

せい かつ じょう ほう
生活情報



[Instagram](#)



[Facebook](#)

も り お か

(公財)盛岡国際交流協会 [MIRA]

〒020-8530 盛岡市内丸 12-2 TEL: 019-626-7524 FAX: 019-622-6211 E-mail: info@mira-morioka.com

いえ たの もりおか あじ
家でも楽しめる盛岡の味

わんこそば, じゃじゃ麺, 冷麺, 以外にも盛岡にはおいしいものがいっぱいあります。そ

こで, 今号では外出の自粛を続けている市民の皆さんや*新しい生活様式を取り入れている

皆さんが3密をさけながら「盛岡の味」を楽しんで堪能できるお店や盛岡ならではの食材を

紹介していきます。

*新しい生活様式については以下を御確認ください。

日本語: <http://www.city.morioka.iwate.jp/kenkou/kenko/1029832/1031153.html>,

English: [http://www.mira-morioka.com/wp/wp-](http://www.mira-morioka.com/wp/wp-content/uploads/2020/04/20200514_1031153_Suggested-New-Lifestyle-to-cope-with-COVID-19.pdf)

[content/uploads/2020/04/20200514_1031153_Suggested-New-Lifestyle-to-cope-with-COVID-19.pdf](http://www.mira-morioka.com/wp/wp-content/uploads/2020/04/20200514_1031153_Suggested-New-Lifestyle-to-cope-with-COVID-19.pdf)

I 盛岡の美味しいもんアンバサダー

II ヘルシーもりおか

I 盛岡の美味いもんアンバサダー



まず初めに「盛岡の美味いもんアンバサダー」を知っていますか？

もりおかしのうぎょうしんこうれんらくきょうぎかい もりおか ちさんちしょう すいしん
盛岡市農業振興連絡協議会が盛岡の地産地消を推進す

と く しえん もくてき もりおか う ま
る取り組みを支援することを目的に、「盛岡の美味いもんア

ンバサダー」認定制度を作りました。認定を受けているお店

は、もりおか しょくざい つか う
は、盛岡ならではの食材を使ったオリジナルメニューを売

っているお店です。

レストランなどでこのようなロゴが貼ってあるお店を見たことはありませんか？これらの

マークがついているお店ではもりおか そだ おい しょくざい たの
マークがついているお店では盛岡で育てられた美味しい食材を楽しむことができます。



う ま にんてい う みせ だ
美味いもんアンバサダーの認定を受けているお店が出しているテイクアウトメニューもい

っぱいあります。じしゆく もと いま いまく もりおか たの
っぱいあります。自粛が求められている今だからこそ、今暮らしている「盛岡」の味を楽しみ

ながら学んでみませんか？

テイクアウトメニューについては下のリンクのマガジンでチェックしてみてください。

^{ざっし} ^{にほんご}
(雑誌の PDF は日本語です) :

^{ぜんはん}
(前半) ページ 1 ~ 21 :

http://www.city.morioka.iwate.jp/_res/projects/default_project/_page_/001/031/296/moriage_magazine01.pdf

^{こうはん}
(後半) ページ 22 ~ 45 :

http://www.city.morioka.iwate.jp/_res/projects/default_project/_page_/001/031/296/moriage_magazine02.pdf

^{もりおかしこうしき} ^み ^{しやくしょ} ^{じどうほんやくきのう} ^{えいご}
盛岡市公式ホームページからも見れます。(市役所のホームページは自動翻訳機能で英語,

^{ちゅうごくご} ^{かんこくご} ^ご ^{たいおう}
中国語, 韓国語, タイ語に対応しています。):

<http://www.city.morioka.iwate.jp/kankou/1016397/1030863/index.html>

II ヘルシー盛岡

①アロニア



^{さいきん} ^{もりおかはつ} ^{けんこうかじつ} ^{くだもの}
最近(さいきん)は盛岡発(もりおかはつ)の健康果実(けんこうかじつ) (果物(くだもの))として「アロニア」

^{つか} ^だ ^{みせ} ^ふ
を使った(つか)スイーツを出(だ)している(みせ)お店(ふ)が増(ふ)えています。でも、アロニアってなに??

^め ^{ひろう} ^{きのう} ^{かいぜん} ^い
アロニア : 目(め)の疲労(ひろう)や機能(きのう)の改善(かいぜん)に良(い)いとされる

^{おお} ^{ふく}
アントシアニン(おお)が多く(ふく)含ま(ふく)れている(ふく)フルーツ(ふく)です。

しかし、フルーツとしてそのまま食べるにはちょっと苦い…渋い… そこで

さいきん 最近ではアロニアの飲物やスイーツ、ソースなど美味しく味わえる方法で提

きょう 供されています。

おいしくて、健康的!! 盛岡にいるからこそ味わえる食材のアロニアは一回

だけでもためしておいて損はしないのでは??

☆アロニアについてモリーラからのお知らせ!!



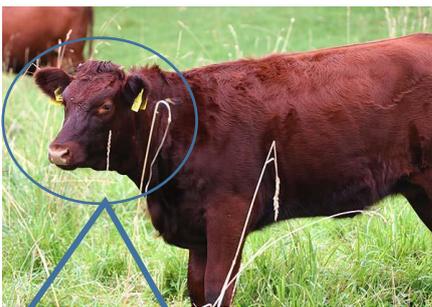
ブルーベリーやハスカップよりも

ポリフェノール成分が入っていて

食物繊維やベータカロチンの栄養も

果物の中ではトップレベルらしいよ!!

②短角牛



前沢牛や神戸牛などいろいろある牛の種類

つが短角牛です。「もりおか短角牛」は「日本

短角種」と呼ばれる牛の品種に分類されます。



盛岡で産まれて、近郊の牧草地に放牧されて

のびのび育った牛が「もりおか短角牛」と呼ばれています。



きみ、

本当に角が短いんだね!!

短角牛 = 短い角の牛という

名前に納得!!

☆ここがポイント☆

もりおか短角牛は脂肪分が少なくたんぱく質が多い！赤身が多くて噛め

ば噛むほど肉の旨味や香り（にくにくしい感じ）を楽しめます。

また、脂肪分が少ないのでとてもヘルシーなお肉です。

③あじわい林檎ポーク

あじわい林檎ポークは柔らかい肉質が特徴！薬にたよらずに豚の健康を守るため、飲

み水にはイオン水を入れて、ストレスが無いようにのびのびと暮らしながら盛岡のおいし

いリンゴを食べて育つポークを「もりおかあじわい林檎ポーク」と言います。

☆モリーラの
あじわい林檎ポークのすごさはここだ！

抗生物質などの薬を使わず、

豚本来の健康を考えながら

育てられたポークなんだって！

じつは、ばい菌から守るために家畜には

抗生物質が使われていることが多いんだ！

でも、このポークは違う！！



他にも中学生が作成した盛岡の特産食材を紹介している英語のリーフレットはこちら：

<http://www.city.morioka.iwate.jp/jigyousha/sangyo/nogyo/1030308.html>

この大変な時期だからこそ、みなさんにとって少しでも明るい話題作りとなれば幸いです。