

	月	火	水	木	金
注文日	1/18	19	20	21	22
配達日	1/25	26	27	28	29

## 宮古に行ってきました!

2016年1月4回

2014年度から取り組んでいる「結の場」を通じてできた、岩手県宮古市との縁。「ぜひ組合員のみなさんも宮古へ」ということで、2015年9月18日から19日にかけて、組合員理事3名と商品部職員2名で宮古市に行ってきました。

9月18日

盛岡と宮古をつなぐ道路は、国道106号しかありません。車で約2時間強の道のりです。路線バスのほか、復興用の資材を積んだトラックが往来します。盛岡を10時前に出て、宮古にはお昼ごろに到着。まず宮古市の市街地にある宮古商工会議所と、宮古駅にある三陸鉄道本社を訪問しました。

宮古駅から三陸鉄道に乗って北上し、田老駅で下車。ソーラーパネルの団地(3ページ参照)を脇目に、田老町漁協の新しい工場を訪問しました。2014年7月にお邪魔した時は仮設の工場で営業しており、新しい工場はまだ骨組みの状態だったので、感動もひとしお。とても衛生的な工場で、最新の設備が整っていました。

次は宮古の市街地に戻り、(有)丸徳へ。2014年6月はちょうど新しい工場ができたばかりでした。笑顔がすてきな社長の徳江さんが、津波の後のご苦労について、また以前は社会科見学で宮古の小学生を受け入れていた話をしてくださいました。揚げ立ての練り物や、社長自慢の「ミヤコロケ」をごちそうになりました!



PM4:05

震災以前よりも規模を小さくして再建した丸徳の工場兼店舗。ご近所が明るくなるようにと、オレンジとクリーム色のかわいらしい外観にしたそうです。裏の堤防を上ると、すぐ宮古港です。



田老町漁協新工場

PM2:50

9月18日はあいにくの天気でした(おまけに津波注意報まで...).新しい工場は2015年5月から稼働しています。



2014年7月に撮影した、建設中の様子。



PM3:45

揚げ立ての「まつたけ入り」をごちそうになりました。宮古はまつたけの産地でもあります。

左から大出友記子副理事長、丸徳の徳江邦子社長、石渡由美子理事、川口みゆき理事。



PM2:00

田老町漁協の工場内。塩蔵わかめを小分けしています。



PM4:10

9月19日

宮古港開港400周年と合わせ、B級ならぬ「Sea級グルメ全国大会」が宮古港で開かれました。19日・20日と2日間のお祭りです。日本全国から「Sea級グルメ」が集まる中、私たちは宮古代表として出場する田老町漁協と古須賀商店の応援に行ってきました。朝の準備中は前日からの悪天候が続いていたのに、11時ごろからは天気に恵まれ接客日和に。お昼までしかいられませんでした。理事3人でたくさんのお客さんをお呼び込みました!結果、参加16団体のうち、田老町漁協と古須賀商店が1位と2位を獲ったそうです。やったね!



AM11:20

雨も止んで晴れ間が出てきました。こごとばかりに宮古のSea級グルメをアピール。



AM11:30

古須賀商店のサーモンスティック。中央は古館誠司さん。

# 復興応援市



東都生協は2015年度も総代会方針に基づき、東日本震災の被災地の支援を継続しています。「工場は再建したけれども、休業中に販路がなくなった」「震災で流通網が様変わりして、思うように商品を届けられない」;震災からほぼ5年、被災地では変わらず困難を抱えています。被災地の商品を利用することは、メーカーだけでなく地域の応援にもつながります。



さわやかな味わい、コリコリ食感!

古須賀商店  
岩手県宮古市

仕様変更

フェスタ  
試食&  
販売品

今回からアミノ酸を除いた仕様でご案内します。

474 蔵 小袋大  
荻わかめ生姜漬け  
80g 258円(税込278円)

岩手県産荻わかめを醤油やしょうがなどで香りよく漬け込みました。(古須賀商店) 20日 国産応援



三陸ならではの海藻「あかもく」入り。

丸徳  
岩手県宮古市

フェスタ  
販売品

056243 凍 大  
三陸揚 3枚  
398円(税込429円)

三陸産・北海道産のすけそうだらすり身に三陸産あかもく(海藻)、玉ねぎ・にんじんを加え、魚醤等で味付けして油で揚げました。(丸徳) 90日 国産応援



しっかり肉厚!

田老町漁協  
岩手県宮古市

じゃがいもを入れるのが田老流!

058173  
いわて真崎  
カットわかめ  
20g 298円(税込321円)

岩手県宮古市田老の沿岸、親潮と黒潮が交わる豊かな海域で育った、肉厚で歯ざわりの良いわかめをカットし、乾燥しました。(田老町漁協) 国産応援



うどんにのせて。

田老町漁協  
岩手県宮古市

フェスタ  
販売品

561  
真崎とろろ昆布  
50g 298円(税込321円)

岩手県宮古市田老産の昆布を醸造酢のみで味付けし、薄く削りました。お吸い物や麺類などのトッピングに。(田老町漁協) 国産応援





# 食の未来づくりフェスタで大盛況!

**食の未来づくり** 2015年10月17日、東都生協の年に一度のお祭り「食の未来づくりフェスタ」にて、「復興応援市」もブースを出しました。目的は、ひとりでも多くの方に、宮古や岩手県のおいしいものを知っていただくこと。古須賀商店の古須賀さん、東和食品の辻見さん、三陸鉄道の菅野さん、宮古商工会議所みなさんに応援に来ていただき、来場のお客さんに試食を振る舞いました。どれもおいしいと好評!お昼前にはほぼ完売してしまいました。今回、購入のチャンスです。

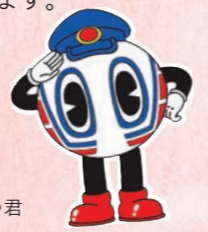


三陸鉄道の菅野訓貴さん。この日のために乗務員の制服を着てきてくださいました(普段は物産の仕事です)



## 三陸鉄道

三陸鉄道株式会社では、地元・岩手の企業と組んで、地域振興の一環として多くのオリジナル商品を開発しています。さんてつ商品を買うことが、岩手の振興につながります。



牛肉がゴロッと出てきて、ビックリ!



**058220** 三陸鉄道 三鉄ビーフカレー 260g **538円(税込581円)**  
岩手県産短角牛の肉がごろっと入った、やや甘口のカレー。玉ねぎやにんじんを形がなくなるほどじっくり煮込み、果物で甘みを出し、牛乳でマイルドな辛さに仕上げました。(イーハートブとりもと)



たべるんも「さんてつ」に乗り! 運転手さんは、2011年3月11日に「奇跡の車両」を運転していた方でした。

9月18日 PM1:15



宮古駅から三陸鉄道に乗り、初めて乗る「さんてつ」は、1両編成のポップアップラッピング車両。

PM1:35



田老駅から太平洋を望みます。東日本大震災の前は、建物にさえぎられて海は見えなかったそうです。かつて住宅地だったところは、今はソーラーパネルの団地になっています。



新鮮なさんまを使用。

丸友しまか 岩手県宮古市

フェスタ 試食&販売品

**055662** さんまの田舎煮 150g **498円(税込537円)**  
岩手県で水揚げされた新鮮なさんまをすぐに下処理し、てんさい糖と醤油のみで、骨までやわらかく炊き上げました。冷蔵庫解凍または湯せんしてどうぞ。(丸友しまか) @60日



冷や奴やおつゆに。旨み全開!

東和食品 岩手県宮古市

562

かつおこんぶ 30g **500円(税込540円)**  
北海道茅渚産の真昆布(白口浜真昆布)を斜めに薄く削り、枕崎産かつお節と合わせました。お料理にかけただけで楽しめます。(東和食品) 国産産



風を切って走るさんてつのようなさわやか味!

佐幸本店 岩手県久慈市

659

三陸鉄道 さんてつサイダー 330ml **220円(税込237円)**  
しゅわしゅわとした心地の良い泡とさわやかな風味のサイダー。(佐幸本店)



駅弁気分が味わえる、人気商品。

木村商店 岩手県閉伊郡山田町

フェスタ 販売品

058203

三陸鉄道 うにごはん入り 山田いかめし 2個 **758円(税込818円)**  
岩手県産米に蒸しうに(チリ産)を入れて炊き上げたうにごはんを国産いかに詰め、ふっくらと煮上げました。そのままでも食べられます。(木村商店) @60日 国産産



いかせんべいは宮古みやげとしても有名です。

すがた 岩手県宮古市

フェスタ 試食&販売品

069205

元祖いかせんべい 三陸鉄道新型お座敷車両 2枚×8 **1,000円(税込1,080円)**  
三陸のするめいかの煮汁と乾燥粉末を小麦粉の生地に練り込み、いかの形に焼き上げた宮古名物。三陸鉄道の新型お座敷車両の箱に詰めました。(すがた) @90日



ヒレグロ・ソウハチともに、干物にするととびきりおいしくなる魚種です。ヒレグロは全体的に脂がのった、締まった身。ソウハチは脂に特徴があり、淡白ながら独特のコクがあります。

宮古マルエイ 岩手県宮古市

規格変更

**193** 干かれい(ソウハチ) 2尾(約260g以上) **398円(税込429円)**  
北海道産ソウハチカレイの内臓を抜き、うるこ・ぬめりを取り除き、干し上げました。(宮古マルエイ) 国産産



規格を2尾(約140g以上)から変更し、併せて価格を調整しました。

規格変更

**055646** 干かれい(ヒレグロ) 1尾(約200g以上) **398円(税込429円)**  
北海道産ヒレグロカレイの内臓を抜き、うるこ・ぬめりを取り除き、干し上げました。(宮古マルエイ) 国産産



浄土ヶ浜レストハウスの2階に、2011年3月11日の津波の到達点を示すプレートが貼られています。

三陸屈指の景勝地・浄土ヶ浜。撮影者の右側には浄土ヶ浜レストハウスがあり、撮影者の背後には、1933(昭和8)年と1960(昭和35)年にこの地を襲った津波の碑がそれぞれ立てられています。



浄土ヶ浜レストハウスの味! 海鮮料理の味付けに。

フードバック 岩手県宮古市

058190

三陸宮古のたつと浜だれ 250g **548円(税込591円)**  
ほたてとかにの旨みを引き出した塩だれ。15倍に薄めて、炒め物・ラーメン・鍋などにどうぞ。グルタミン酸ナトリウム使用。(フードバック)



コーヒーや紅茶とも合います。

回進堂 岩手県奥州市

069183

岩谷堂羊羹 本練 260g **498円(税込537円)**  
熟練の職人が細心の温度管理で小豆のさらしあんを練り上げた、コシの強さが特徴のようかんです。(回進堂)

069191

岩谷堂羊羹 くるみ 260g **498円(税込537円)**  
熟練の職人が細心の温度管理で白あんを練り上げた、コシの強さが特徴のようかん。香ばしいくみを練り込みました。(回進堂)



これだけでご飯がすすむ。

古須賀商店 岩手県宮古市

058246

わかめ佃煮 100g **338円(税込365円)**  
岩手県産わかめを香りよく煮込んで佃煮にしました。ご飯のおともとしてどうぞ。(古須賀商店)



電子レンジ調理で食べられるあなご。

丸友しまか 岩手県宮古市

055670

あなごの唐揚げ 100g **548円(税込591円)**  
岩手県宮古市で水揚げされたあなごに馬鈴薯でん粉をまぶし唐揚げにしました。電子レンジで温めてどうぞ。(丸友しまか) @60日 国産産



晩酌のおともに! お酒がすすむスモーキーな香り。

南部鮭加工研究会 岩手県宮古市

069213

南部鮭の燻製(スライス) 40g **630円(税込680円)**  
岩手県で水揚げされた鮭を広葉樹の燻材で冷燻し、スライスしました。そのままお酒のおつまみとしてどうぞ。(南部鮭加工研究会)



宮古では無病息災の縁起食として親しまれています。

ハニー食品 岩手県宮古市

056200

あずきぱつとう 250g **298円(税込321円)**  
北海道産大豆のしこに太いうどん「ぱつとう」を加え、岩手県宮古の郷土料理。(ハニー食品) @30日



松の葉のような海藻です。旨みたっぷり。

川原田商店 岩手県宮古市

058181

焼まつも 5g×5 **899円(税込970円)**  
岩手県産まつもの磯の風味と鮮やかな緑色を生かして焼き上げました。まつもは1~4月に三陸の海岸で採れる、風味の豊かさが珍重されている海藻です。(川原田商店) 国産産



ホカホカごはん! せんべいがモチッとすてうまい!

小松製菓 岩手県二戸市

058238

やっぱり蔵手屋のせんべい汁 せんべい8枚、スープ60g×2 **418円(税込451円)**  
三陸で水揚げされたするめいかを細切りにして、昆布エキス・さば節・かつお節などを加えた丸大豆醤油ベースのたれを絡めました。(共和水産) 国産産

黒豆の食感が楽しめるロングセラー。

岩手阿部製粉  
岩手県花巻市



599 凍 大  
黒豆塩大福  
55g×4 **438円(税込473円)**

国産のもち米に粒のままの黒豆を加えた生地で、すっきりした甘さの粒あんを包みました。(芽吹き屋・岩手阿部製粉) 国産応援

肉厚、コシがあるのにやわらか。

本多商店  
岩手県大船渡市

わたしのこだわり



189 蔵  
東都わかめ 160g **358円(税込386円)**

岩手県産の肉厚でやわらかな塩蔵わかめ。塩抜きしてご使用ください。11kcal 塩1.4g/100g 岩手県 (本多商店) ◎50日 国産応援

「三陸の味」わかめと鮭のコラボ!

陸前高田地域振興  
岩手県陸前高田市



056227 凍 小麦大豆  
三陸わかめ混ぜご飯の素(鮭入り)  
100g **370円(税込399円)**

三陸わかめと国産鮭を醤油ベースで味付けしました。(陸前高田地域振興) 国産応援

フコイダンが豊富。

マルダイ長沼商店  
宮城県石巻市

わたしのこだわり



190 凍 小麦大豆  
東都冷凍とろろめかぶ(たれ付)  
40g×4 **268円(税込289円)**

宮城県牡鹿半島表浜産めかぶの糸作りです。10kcal 塩0.8g/1個 宮城県 (マルダイ長沼商店) 国産応援

お待ちせしました。企画を再開しました。

マルダイ長沼商店  
宮城県石巻市



201 蔵  
宮城県表浜産大粒生かき  
(加熱調理用) 140g(7~10粒) **498円(税込537円)**

宮城県表浜で養殖した大粒のかきをむき身にしました。鍋やフライにどうぞ。(マルダイ長沼商店) ◎お届け日含め2日 国産応援

# 復興応援市

東都生協は、宮城県産を柱に、長年三陸の美味しい海産物をご紹介してきました。東日本大震災を受け、今までの恩恵に応えるため、募金や炊き出し、商品の利用促進を通じて、メーカーの復興の応援を続けてきました。

少しでも地域再興の力になれるよう、これからも、昔からの定番品・新しい顔ぶれを取り揃え、みなさんにご紹介することを通じて復興応援を続けていきます。



かつお節付き。そのまま開けて一品に!

山徳平塚水産  
宮城県石巻市



058254 小麦大豆  
骨ごといわしの香味佃煮  
130g **398円(税込429円)**

三陸近海で獲れた新鮮ないわしを、しょうが・んにくを効かせて骨ごとやわらかく炊き上げました。東京・中野「野方食堂」監修。(山徳平塚水産) 国産応援

酒の肴にもってこい。

木の屋石巻水産  
宮城県石巻市

組換不使用



597 小麦大豆  
鯨大和煮  
170g(固形量120g) **500円(税込540円)**

調査捕鯨の副産物であるひげ鯨を使用。赤肉をしょうがを効かせた醤油ベースのたれで味付けしました。(木の屋石巻水産)

国産野菜で彩り良く仕上げました。

高橋徳治商店  
宮城県東松島市



レンジ  
056219 凍  
お魚あられ  
約18個180g **370円(税込399円)**

北海道産たらりの無リンすり身に、国産じゃがいも・かぼちゃ・人参・ほうれん草をそれぞれ練り込みました。(高橋徳治商店) 国産応援

心がやすらぐ、ふわふわ食感。

高橋徳治商店  
宮城県東松島市

組換不使用



460 凍 大  
高橋徳治商店のおとうふ揚げ  
5個175g **324円(税込349円)**

無リンすり身に国産大豆使用の豆腐を加え、米油で揚げました。85kcal 塩0.4g/35g 宮城県 (高橋徳治商店) 国産応援

宮城・塩釜で揚げています。

ファーストフーズ  
福島県福島市

レンジ トースター



366 凍 小麦大豆  
三陸浜のかき揚げ丼  
かき揚げ80g×2・たれ25g×2 **333円(税込359円)**

三陸産いか・オキアミと国産玉ねぎのかき揚げと、だしの効いた醤油ベースのたれ。180kcal 塩2.4g/1人前 宮城県 (ファーストフーズ) 国産応援

みんなで囲んで、復興を応援。

ささ圭  
宮城県名取市



449 蔵 卵 小麦大豆  
家族だんらんおでんセット  
7種13個・おでんだし50ml **547円(税込590円)**

スケトウダラの無リンすり身使用の玉ねぎ天・五目揚・枝豆揚・ごぼう揚・鯛つみれ・枝豆ちぎり各2、ごぼう巻1。希釈用おでんだし付き。(ささ圭) ◎10日

菌切れの良さが自慢!

ささ圭  
宮城県名取市



459 蔵 卵 小麦大豆  
仙台笹かまぼこ  
4枚112g **227円(税込245円)**

すけとうだらの無リンすり身を、魚介エキス・砂糖・還元水あめ・みりん等で味付け。プリッと食感です。(ささ圭) ◎14日

いかげそが丸ごと!

ささ圭  
宮城県名取市



458 蔵 卵 小麦大豆  
いかげそ揚  
120g **266円(税込287円)**

国産するめいかのげそを、すけとうだらの無リンすり身と合わせて油で揚げました。(ささ圭) ◎14日

次回「復興応援市」は3月3回を予定しています。宮古の新しい商品をご案内する予定です。お楽しみに!