

配布エリア：鳥取・昭和・新富士・西港・鶴野・星が浦1・2・山花近郊・阿寒近郊  
配布枚数：10,800枚

製作・発行

# tasuki

地域の情報を大切に



## 株式会社マルカツ吉田新聞店

〒084-0906 釧路市鳥取大通8丁目1番5号  
電話 (0154) 51-2773

《吉田新聞店公式HP》

<http://yoshidashinbunten.com/>



昔ながらの味を大切に

## いなか家

住所：釧路市鳥取北6-3-5  
☎ 51-5902  
営業時間 11:00~15:00  
(蕎麦が無くなり次第終了)  
定休日 毎月 4、14、24日

今年創業50周年を迎えた隠れた老舗蕎麦屋『いなか家』。毎日の打つ蕎麦は数十食分で、当然すべての蕎麦が出尽くした時点で店じまいの為、午後2時には閉店になっていることもある。

お店の人気メニューは、もりそば420円とかしわそば580円の2品で、価格もお安いことから、多くの常連さんはこの2品を一緒に食するのが、お店の定番との事です。食材はすべて道内産の物にこだわり、更にもりそばのつけだれは絶品で大根おろしが混ざった秘伝のたれは蕎麦によく絡み、癖になる美味しさです。

お気軽に立ち寄ってみよう！



元祖牡蠣そば

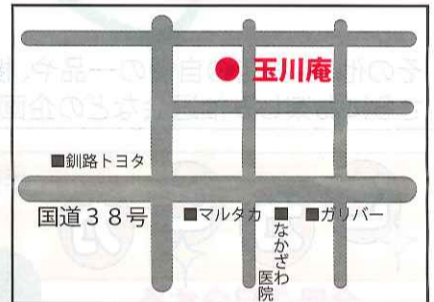
## 玉川庵

住所：釧路市鳥取大通5-7-17  
☎ 51-4628  
営業時間 11:00~19:30  
(蕎麦が無くなり次第終了)  
定休日 第2・4月曜日

牡蠣たっぷり歯ごたえのある手打ち蕎麦は全国のそば好きをもうならせる。かきそばは店主の地元厚岸町で考案された。20代の時にお店を開業したが、もっとたくさんの人に食べてもらいたいとの思いから釧路の地で店舗を構え40年経った。常に最高の蕎麦を食べてもらいたいと考えているため、震災で牡蠣の値段が上がった時も、産地や値段は一切変えておらず『美味しい』の一言のために変わらぬ味を提供する努力を続けている。そんな蕎麦に対する愛情が、多くのファンを集めている。

健康にも良く、この季節はとて温まる

『かきそば』は1365円。一度食べてみてはいかがですか。



### 特集

# そばの街946

市内には数多くのお蕎麦屋さんがありますが、今回は近場の気になるお蕎麦屋さんに行ってみました。数店舗のご紹介ですが気軽に行ってみて下さい。

2種類のおそばを選べるお店

## かまくら

住所：鳥取大通9-6-2  
☎ 51-9911  
営業時間：11:00~14:30、17:00~19:30  
11:00~14:30、16:00~19:30 (日祝の場合)  
定休日：水曜日

鳥取大通9丁目、旧フクハラさんの裏にお店を構えているかまくらさん。釧路では珍しく蕎麦の種類を選択することが出来る。蕎麦の種類は2種類で蕎麦の風味を楽しむ事が出来る『石臼挽きそば』が従来の『更科そば』のどちらかを選べるのが

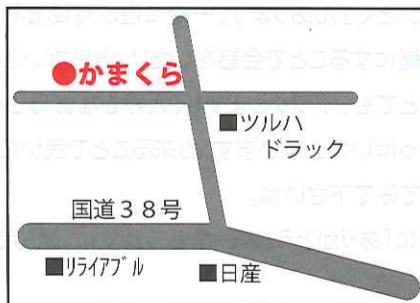


お店の特徴。石臼で挽いた蕎麦は、冷たいそばのみで選ぶことが可能であり、蕎麦本来の香りを楽しみながら蕎麦をすするのが、通の食べ方。

今回紹介する、お店の人気メニューの『天親子』1,000円(更科)。「天親子」でのかしわは若鳥のみの使用ですが、他のかしわそばは親鳥か若鳥かを選ぶことが出来る。

親鳥は若干の歯ごたえがあり、若鳥はくせのない柔らかさを味わえる。

釧路市内でかしわの種類を選べるお店は、かまくらのみ！あなたは若鳥派？それとも親鳥派？まずは自分で食べてみよう！



和を楽しむお店

## そば乃 青山亭

道道釧路鶴居弟子屈線(動物園に向かう道路)沿いにある和風の建物。店内の梁や柱は、ご主人である青山さんの出身地、青森県弘前の築200年の造り酒屋を解体したものを活用し、ひばや秋田杉も現地から運び込み使用。席に座り、窓から見える立派な日本庭園を楽しみながらお蕎麦をいただく時の経つのを忘れさせてしまうほどゆっくりくつろげるお店です。

今回のお勧め品は、『しつげんそば』950円。地元産のわらびやぼりぼりなどの山の幸をふんだんに使い、やまべの天ぷらを添えているお蕎麦。特にやまべは鶴居産にこだわり、ぬめりを取り、からっと揚げた天ぷらは絶品。

何とこの商品のネーミングは、開店当時の釧路市長であった伊東代議士に『湿原の名が付いたメニューを釧路PRの為に作ってみては?』と、言われたのがきっかけで試行錯誤の末、今日に至っている。

住所：釧路市鶴野277-3  
☎ 53-5548  
営業時間 午前11時~午後7時  
(金曜のみ午後4時まで)  
定休日 年中無休





親子で学ぼう

した ちから も

# の下の力持ち

番外編



出品商品の  
一部ラインアップ

## 味付け数の子

釧路海洋フーズ株式会社  
釧路市新富士町5-3-11



## 牛挽肉

榛澤牧場 (はんざわ牧場)  
直売所: 釧路市鶴野73-5



## 釧路産昆布



拓海  
7-4カ  
有限会社拓海  
釧路市鳥取大通り6-5-6



## 昆布森産 真たこ足

かもめ市場  
釧路市入舟4-1-1

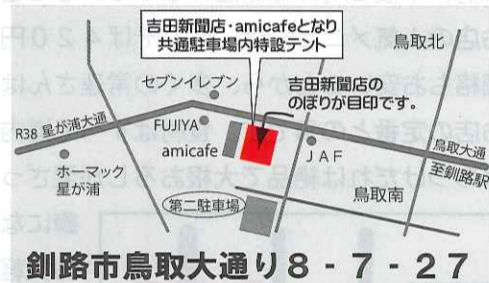


今回の開催日は **12月10日(土)・11日(日)本日**  
営業時間: 朝 8:00 ~ 11:30 まで

食の下の力持ちでは、生産者にスポットをあて、その製造方法等を紹介してきましたが、この地域の皆さんに実際に食べて、知ってもらおうという趣旨で『朝市』を開催しております。販売しているのも生産者のみなさんなので、商品になるまでの方法を学んだり... こだわりどころを聞いたり... どのような風に食べたら美味しいか... など、商品と一緒にその思いや、うんちくも一緒に手に入れて頂けると幸いです。

〜月に一度、休日に地元食材を使って食卓をちょっと贅沢にしてみませんか?〜

国道38号線沿い  
(株)マルカツ吉田新聞店  
**amicafe**  
共通駐車場内  
特設テント



その他、各お店の自慢の一品や、榛澤牧場の牛挽肉100%をアミカフェが調理した特性ハンバーガー、さらにお楽しみ抽選会などの企画もご紹介します。是非、足をお運びください。

## ピカピカ

子供たちの輝いている素敵な姿や  
主な活動内容などをご紹介します

### 今回ご紹介する ピカピカみなさん

#### 《山花小中学校》

校長: 館岡 まり子 先生  
児童生徒会長: 渡邊 和史 君

僕たち山花小中学校では26名の児童生徒が仲良く学習活動に励んでいます。特に農園栽培学習は4月からそれぞれ課題を持ち栽培計画を立て、地域の方々にもアドバイスをいただき、秋の収穫に向けて頑張ります。その活動を通して、命の尊さや、仲間と力を合わせる大切さを学んでいきます。今年、その学習の成果が認められ、ユネスコスクールにも認定されました。他にも、釧路市動物園での飼育体験学習や自転車遠足、歩くスキーなど他の学校では体験できない楽しい学習がいっぱいあります。そして何よりも豊かな自然に恵まれており、小鳥たちやエゾリスも校庭に遊びに来ます。僕たちは毎日、豊かな自然の中で、力を合わせて楽しく頑張っています。



気になる?? 疑問調査隊

### 昭和南5丁目の『美容室Sheep?』 の気になる? マークの意味

気になる? **あつまる**



オーナー小川進也さんの星座が牡羊座だったためSheep(ひつじ)と名付けましたが、もう少しインパクトがほしいということで、クエスチョンマーク(?)を付けました。

#### ★お店の特徴★

○Cut Menu Cut(カット)¥3,150 Perm(パーマ)¥7,870 Color(カラー)¥7,350

茶を基調とした、ゆったりとくつろげる広々とした店内。カット以外にも個室で行うヘッドスパがあり、頭皮の水分バランスを整えてくれる。薄毛対策にも良いとのこと。金額も20分2620円と、とってもリーズナブル。

髪も心もリフレッシュしてみたいか? \*小学生のカット2620円

## Sheep?

住所 釧路市昭和南5丁目17-7 ☎64-1551

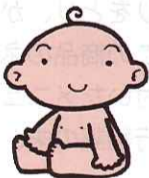
営業時間 平日/10:00~19:00 土日/9:00~18:00 ※予約優先

定休日 毎週火曜日

<http://sheep946.com/>

## 子供の病気 Q & A

気になったらすぐに  
掛かり付けの病院へ行きましょう。



### ~マイコプラズマ肺炎~

#### 《マイコプラズマ肺炎とは...》

マイコプラズマと呼ばれる微生物に感染することが原因で起こる肺炎です。2歳過ぎの小児に多く、マイコプラズマ肺炎に感染している人の咳やくしゃみなどから感染する飛沫感染です。

#### 《症状...》

38℃~39℃の高熱、激しい咳、発疹などがあります。細菌性肺炎よりは症状は軽いですが、咳と発熱が長引きます。

#### 《治療...》

聴診器による胸の音や、レントゲン、血液検査などからマイコプラズマ肺炎を確認すると、マイコプラズマに対する抗生物質を小児に投与したり、咳や熱といった小児の症状に対する治療薬を使用したりします。

治療期間は2週間ぐらいで、入院が必要なこともあります。

## 育児 のママ知識



### 「お手伝い」



子ども達には、楽しい季節になりましたね。クリスマスの飾りつけや、お掃除など子ども達と一緒に楽しみながらやっていますか? ご飯の支度や洗濯物をたたんだりと一緒に出来るのがたくさんあります。一緒に遊ぶ時間をわざわざ取らなくても、家のお仕事をお母さんと一緒にすることで会話をしたり、出来ないところと一緒にやってみたりと、子ども達にとってはとてもワクワクしますし、大好きなお母さんの役に立てるととってもうれしいという気持ちでいっぱいだと思います。出来ることで良いので是非、子ども達も家族の一員として一緒にやってみて下さいね。

最後に「ありがとう」の一言も忘れずに。進んでお手伝いするようになりますよ!