かわらばん記者がつくる。

# さがん街なかMAP

## 04 ヘルシー野菜ビュッフェをお弁当に!

### Fruit parler 旬果

記者 さが移住6年目屋女ライター 清家麻衣子

野菜足りてる？… ドキッとしたあなたにおススメ情報！白山アーケードが出来る前の1953年から、お店を構える坂井八百屋。フルーツパーラー旬果は、その直営店になります。野菜料理や果物が食べ放題のビュッフェが有名ですが、実はこのビュッフェ、テイクアウトのお弁当もあることを知っていますか？旬の野菜にこだわり、おかずはもちろんソース類も手作り。一押しは、ずっと人気の青じそ入りコロッケだそうです。「様々な旬の野菜をご家庭でお料理する時の、参考になれば嬉しいですね」とスタッフの方が笑顔で説明する先には、テーブルいっぱいに並んだ彩り豊かなおかずたち。量り売りでトレイに好きなものを詰めていくスタイルですが、見るだけで気分も上がりどれにするか迷ってしまいます。また南国の穴場カフェのような内装は、何と全て手作り！社長自ら夜な夜な完成させたのだとか。栄養満点のお弁当と共に、細部にまでこだわり抜いたアート空間もぜひ味わって下さい。

[INFORMATION]
Fruit parler旬果 ☎0952-23-4366●佐賀市白山2-7-1エスプラッツ北ウィング●営業時間／12:00～14:00(OS)●定休日／日曜、祝日●駐車場／なし ※テイクアウトは108円／100g ※旬の野菜バイキング(60分)は800円

▲ ビュッフェから好きなおかずを選べます。量り売りです(108円／100g)

▲ エスプラッツの北側にあります(アーケード沿い)

## 05 食べることの幸せを実感するおいしい“おかず”スープ

### 時代屋 ～おかずスープ Café ～

記者 唐津の島巡り計画中 伊藤恵子

おかずスープとパンまたはご飯をテイクアウトできるお店。スープは日替わりで5種類用意されています。優しい味わいだけれどオリジナリティに溢れていて、例えば、すりおろした大根がスープに溶け込んで味の奥行きを増していたり、またある時はたっぷりのパプリカがきれいな赤い色のスープベースとなっていたり。他にも店長A子さんがひらめきで作り出す創作料理がメニューに並んでいるんです。「みんな違って、いい」と話すA子さんのスープはその言葉を体現した、それぞれに“いい”スープです。「佐賀の良さをみんな気づいていない」ともA子さんは言います。「空気がおいしい、夕焼けがきれい、米も野菜もおいしい。佐賀の人が当たり前と思っていることは、当たり前ではない」。食べることも、私たちにとって当たり前のことですよね。でも“当たり前のことはこんなに嬉しいことなんだ”と発見させてくれるお店です。スープジャー持参でお店に行ってもいいですよ。

[INFORMATION]
時代屋 ～おかずスープ Café～ ☎080-9103-9605●佐賀市八幡小路4-34 1F●営業時間／11:00～21:00頃●定休日／不定●駐車場／なし ※おかずスープは540円(ご飯もしくはパン、小鉢つき)。スープジャー持参で50円引き。スープのみは100円引き。

▲ おかずスープの一例(540円 ご飯もしくはパンと小鉢つき)

▲ 店内にはオーナーが選んだ雑貨も数多く並びます

各店の電話番号や詳しい場所などはネット検索でチェック！他にもテイクアウトできる店は、街なかにたくさんあります！

### 09 CAFE木と本
カレー、コーヒーなど

▲ カレーのテイクアウトが2月よりスタート

### 10 カフェ シエマ
バーガー、ホットサンド等

▲ 映画館併設カフェ。シエマバーガー550円

### 11 café Tomita
チーズケーキ等

▲ 生パスタ屋さんの看板スイーツ

### 12 林檎亭
各種お弁当

▲「義祭弁当」(お茶付1,080円)

### 13 サニーブレイス
ハンバーガー等

▲ お昼は土日祝のみテイクアウト可

### 14 LIFT COFFEE
ピザ、コーヒー

▲「スライスピザ」は380円～

### 15 福岡精肉デリカ
佐賀牛カレーパン

▲ 土日限定！佐賀牛カレーパン(390円)

### 16 ぎょうざ屋
ぎょうざ

▲ ぎょうざは550円(10ヶ)～

### 17 あんバター∞えんバター
コッペパン

▲ コッペパンは130円(税別)～

### 18 ひぜんえびすや
回転焼、まんじゅう

▲ 回転焼は120円、饅頭は100円～

### 19 PINEBOOKS
コーヒー

▲ ハンドドリップのコーヒーが300円

### 20 スムリラ
スムージー

▲ 各種スムージー 500円(税別)

▲ お弁当(650円)。この日のメインはお肉をチョイス

▲ 佐賀県立図書館の1Fにあります

## 06 からだにいいお弁当を選びたい時

### デイズキッチン

記者 レトロ好き転勤族 大坪美和

あれ?こんな所にオシャレなカフェがある！県立図書館の駐車場側に隠れ家のように温かい照明を見つけた時は、ほっと嬉しくなります。店内ではランチやお茶もでき、ちょっとした無農薬野菜までお買い物できます。テイクアウトできるメニューは、お弁当、パニーニ、カレーなど。人気のお弁当（650 円）は、お魚かお肉のメインを選ぶことができます。そして、驚くべきは野菜を中心としたおかずの品数と量。この一食で一日の野菜不足を解消できるのでは?と思ってしまうほどです。佐賀産の減・無農薬野菜を積極的に取り入れているそうです。また、お米は県認証の特別栽培米Aランクのお墨付きで、玄米に近いごはんには古代米が混ぜ込んであるため、噛みごたえがあり、満腹感の割にはヘルシーです。ごはんの大盛もできますので（+50 円）男性にも満足頂けるはず。県立図書館にはテラス席が設けてあるので、お天気の良い日は、こころざしの森を眼下に眺めながらお弁当を楽しむのもオススメです。お花見のシーズンは、お持ち帰りのお客様も多くなるそうなので、是非お早めに。

[INFORMATION]
デイズキッチン ☎0952-28-2533●佐賀市城内2-1-41 佐賀県立図書館1F●営業時間／9:30～18:00●定休日／図書館休館日●駐車場／あり(図書館駐車場)●HP／http://www.3rd-place-co.net/

▲ 玉屋饅頭54円／個

▲ 場所は佐賀玉屋南館の地下

## 07 懐かしさもちょっぴり味わえる?玉屋名物「玉屋饅頭」

### なにわ亭

記者 気ままなママチャリライダー 髙橋香歩

「子どもの頃は玉屋の地下に自動で饅頭を作る大きな機械があってね、カチャンカチャンと次々にお菓子ができる様子が面白くてじーっと見よったよ」。そんな“玉屋饅頭の思い出”を昭和の佐賀玉屋を知る人々から時々耳にします。現在その機械はなく玉屋饅頭も長年姿を消していましたが、地階で営業する“なにわ亭”の店長の堤昌之さんは、「ぜひ復活してほしい」という声に応えて 5 年ほど前に販売を再開！復刻にあたり佐世保玉屋のお店（現在は閉店）で習うなど試行錯誤しながら完成させたそうです。“玉屋”の焼印が押された玉屋饅頭は、以前より少し大きめですが、おやつにちょうどいい“小ぶりな”サイズ。ふわっとした生地で回転焼ともまた違う食感です。「3 日くらいは固くならずにおいしく食べられますよ」と堤店長。1 個 54 円というお手ごろ価格も魅力で、幅広い年代に喜ばれる新名物として復活しました。そのほかお好み焼、ジャンボたこ焼、回転焼の昔ながらの定番おやつや、ミルンのソフトクリームも販売。目の前のイートインスペースも利用できます。

[INFORMATION]
なにわ亭 ☎0952-24-1151(佐賀玉屋代表)●佐賀市中の小路2-5 佐賀玉屋南館地階●営業時間／10:00～18:30●定休日／佐賀玉屋店休日●駐車場／佐賀玉屋駐車場(駐車サービスあり)

▲ フルーツの甘味が特徴的な“Jammin カレー”500円

▲（順路①）駅南の道をDON3方面へ。写真の看板を右に進むと、のぼりが見えてきます


▲（順路②）のぼりの傍の雑貨屋さんの庭で営業

## 08 木曜限定! 駅南の住宅街の一角で移動販売カレー

### Sea Side Café Jammin

記者 街なかの愛の伝道師 庄野雄輔

佐賀駅南の住宅街の中にひっそりとたたずむ雑貨屋さんの庭。ここに毎週木曜限定で移動販売車が登場します。お店の名前は “Jammin”。唐津の湊にあるシーサイドカフェです。オーナーの中山さんは以前佐賀市の街なかで飲食店を経営しておられ、その後趣味のサーフィンの影響で唐津に移住。現在は唐津で店をやりながら、各所に移動販売車でイベント出店もされているそう。ちなみにメニューのメインは、フルーツをふんだんに使った 4 日間かけてつくる “Jammin カレー”。辛みは少なく、甘さが際立つカレーです。他にもシシリアンライス、ミネストローネ、コーヒー、週替わりメニュー等いろいろ。移動販売車なので全メニューテイクアウト可能ですが、そばに飲食スペースとしてテントが用意されており、その場で食べることも可。取材の日、テントの中は常連さん達の笑い声に包まれていました！ちなみに営業場所が少しわかりにくいのですが、一回行くと簡単。詳しい場所はグーグルマップに「佐賀市神野東 1-2-9」と入力！

[INFORMATION]
Sea Side Café Jammin ☎090-3329-3940●営業場所：マリアギャラリーの敷地内(佐賀市神野東1-2-9)●営業時間／毎週木曜11:00頃～14:00頃
※カレーは冷凍通販もあり(3人前1,100円)


PR

**住まいの実例を見に来ませんか？**

積水ハウス株式会社 佐賀支店

記者 趣味探しに夢中 平由衣

当社では毎月「お客様の家 実例見学会」を開催しております。ご家族の理想とこだわりをかたちにした魅力ある住まいをご見学いただけます。
3月23日（土）・24日（日）は佐賀市鍋島町八戸溝、4月6日（土）・7日（日）は佐賀市松原にて開催いたします。どちらも施主様のご厚意で2日間限定のご案内となります。住まいづくりを考えられている方はこの機会をお見逃しなくぜひお越しください。スタッフ一同心よりお待ちしております。尚、WEBから来場予約をしていただいた方には特別なプレゼントをご用意しています。ぜひご活用ください。

[INFORMATION]
積水ハウス株式会社 佐賀支店
☎0952-29-1161 ●佐賀市兵庫南3丁目14-22
●営業時間／9：00～18：00 ●定休日／火、水曜、祝日

積水ハウス㈱ 佐賀支店 特集サイト ⇐

**パシフィック通訳・翻訳事務所**

佐賀市駅前中央1-5-15 モードビル6F

通訳・翻訳 日本語 英語 中国語 韓国語 他

TEL 0952-23-1146 URL pacific.oceanppa.com
FAX 0952-23-5011 E-mail pacific@oceanppa.com
PAN PACIFIC ACADEMY
言語に関する事おまかせください。

**街なかかわらばん 記者募集中!!**

かわらばん記者（市民ライター）になると…
ボランティア記者として、取材をきっかけに様々な人のネットワークや、街なかの新情報がゲットできるかもしれません。また参加したいときにだけ気軽に参加できるのが特徴です。
●問合せ先／かわらばん編集室（NPO法人まちづくり機構ユマニテさが内）☎0952-22-7340


TOPICS

**残り3部屋! シェアハウス入居者募集中**

佐賀市呉服元町にあるシェアハウス“さがよかとこの家。6年前、建築業界では全国的に有名な“Open A”のリノベーションにより、元文具店が生まれ変わりました。建物の1F奥と2F部分がシェアハウススペースとなっており、学生が中心に入居。現在3部屋が空いており、募集中です。※(個室1)家賃27,300円、(個室3)家賃26,250円、(個室6)家賃27,300円

[問合せ先]
運営：まちづくり機構ユマニテさが☎0952-22-7340 ※学生の入居が優先