



# 市民ライターがつくる。 さがん街なかMAP



街かわらばん ライター募集中!!  
市民ライターになると...取材をきっかけに様々な人のネットワークや、街なかの最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。  
詳しくは、「街なかかわらばん編集室」まで、☎ 0952-22-7340

かわらばんの WEBサイトもあるよ  
www.kawaraban-web.com

## 03 hito to 皿に浮かぶ店主の世界観

### MA-CURRY-STAND



取材時の8月のメニュー 税込1,800円※金額は月により異なる



デザートもついていました

丸福精肉店の2F

ライター  
佐賀市野でスクスク育った  
中村 玲那

カレーが大好きな私はこの取材の日を心待ちにしていました! 様々なジャンルの飲食店を経験した店主清田さんは、昨年市内のカフェ (urutana や stool coffee) で間借りカレー店をスタート。現在は丸福精肉店 2 階の「福一」にて毎月、金・土曜のみ間借り営業中です。

メニューは月替わりで、取材した 8 月は 3 種のカレーに 7 種の副菜が添えられ、食後はドリンクとデザート付き (税込 1,800 円)。自家製梅干しと地魚の梅酸っぱカレーや伊万里梨とミントのサラダ、スモモの自家製ソルベなど、目新しいメニューがズラリ。そして言葉の響きからすでに溢れる季節感にワクワクします。

さあ、ドキドキの一口目。美味しくて思わず笑みがこぼれました。スパイスや塩の量が誤魔化さない、素材の良さが存分に引き立つ美味しさ。そしてひと口、またひと口と味わううちに身体に優しさが染み込んでゆく...。胃も心も満たされました。「素材に寄り添うこと」を大事にしている清田さん。実際に農家さんの畑に足を運び、自分の直感をもとにメニューを決めるそう。地産地消にこだわり、野菜からお肉、お米までほぼ佐賀県産。また、店頭には並ばず廃棄されてしまう規格外の野菜を使用し、食材を大切にしています。

カレーの概念にとらわれない自由なカレーを作りながらも、最低限の調味料やスパイスで素材の魅力を最大限に引き出す力に、清田さんがこれまで培ってきた経験と鋭い直感、豊かな感性が見え隠れしています。今回のひと皿には、そんな店主の世界観が表現されていると感じました。そして、来月はどんなひと皿を魅せてくれるのか、とても楽しみです。

[INFORMATION] MA-CURRY-STAND ●Instagram @ma.curry.stand(間借り先)CRAFT MEAT 福一●佐賀市唐人1丁目2-6丸福精肉店2F ●営業日・時間/金・土曜11:00~15:00●駐車場/なし※詳しい情報はインスタをチェック!



## 05 薬剤師、栄養士、調理師が作る 毎日食べたいお弁当

### ほーむ弁当

ライター  
わいわい!!コンテナスタッフ  
みほ(☺)えり(☺)



日替わりランチボックス 税込700円

昼何食べようかな〜?って、悩んだ時に頼りにしているのは「ほーむ弁当」さんのお弁当です!

優しい味付けだけれどメインのおかずはお肉と魚が入っていて、ボリュームたっぷり。副菜は季節のお野菜を使ってあり、毎回いどりもきれいです。フタを開けるのもランチの楽しみの一つ。そして!お弁当を購入された方はプラス 100 円で日替わり具沢山スープが追加可能です (単品は 200 円)。お持ち帰り容器での提供ですが、入れ物を持参してのテイクアウトができますので、お箸やスプーンを使い捨てから my 箸、スプーンやマグカップに変えて FOOD X エコを両立してみはいかがでしょうか? お近くの方はお試しください☆

予約をすればアレルギー対応のお弁当も作ってもらえるし、大切な日のためのオードブルも受付されています。ひとりひとりに寄り添った毎日食べたい「ほーむ弁当」いかがですか?

ほーむ弁当さんに出会ってサバ嫌いを克服したみほ(☺)と、かぼちゃロックと唐揚げが大好きとなったえり(☺)の二人がお届けしました。



わいわい!!コンテナ2のすぐ北側

[INFORMATION] ほーむ弁当 ☎0952-25-3900●佐賀市呉服元町1-7●店頭販売時間/11:45~13:00※詳しくはInstagram (@home\_bento\_saga) をチェック●定休日/不定●駐車場/なし ※お弁当の予約・取り置きは電話もしくはInstagramのDMにて、二日前までの連絡が必要

## 06 ちょっとずついろいろな料理を堪能 「ものを大事にする心」も感じながら

### 料庵 川松

ライター  
街なかの愛の伝道師  
庄野 雄輔



一番人気のえびす御膳 税込1,100円。全10品のミニ懐石御膳です

例えば写真中央の「炊き合わせ」は、野菜それぞれを別々の鍋で各素材にあった味付けで炊き、最後に一つずつ椀に盛り合わせるという細やかな。茄子の天ぷらには丁寧に飾り包丁。そして、御膳の刺身は必ず活めめの鯛を使用。一つ一つの素材や調理法を吟味し、全体のバランスを考えて一つにまとめられている点にはかなりびっくりしました! こういった丁寧さからでしょうか、店主川松さんの話では、「この料理を食べると体の調子が良くなった」というお客さんも結構多いそうです。

ところで、料庵川松には隣にある系列の質店「新古賀」のコンセプトが強く反映されています。それは「ものを大事にする心育ててみませんか?」というもの。この精神があるからこそ、店主の川松さんは、お店の改築の際に杉の間伐材を使ったり、日常でクエン酸や石鹸を使ったり、いわゆる「SDGs」という言葉が出てくるずっと前からそれを実践されています。こんな思いが詰まった空間の中でいただく和食。ぜひおすすめです。

[INFORMATION] 料庵 川松 ☎0952-27-3268●佐賀市松原3丁目3-31 ●営業時間/11:30~14:00●定休日/火、木曜●駐車場/あり※夜は予約制



新馬場通り沿いにあります

## 07 身体を「あたためる」薬膳盆 健康で穏やかな毎日を

### 普段着雑貨 + お粥カフェ 凡々堂

ライター  
街なかの愛の伝道師  
庄野 雄輔



薬膳盆(税込1,650円)の一例 (三種の小鉢・スープ・選べるお粥・デザート・薬膳茶)

凡々堂は「あたためる」をコンセプトにした「普段着雑貨とお粥」のお店です。毎日を健康で穏やかに過ごすために、薬膳によって体の内面から、そして、冷えとりく下などで身体の内外から温めていき、お客さんの「キレイ」を応援してくれます。薬膳の考えでは、食材には薬と同じような効果があるとされていて、薬膳アドバイザーであるスタッフの東島さんが、食材の旬と地産地消、食材同士の組み合わせや調理法、カラダの整え方などを意識した薬膳を提供されています。看板メニューの薬膳盆は、三種の小鉢・スープ・選べるお粥・デザート・薬膳茶からなり、月二回ペースで内容が変わり、なるべく使う食材の数も多めにしているとのこと。実際に食べ進めると、本当にカラダがぽかぽかになっただけでなく、心身共に「癒し」を実感できました。

凡々堂では、フードロスや栄養面の観点から、食材の無駄が出ないように意識しているそう。例えばある月にメニューで茄子のスープを作るときは、剥いた茄子の皮は捨てずに乾かして別のトッピングに使ったり、料理教室 (現在はグルーブレッスンのみ開催中。テーマは家庭でできる薬膳) では、大根を皮つきで使用したり。栄養面も考えると、なるべく丸のまま食べた方がよいという考えからそうです。そもそも「健康」を意識すること自体が SDGsとも直結します。食を通じてカラダのケアに興味がある方、ぜひ足をお運びください。

[INFORMATION] 普段着雑貨 + お粥カフェ 凡々堂 ☎0952-65-3211●佐賀市白山2丁目4-15F ●営業時間/11:30~18:00※食事はなくなり次第終了なので、事前予約がベスト●定休日/日曜、第3月曜※変動あり。HPの営業カレンダーを確認●駐車場/1台●Instagram @bonbond06

## 08 新鮮かつ珍しい野菜に出合える 農園直営の人気レストラン

### Farmers & Kitchen あいちゃん農園

ライター  
街なかの愛の伝道師  
庄野 雄輔



シリアンライス 税込780円

吉野ヶ里町の山間部にて、無農薬・減農薬による有機肥料栽培で年間 300 種類以上の野菜をつくる「あいちゃん農園」。そして、そこで採れた季節の野菜や珍しい野菜をふんだんに使った料理を楽しめるのが、アバンセ内にある直営レストランです。この野菜は背振山から湧き出る美しい清水を使用しており、一般的に売られている野菜より味が濃いのが特徴的。お客さんの中には、野菜嫌いだったのに、この料理やスムージー (美容や健康に良いとされる黒キャベツ入り) 等をきっかけに野菜が好きになったという方も多いそうです。

メニューで人気なのは、まずシリアンライス (税込 780 円)。新鮮で色鮮やかな野菜を生だけでなく、柔揚げ、茹で野菜と調理法を変えてワンプレートで楽しめます。もちろん珍しい野菜も in です! 私が食べた感想としては、シリアンライスとしてのクオリティとコスパは間違いなしという印象です。そして、数量限定の日替わりお野菜ランチ (税込 1,000 円) にも注目。日替わりのメイン、お惣菜数種、季節の野菜をふんだんに使った汁物、甘みたっぷりのご飯とお漬物がついたセットです。他にも自慢の野菜をじっくり煮込んだ豚骨スープと合わせた「お野菜ちゃんぽん」や、その豚骨スープを使った「お野菜カレー」は、個人的に特に気になったメニューでした。また、テーブルに置かれたメニュー表には栽培されている野菜の説明がびっしり。料理を待っている間に野菜トークができます!

あいちゃん農園では、農園で収穫した野菜の中で少し傷があるなど出荷が難しいものは、レストランで使用されます。もちろん、味や栄養価は変わらないわけで、これが当たり前前にフードロス対策に直結しています。まさに一皿でカラダにも、地域にも、地球にも優しくなれるお店と言えます。

[INFORMATION] Farmers & Kitchen あいちゃん農園 ●専用回線なし(アバンセ0952-26-0011より内線)●佐賀市天神3丁目2-11 どん3の森 アバンセ内●営業時間/11:00~16:00(OS 15:00)●定休日/月曜●駐車場/あり(アバンセ駐車場)※季節・天候により野菜の内容は変わります。

# 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

言語に関する事  
おまかせください。

## TOPICS 9月23日「ムーンライトシネマ佐賀」初開催! 秋の夜長に、芝生でゆったりと映画を楽しもう



ARKSの芝生で行われる初の映画イベント。フードやドリンクの売店もあり!  
●日時/9/23 (金)  
16:00 開場、19:00 上映開始  
●鑑賞/無料  
●上映作品/「パディントン」(吹替版)  
●主催/県庁通り商店連盟

最新情報は  
こちらで配信



## 要予約 「あずま袋」づくりワークショップ

コンテナのオリジナル手ぬぐいで、昔ながらの便利なエコバックをわいわい!! コンテナ2のスタッフと一緒にちくちく手縫いで作りませんか?  
■所要時間: 30分ほど ※お子さんは保護者同伴  
■参加費: 700円 (手ぬぐい代を含む)



## 常時開催 コンテナ古本市

リサイクルの一環として、コンテナに入庫している雑誌 (千年度以前のもの) が、読書コンテナにて 1 冊 100 円で販売されています。ご興味ある方は、お気軽にスタッフさんへお声をかけ。お気に入りの 1 冊が見つかるかも!!

[お問い合わせ] わいわい!! コンテナ 2 ☎090-9586-9445●佐賀市呉服元町2番地●定休日/月曜