。

お問い合わせ先 / (有) いわなの里 TEL090-2603-6162 つりぼり衛星電話
[情報はこちら！] <http://www.iwananosato.com/>

+ + + + +

2) イベント情報

南会津の自然のなかで食と音楽を楽しむ「大宴会in南会津」 【これからイベントのイチオシ情報！】

第1回『大宴会 in 南会津 2010』

開催日 / 平成 22 年 9 月 19 日 (日)
開場 / 11:00 ~ 終演予定 19:00、雨天決行
会場 / 会津山村道場・うさぎの森オートキャンプ場
最寄駅 / 会津鉄道 会津山村道場駅 徒歩 15 分

南会津町の森に包まれたオートキャンプ場を会場に、只見町名物の「マトンケバブ」や田島名産「アスパラ焼き」など、地元ならではの食を楽しみながら、心躍る多彩なジャンルの音楽に耳をかたむける野外音楽祭がおこなわれます。会場ではワークショップや体験コーナーも開催！南会津地方のおいしい食べ物を味わいながら、のんびり音楽三昧の一日を過ごしてみませんか？



出演アーティスト 順不同

中山うり(アコーディオン音楽)、高田漣(フォークシンガー)、コトリンゴ(ピアノ音楽)、
高野寛(ポップス)、川窪裕子(アルパ奏者)、Tomi and Tamio(ボサノバデュオ)

チケット / 前売り 4000 円

当日券は 5000 円、小学 3 年生以下と 75 歳以上は無料

キャンプ可能(会津山村道場へ要事前予約 TEL0241-66-2108)

[キャンプ情報はこちら!]

<http://www.aizukogen-yume.jp/sanson/index.html>

お問い合わせ先 / 南会津ハッピーカンパニー事務局

TEL0241-62-8001 (CAFÉ JI-MAMA 内・五十嵐)

[イベント情報はこちら!] <http://www.daienkai.org/>

+++++

3) 会津鉄道からおすすめ情報

会津まつりと会津鉄道沿線秋まつり&イベント情報！！

【会津鉄道からおすすめ情報をお届けします！】



会津まつりと会津鉄道沿線秋まつり&イベント情報！

[情報はこちら！] <http://www.aizutetsudo.jp/info/?p=538>

第3回あいづコストレ9月25日・26日開催決定！参加者募集中！

[情報はこちら！] <http://www.costrain.com/>

7/1(木)【会津鉄道&レトロバス「猿遊号」で行く大内宿 共通割引きっぷ】
発売！

[情報はこちら！] <http://www.aizutetsudo.jp/info/?p=95>

ちょっとお得！浅草宿泊パック

[情報はこちら！] <http://www.aizutetsudo.jp/info/?p=777>

リーズナブルにゆったりと「東武フリーパス」で会津を周遊。

[情報はこちら！] http://www.tobu.co.jp/riding/docs_tobu/c01.html

芦ノ牧温泉駅でもできるニャー！ 駅 de LIVE 参加者募集！！

[情報はこちら！] <http://www.aizutetsudo.jp/info/?p=100>

2010 歳時記の里～奥会津をめぐる自転車ツアー

[情報はこちら！]

http://www.bicycle-eyes.com/aizu_railway/cycling793.html

缶バッヂラリースタート！缶バッヂ3個集めると、会津鉄道オリジナルグッズをプレゼント！！

[情報はこちら！] <http://www.aizutetsudo.jp/info/?p=17>

らくらく スイスイ 電動アシスト自転車 参加者募集！

[情報はこちら！] <http://www.aizutetsudo.jp/info/?p=94>

6月18日より、「新型車両運行記念切手」を限定発売します！

[情報はこちら] <http://www.aizutetsudo.jp/info/?p=539>

みんなで作るフォトギャラリーキハ8500形写真募集中！

[情報はこちら！] <http://www.aizutetsudo.jp/info/?p=378>

列車車窓・駅からのフォトコンテスト春、受賞作品発表！

[情報はこちら！] <http://www.aizutetsudo.jp/info/?p=377>

10/24(日)錦秋の田島-若松サイクルトレイン開催！
[情報はこちら！] <http://www.aizutetsudo.jp/info/?p=787>

どんどん成長してる！東京スカイツリー情報！
[情報はこちら！] <http://www.aizutetsudo.jp/info/?p=536>

「サイクルトレイン」始めました！受入台数4台限定！
[情報はこちら！] <http://www.aizutetsudo.jp/info/?p=124>

4/1から湯野上温泉郷 猿遊号がより便利になりました！！
[情報はこちら！] http://london-taxi.jp/t_saruyugo/

トロッコ会津浪漫風号乗車で「富士の湯」無料入浴券がもらえます！！
[情報はこちら！] <http://www.aizutetsudo.jp/info/?p=788>

引退記念！キハ8500ストラップ・さよなら記念乗車券限定販売中！！
[情報はこちら！] <http://www.aizutetsudo.jp/info/?p=139>

週末は列車の旅でリフレッシュ！「ウィークエンドパス」
[情報はこちら！] <http://www.jreast.co.jp/tabidoki/service/twoday/>

会津鉄道サポーターズクラブ会員募集中！
[情報はこちら！] <http://www.aizutetsudo.jp/info/?p=438>

～「ばす駅長デザインロッコ車両」運行開始記念新商品のご案内～

会いに来てニャー

会津鉄道芦ノ牧温泉駅
名譽駅長

猫駅長ばす

あなたへ、そして大切なあなたへ...
ばすからのメッセージをお届けします

「ばす」の思い出
ポストカードブック
1冊 840円(税込)

「ばす」の旅の思い出
DVD
1枚 1,500円(税込)

「ばす」のウタ
CD
1枚 1,000円(税込)

「ばす」の一日
DVD
1枚 1,500円(税込)

会津鉄道株式会社

珠玉のメッセージ入り「ポストカードブック 12枚セット」(840円) 売り切れちゃったのでまた作りました！「ばすの1日」DVD(30分感謝価格盤 1500円) ニヤスカナスカの「ばすのウタ」CD(1000円)は、会津鉄道オリジナルグッズ「ばすの店」・西若松駅・芦ノ牧温泉駅・湯野上温泉駅・会津田島駅内やまびこの他、会津若松市内の各書店(株)岩瀬書店会津若松駅前店・西沢書店(株)会津アピオ店・坂内書店(有)・ブックスなになわ会津若松本店・レオクラブツタヤ年貢店・レオクラブツタヤ会津アピオ店・レオクラブツタヤ滝沢店・レオクラブツタヤ神明通り店)でお求めいただけます。

会津鉄道オリジナルグッズばすの店！

[情報はこちら！] <http://www.aizutetsudo.jp/shop2/index.php>



ばす駅長プロモーションビデオ完成！！

[プロモーションビデオはこちら！] <http://www.aizutetsudo.jp/info/?cat=30>

ばす駅長ニュース！

[情報はこちら！] <http://www.aizutetsudo.jp/info/?cat=22>

+++++

4) 会津のいい湯 セレクション 休暇村温泉 [北塩原村]

【名湯ぞろいの会津のいい湯をご紹介します】

高原の避暑地としても人気の裏磐梯地区。数ある湖沼群の中で最も大きい桧原湖では観光遊覧船が運行され、涼しげな緑の木に縁取られた湖上からの眺めを楽しむことができます。桧原湖の東側に建つ『休暇村裏磐梯』は雄々しい磐梯山の噴火口を目前に眺める温泉宿泊施設。自家源泉を引いた露天風呂「こがねの湯」は鉄分を多く含むため、名前のとおり金茶色をしたにごり湯が特徴。開放感いっ



ぱいの庭園風の造りでのんびりと温泉を楽しめます。日帰り入浴(正午から午後5時 最終受付は午後4時まで)も可能ですが、アウトドア体験のできる宿泊プランも各種あるので、お子さん連れのファミリーにおすすめしたい温泉です。

お問い合わせ先 /

休暇村裏磐梯 TEL0241-32-2421

[情報はこちら!]

<http://www.qkamura.or.jp/bandai/>

+++++

5) 大内宿からラブレター from 只浦 千恵子(三澤屋)

【大内宿のみなさんが自慢のお店をご紹介します】

「大切に育てた娘を大内宿からお届けさせていただきます。」



生まれてから雪の中で眠っていた娘でございます。

「娘」と言うのは、特別純米酒「大内宿 雪中百姫(せっちゅうももひめ)」のことです。このお酒は、三澤屋の深井戸から汲み上げた地下水を逆浸透膜方式でRO水にし、それを割り水として仕上げ、山里の雪の中で百日間寝かせたお酒です。

三月、春の訪れとともに目覚め、皆様のお手元に届きます。造りたての「かおり」が封印され、味がまろやかに仕上がっています。ぜひ冷たいままで御愛飲ください。

そして三澤屋に来たら食べていただきたい「高遠そば」。信州高遠藩で育った会津藩主保科正之公ゆかりの大根おろしの冷たいおそばです。長ネギを箸がわりに用い薬味をかねてご提供させていただいております。

三澤屋茶屋の方では、当店名物「いわなサンド」が人気です。外はカリカリ中はしっとりのイワナのフライはそば粉で揚げています。エゴマ入り自家製パンでボリュームもたっぷり。テイクアウトまたは茶屋二階で水出し珈琲とともにお召し上がりください。茶屋では自家製パンやケーキも人気ですが、職人の手づくりのため数量限定となっております。

大内宿にお越しの際には、三澤屋のそば、お酒、パンをぜひお楽しみください。

定休日 そば屋 / 無休 1月に休み有 (H23.1月4・5・6・7休)

パン屋 / 4月~11月営業 木曜日休み 冬期間休 (12月~3月)

営業時間 9:30~16:30

客席 100席

雪中百姫（720ml詰）1本	2500円
クール宅配便（包装・送料）	500円別途）
高遠そば（漬物付）	1050円
イワナサンド	500円
五穀パン	700円
ぶどうパン	500円
クルミパン	400円
じゅうねんケーキ	600円（1本）
フルーツケーキ	1000円（1本）
赤お多福	1つ400円（赤かぼちゃとあんこの最中）

お問い合わせ先 / 三澤屋 TEL 0241-68-2927 FAX 0241-68-2560



高遠そば



イワナサンド



赤お多福

+++++

6) 会津のお母さんたちがお教えする、かんたん米粉レシピ。

【国内生産のお米からできる「米粉」をつかった気軽に美味しいレシピをご紹介します！】

米粉の5つの特徴

- ・米粉はグルテンを含まないので、小麦アレルギーの方向けのメニューづくりに。
- ・精白米にはアミノ酸が小麦の1.7倍多く含まれています。
- ・天ぷらの衣に使うとカラッと揚がり、油を吸いにくいのでカロリーも抑えられます。
- ・お菓子の生地をつくる時にかき混ぜすぎても、ふっくら仕上がります。
- ・水で溶くだけでとろみがつくので、ホワイトソースならバターで炒めなくてもOK。

まるごと野菜巻き

[材料] (5人分)

- 皮
- 米粉...1カップ
- 水...1カップ
- 菜種油...大さじ2

- 八丁味噌タレ
- 八丁味噌...大さじ1
- ざらめ...大さじ1
- 水...大さじ1
- 酢...大さじ1



具はキュウリ、ダイコン、ニンジン、ミズナ、ピーマン、カイワレなど、季節の野菜をお好みで。

[作り方]

皮になる材料を混ぜ合わせ10分間置いておく。

具になる野菜は8〜10cmの縦切りにしておく。

タレを用意する。八丁味噌タレは、酢を除いて火にかけ、とろっとさせてから酢を加減しながら混ぜ合わせる。

食卓の上にホットプレートを用意し、弱火にして温めたプレートに、大さじ1程度流し入れて手早く楕円形にのばして焼く。表面が十分に白っぽくなったら裏返し焼く。

好みの野菜を巻くように包み、タレをつけていただく。

[ワンポイント]

どうしても野菜が苦手というひとは野菜と一緒にチーズやハムを巻くと食べやすくなります。つけタレには市販のゴマだれやドレッシングなど、お好みで数種類準備しておくとも異なる味わいが楽しめます。

情報提供:会津若松市米粉利用促進連絡協議会

+++++

[編集後記]

日中だけでなく、深夜近くになっても気温が下がらず、暑い日が続いています。熱中症になったり体調をくずしやすい、年配の方や小さなお子さんがいるご家庭は特に気をつけて、楽しい夏をすごしましょう。