

県民だより あおもり



あおもりへ!

元気な

魅力いっぱい
の食と観光で

COVER PEOPLE

一本松ひまわり生活研究
グループのみなさん

CONTENTS / 目次

P2 **特集1** 次世代に伝えたい技と魅力
あおもりの郷土料理

P3 **特集2** 世界に届けたい!
あおもりの魅力

P4 **特集3** 観光県あおもり!
本格再始動へ

P6 **連載** CAFE AOMORI

P6 **ミニ特集** ①仕事を探す若者は要チェック!
奨学金の返還を支援します
②白神山地世界自然遺産登録30周年記念事業
「縄文キャンプ in 白神山地」を開催します!

P7 **連載** 『地域県民局』ZOOM UP! 「三八地域」

P7 **連載** いただきます! あおもりめし「三八レシピ」

P8 **連載** 申吾のほっとコラム **お知らせ** あおもりインフォメーション



にんにく
チップス

今回は
三八レシピ!

いちごのゼリー
ヨーグルト
クリーム添え

家庭で手軽に！ 郷土料理を作ってみよう

青森に古くから伝わる郷土料理は、家庭にあるもので初心者でも手軽に作れるレシピばかりです。どこか懐かしい、ほっとするふるさとの味に、ぜひチャレンジしてみてください。



ながいもときな粉を用いて火を使わず作るだんご。もち粉とはひと味ちがう食感をおためしあれ。

ながいもきなこだんご



【材料】

5～8個分

- ・ながいも…100g
- ・きな粉…100g
- ※仕上げ用のきな粉をとっておく
- ・砂糖…140g
- ・塩…少々

【作り方】

- ①ながいもはすりおろしておく。
- ②きな粉、砂糖、塩を混ぜ合わせて、①のながいもを入れてこねる。
- ③一口大に丸めて、だんごを作る。
- ④きな粉をまぶして出来上がり。

なすのしそ巻き

【材料】

5人分(1人4本)

- ・なす…中2～3本
- ・赤じそ…20枚
- ・油…適宜

- 合わせみそ
- ・みそ…大さじ3
 - ・砂糖…大さじ1
 - ・酒…小さじ2
 - ・みりん…小さじ2

【作り方】

- ①合わせみそ用の調味料をよく混ぜ合わせる。
- ②なすを半分に切った後、縦に4等分する。
- ③赤じその表面を1枚ずつ、キッチンペーパーで水分を拭きとる。(焼く時に油がはねないようにするため)
- ④なすに合わせみそを塗り、赤じそにのせて巻いていく。赤じそはつやのある方が表なので、巻いた時に表面が見えるようになすは裏面にのせる。
- ⑤フライパンを熱し、やや多めの油をしき、巻き終わりを下にして、しそ巻きを並べていく。
- ⑥最初は強火にし、ふたをした後で火加減を弱める。色が変わってきたらひっくり返す。
- ⑦菜箸(さいばし)でさわり、なすがやわらかくなったら、フライパンから取り出して完成。



なすと赤じそと合わせみそ。ご飯がすすむ津軽の夏の定番料理。

次世代に伝えたい技と魅力 あおもりの郷土料理



県では、地域に伝わる郷土の味や食文化を次世代につなぎ、「食」を生かした観光資源として発信する事業を展開しています。青森の明るい未来をつくるため、魅力あふれる郷土料理を味わってみませんか。



冬場のイカはゴロ(内臓)もたっぷり。身に絡むゴロとみその風味がたまらない。

イカのごろみそ和え



冬の日常的な家庭料理ですがその彩りから正月料理の一品になることも。

にんじんの子と(こ)あえ



昔は田植えの時期に食べられたという赤飯に代わるごちそうご飯。

ごままんま



鶏の卵のような形のだんご「けいらん」。しょっぱいと思いきや、甘いんです。

けいらん(ながいも入り)



詳しい作り方はこちらをチェック！
ほかにもたくさんの郷土料理レシピを紹介しています。



詳しくは県庁HP
青森の郷土料理 検索

新鮮な素材をぜいたくに使った 農家レストランで味わう郷土料理

郷土の伝統を取り入れたメニューを楽しめる農家レストラン。採れたての野菜など、その地で育まれた食材をふんだんに使い、青森の「食」の魅力を発信しています。



【青森市浪岡女鹿沢】 豆や

道の駅内にあり、青森県産の大豆にこだわった手作り豆腐「豆がたり」の製造・販売のほか、大豆や豆腐を使った総菜、ねりこみなどの郷土料理を毎日手作りで提供しています。人気商品はおからドーナツやおからコロッケなど。ランチタイムはバイキング形式での食事も可能です。



【三戸郡三戸町】 SAN・SUN産直ひろば

三戸町の採れたて野菜や果物、手作りの総菜やお菓子を販売している産直。店内の食堂「農家レストランほがらかSAN」では、農家の加工グループ「貝守やまゆり会」と「萩の会」の皆さんが作る県南地方の郷土料理「ひつつみ」をはじめ、「じゅね(えごま)みそ」の串餅などが味わえます。



詳しくは
青森のうまいものたち



特集1に関する問い合わせ／農林水産政策課 ☎017-734-9473

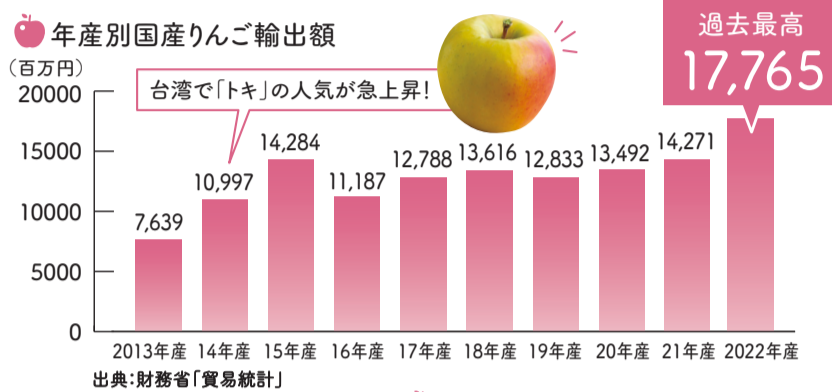


世界に届けたい! あおりの魅力

りんごやホタテをはじめ、青森県の農林水産品は、世界に誇れる魅力にあふれています。県ではこの強みを積極的に世界へ発信することで、海外に「あおりファン」を増やし、県産農林水産品の輸出を一層拡大させるとともに、外貨獲得による県経済の発展につなげるためのさまざまな取組を行っています。

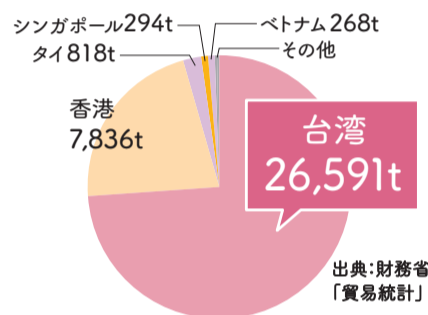
台湾で広がる! 青森県産りんごの輪

輸出額は過去最高の170億円を突破!



りんごの輸出は年々増加傾向にあり、2014年産では台湾での「トキ」の人气が高まり、初めて輸出額が100億円に到達しました。また、2022年産りんごの輸出額は、2023年3月までに170億円を上回り、過去最高となっています。特に台湾への輸出が拡大しており、県でもプロモーションを強化しています。

2022年産国産りんご輸出量 (2022年9月から2023年3月まで)



台湾で青森県産りんごをPR



日本語を習う小学生・保護者に青森県産りんごの魅力をPR

2022年12月16日・17日に、青森県産りんごの輸出拡大を図るため、一般社団法人青森県りんご対策協議会の「青森りんごキャンペーン」と連携して、台湾で青森プロモーションを行いました。百貨店や量販店でステージイベントを開催し、青森県産りんごのおいしさや品質の高さをPRしたほか、行政機関や教育施設などを訪問し、交流を深めました。



行政院衛生福利部食品藥物管理署 (FDA) を表敬訪問



遠東百貨竹北店で「りんごフェア」を開催

香港で青森をプロモーション!

香港フードエキスポで「MOU(覚書)」を締結



「香港フードエキスポ」に多くの香港市民が来場



マーガレット・フォン総裁と三村知事によるMOU締結式



青森ブースでさまざまな県産品をPR

2022年8月12日に行われた「香港フードエキスポ」内で、香港貿易発展局のマーガレット・フォン総裁と本県三村知事の双方による署名を行い、「青森県と香港貿易発展局との経済交流の促進に向けた覚書(MOU)」を締結しました。また、イベントでは青森の特産品を販売・PRする「青森フェア」を実施。ブースの出展には計16社が参加し、大いににぎわいました。

香港各地で県農林水産品をPR



「天井てんや YOHOモール店」で知事らが青森県の食材をPR

2023年2月5日～7日の3日間にわたり、知事をトップに関係団体と連携し、香港各地で青森プロモーションを行いました。青森県産米「まっしぐら」をはじめとした青森県産品を使用している「天井てんや」において、青森県産米のPRイベントを実施し、青森県産品を使用した特別メニューを提供するなど県産農林水産品の魅力を発信しました。



香港との絆をさらに深める今後の交流深化事業

●香港ブックフェア出展

2023年7月に開催される香港ブックフェアに出展し、ねぶた祭りをテーマとした展示や体験を通じて、青森の文化をPRします。

●文化芸術を通じた事業者の香港進出を支援

工芸品等の販路調査・開拓を実施し、香港現地でのテスト販売を行います。事業者の香港派遣や香港バイヤー等による制作現場の視察・品評会を通じて、香港との新たな交流創出を図ります。



詳しくは県庁HP

国際経済

検索

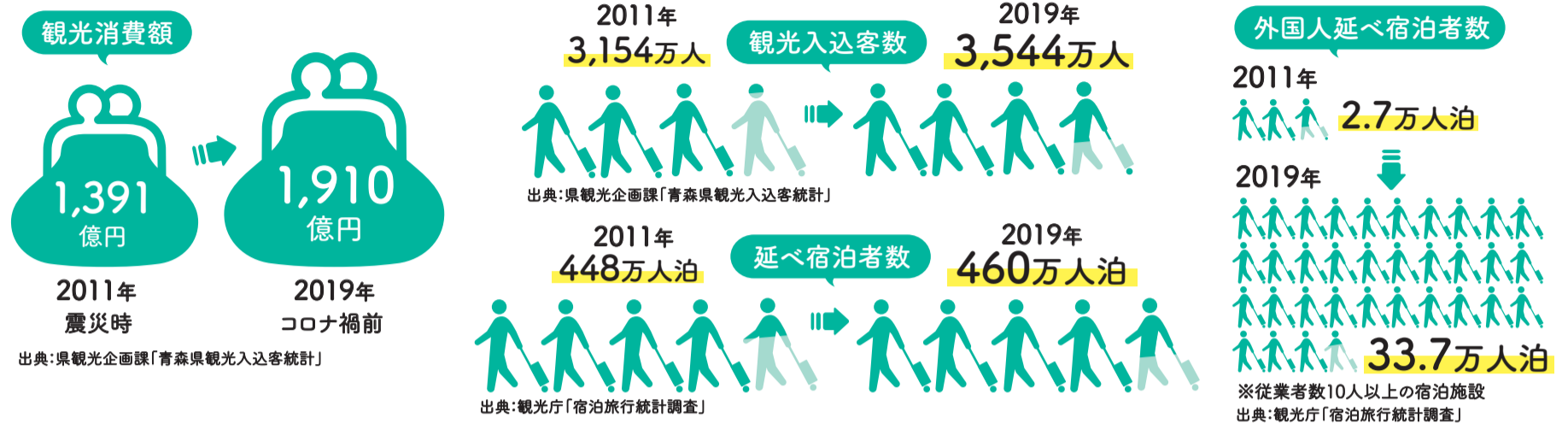
特集2に関する問い合わせ/
国際経済課 ☎017-734-9730

特集3 あおむりの観光 // 観光県あおもり! 本格再始動へ

県では、コロナ禍で落ち込んだ観光需要の回復を図るとともに、より魅力あふれる観光地としての発展を目指し、国内外の両面からさまざまな取組を行っています。みんなで「観光県あおもり」を盛り上げていきましょう。

データで見る青森県の観光

国内外への積極的なプロモーションにより、コロナ禍前の2019年には、本県の観光入込客数や外国人宿泊者数は過去最高を記録しました。



今までの観光誘客への取組

県ではこれまで、震災やコロナ禍など、予期せぬ困難な事態にも早期から対応し、知事自ら動くなど柔軟な姿勢でさまざまな観光施策に取り組んできました。

インバウンド

震災からの復興

東日本大震災後、韓国、台湾、香港などの東アジアを中心に、知事によるトップセールスを実施しました。現地旅行会社や航空会社との関係を強化した結果、外国人延べ宿泊者数は震災前と比べて増加し、東北1位の伸び率を達成しました。

- 2017年の外国人延べ宿泊者数が前年比約1.7倍 (全国1位の伸び率)
- 2019年の外国人延べ宿泊者数は過去最高震災前と比べて約5.7倍 (東北1位の伸び率)



香港で行った知事のトップセールス



台湾で現地の旅行会社や航空会社を訪ねる

コロナ禍からの回復



グローバルアンバサダーと連携し、魅力をPR



香港メディアによる県内取材の様子

新型コロナウイルスの感染拡大により海外との自由な往来ができなかった時期も、青森グローバルアンバサダーである韓国の著名写真家、台湾の有名レストランシェフに協力をいただき、海外に向けて青森の魅力を発信しました。

水際措置緩和後は、他県に先駆けて韓国・台湾・香港で、知事によるトップセールスを実施。県内宿泊旅行商品の造成や、チャーター便の運航、定期便再開を積極的に働きかけたほか、海外メディアへの露出で認知度向上を図りました。その結果、2022年11月から12月までの青森県の外国人延べ宿泊者数は約1万5千人泊と、東北2位でした。

- 台湾・香港の4,711人を対象としたWEBアンケート 出典:株式会社ジーリーメディアグループ 「台湾・香港人が行きたい都道府県」第5位 (2023年2月)

国内誘客

関西・中京・九州圏誘客



関西(関西大都市圏1,900万人)・中京(名古屋大都市圏900万人)・九州(福岡大都市圏550万人)圏は首都圏に次ぐ大きなマーケットであり、県では重点エリアとして旅行エージェンツセールスや観光イベントへの参加などによる、認知度向上の取組を積極的に展開しています。

縄文遺跡群の世界遺産登録



2021年7月に「北海道・北東北の縄文遺跡群」が世界遺産に登録され、認知度が上がったことにより来訪者は増加傾向にあります。この効果を幅広い分野において最大限活用するため、県では縄文・世界遺産ツーリズムの推進や教育旅行の誘致などに力を入れています。

コロナ禍のキャンペーン



新型コロナウイルスの影響から、全国でマイクロツーリズムが叫ばれる中、県では「青森県おでかけキャンペーン」などの域内観光を推進。宿泊事業者が工夫を凝らしたプランを提供する「宿泊プランコンテスト」を実施したことで、県内観光需要を喚起・確保しました。

これからの観光誘客への取組

2023年度からは、コロナ禍によって影響を受けた国内外の往来を復活・発展させ、また、世界遺産などの観光資源を活用した新たな誘客促進の施策にも取り組んでいきます。

インバウンド



台湾エバー航空によるチャーター便(4月)



韓国からのチャーター便お出迎えの様子

インバウンドの早期回復に向けた対策

長引くコロナ禍の影響によりインバウンドが落ち込んでいるため、これまで取り組んできた国ごとの誘客対策に加え、コロナ禍後のインバウンド需要の早期回復や、国際定期便の早期再開に向けて、海外旅行会社や海外メディア向けのプロモーションを強化しています。

今年1月には、約2年10ヶ月ぶりにコロナ禍後初の青森空港への国際旅客便となるソウル発のチャーター便が4便運航。2月には同便が4便、3月には10便運航したほか、4月には台北発のチャーター便が30便運航しました。

クルーズ船受け入れの再開

青森県は、2019年には過去最多の27隻のクルーズ船が寄港するなど、国内外の船社から寄港地として選ばれてきました。新型コロナウイルスの影響で激減した寄港を復活させるため、誘致活動の積極的な展開とともに、本県の特徴を生かした寄港地観光の推進や港湾整備を実施しています。今年3月には約3年4ヶ月ぶりに国際クルーズ船の受け入れが再開し、今後も青森港・八戸港で続々と寄港の受け入れを増やしていく予定です。

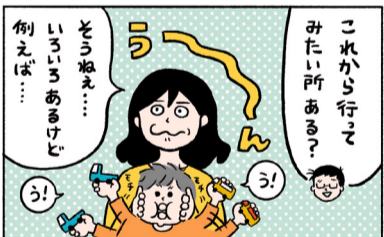


海外クルーズ船(アザマラ・クエスト)お出迎えの様子



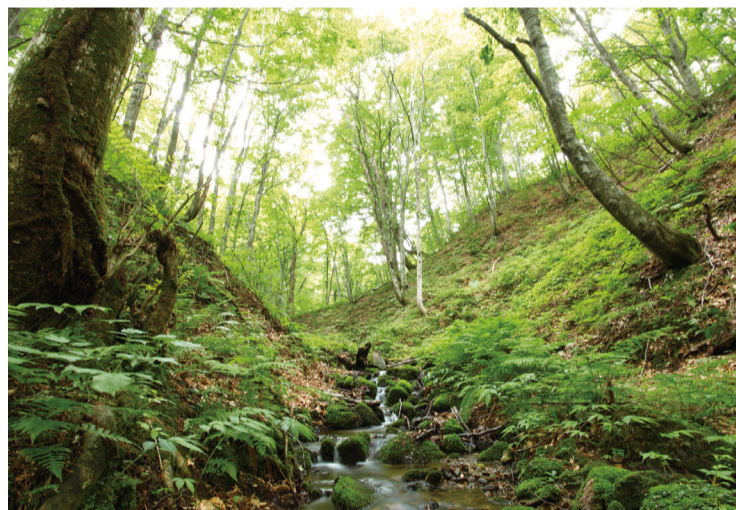
あおもり日和

Vol.16 青池アゲイン!



長谷川 ちひろさん
(デザイナー・イラストレーター)
弘前市出身。高校卒業後上京。武蔵野美術大学卒業後、デザイン事務所にてエディトリアルデザイナーとして7年間勤務。結婚を機に、2018年青森へUターン。現在はフリーランスで活動中。

国内誘客



世界自然遺産白神山地

世界遺産活用 ツーリズム

2021年7月に世界文化遺産に登録された「北海道・北東北の縄文遺跡群」と、2023年12月で世界自然遺産に登録されてから30周年を迎える「白神山地」を有する青森の優位性を生かし、サステナブルな価値と魅力をPR。世界遺産を活用したツーリズムの促進やSNSでの情報発信、首都圏へのプロモーションを強化するほか、学びを通じた誘客促進で、新たな観光客やリピーターとなる「あおもりファン」を増やしていきます。

国内路線を活用した誘客対策

2023年度は国内路線の拡充にも注力していきます。FDA青森・神戸線の2便化実現に向けて、青森・神戸双方におけるキャンペーンやプロモーションなど、認知度向上と冬季閑散期および期間増便中の利用促進に取り組んでいます。また、コロナ禍における三沢・羽田線の4便化維持・定着のほか、新たなエリアからの誘客拡大に向けて、航空会社・県・三沢市が連携し、情報発信や旅行商品の造成促進を図っています。



三沢空港で実施した「りんご提灯(ちょうちん)ジャック」プロモーション



詳しくは
青森県観光情報サイト「Amazing AOMORI」検索

特集3に関する問い合わせ/
観光企画課 ☎017-734-9385、誘客交流課 ☎017-734-9218



地域で採れた野菜で、
地域を元気に。
郷土料理に込められた地域愛。



現在、主に活動しているメンバーは9名。時にはOGが手を貸してくれることもあるそう。和やかな雰囲気の中、見事な手際であっという間に調理が終了。

一本松ひまわり生活研究グループ
の ざき
会長 **野崎 さち子**さん
(十和田市在住)

PROFILE
農業を営む傍ら、平成7年に一本松ひまわり生活研究グループを結成。高齢者サロンやコミュニティ食堂の開設といった活動が評価され、令和4年度農山漁村女性活躍表彰の女性地域社会参画部門で最高賞となる農林水産大臣賞を受賞。

「コミュニティ活動を始めたきっかけは？」

野崎さん 若い頃は自分の仕事に夢中で、地域のことは見えていませんでした。ふと気付いたら周りは高齢者ばかりで、びっくりしたんです。このままでは地域が

衰退してしまうと思い、仲間を募って始めたのが「いきいきサロン」です。地域の高齢者に体操や脳トレをする場を提供するだけでなく、私たちがご年配の方から知恵や技術を学ばせてもらうこともありますし、地域の情報交換の場にもなっています。

また、歳を重ねるにつれて意識するようになったのが「食」です。農家の女性たちが集まっているわけですから、野菜はたくさんあります。サロンに参加している人たちは昔ながらの料理を好むので、メンバーの家で採れた野菜を持ち寄り調理した郷土食を提供して喜ばれています。

「活動を長く続けている秘訣は？」

野崎さん 仲間の存在ですね。一人では何一つ成し遂げられない

けど、同じ方向を見て一緒に取り組んでくれる仲間がいることで頑張ろうと思えるし、次は何を勉強しようかと向上心も湧いてきます。

「今後の展開は？」

野崎さん 年齢を問わず地域の人誰でも利用できる食堂があればと、新たな取組を始めています。コロナ禍で立ち上げたので、お弁当にしてお持ち帰りいただくというスタイルですが、ゆくゆくは「集える食堂にしたい」と考えています。味には自信あり！でも料理は見た目も大事ですよ。舌だけでなく目でも楽しんでもらいたいと思っています。



ミニ特集1

仕事を探す若者は要チェック！
奨学金の返還を支援します



35歳未満の方が対象企業に就職し、県内に住んで6年間働き続けたとき、奨学金の返還を県と企業とで支援します。

【支援額】

卒業・修了した学校	支援額(企業が設定)
4年制大学	・150万円
6年制大学	・100万円
大学院	・60万円
高等専門学校専攻科	のいずれか
短期大学	・75万円
高等専門学校	・50万円
専修学校専門課程	・30万円
	のいずれか

※奨学金の返還残額の1/2が上限です。
詳しくは制度の公式サイト
あおり奨学金サポートサイト 検索

【対象者】

- ・大学・短大等の卒業生で、採用時に35歳未満の方(出身地や新卒・既卒は問いません)
- ・「日本学生支援機構」または「青森県育英奨学会」の奨学金利用者(貸与型)
- ・青森県内で正規雇用されていない方

【対象企業(サポート企業)】

あおり奨学金サポートサイトで確認できます(随時更新中)。



【利用方法】

あおり奨学金サポートサイトから事前に利用登録してください(登録無料)。
(サポート企業から内定を受ける前までに登録が必要です)
2025年度就職予定者は6月から受付予定です。
地域活力振興課 ☎017-734-9174

ミニ特集2

白神山地世界自然遺産登録30周年記念事業
「縄文キャンプ in 白神山地」を開催します!

青森県と秋田県にまたがる白神山地は、ブナ天然林を中心とした生態系の価値が認められ、わが国で初めてユネスコの世界自然遺産として登録されました。そして、今年の12月に登録30周年を迎えます。



県では、30周年を契機に、白神山地と北海道・北東北の縄文遺跡群という2つの世界遺産の普遍的価値を一体的にPRするため、家族で縄文生活を体験する「縄文キャンプ in 白神山地」を開催します。

ご家族で縄文体験をしながら、白神山地の自然を満喫してみませんか。

【開催日・場所】

- ①7月29日(土)~30日(日)
アオーネ白神十二湖(深浦町)
- ②9月16日(土)~17日(日)
アクアグリーンビレッジANMON(西目屋村)

【対象者】

家族/定員 1会場当たり20組50名
※応募多数の場合は抽選とさせていただきます。参加者には、開催日の約2週間前に、通知文書により詳細をご連絡します。

【応募方法・参加費】

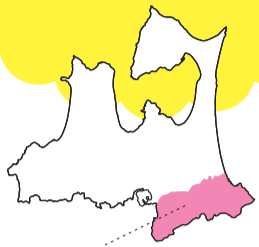
県のホームページをご覧ください。

詳しくは県庁HP 縄文キャンプ in 白神山地 検索
自然保護課 ☎017-734-9257

県内6エリアの

ご当地自慢

地域県民局 ZOOM UP!



今回のご自慢地域

三八地域



三八地域県民局
地域健康福祉部
よだまゆみ
吉田 麻由美

【地域県民局とは?】地域の特性を生かした魅力と活力ある地域づくりのために県内6地域(東青・中南・三八・西北・上北・下北)に設置された、県の総合的な出先機関。それぞれの地元に着目した地域づくりを進めています。

三八エリアと
いえばこれっ!



国史跡三戸城跡 城山公園

三戸町の高台にあり、国史跡に指定された三戸城跡は、歴史ファンにお勧めなのはもちろんのこと、日本の歴史公園100選に選ばれた広い園内からは三戸町を一望でき、ウォーキングにもお勧めです。



ひばりの公園

五戸町にある運動公園。競技場のほか、遊具広場やわくわく冒険広場など、小さいお子さんが身体を動かして遊べる広場があります。運動不足解消に、お子さんと一緒に出かけてみませんか。



特集内容について詳しくは県庁HP
三八地域 働く人の健康づくり 検索
三八地域県民局 地域健康福祉部保健総室
(三戸地方保健所)健康増進課 ☎0178-27-5111

事業所で働く人の健康づくりをサポート!!



「働く人の健康づくり応援プログラム(運動)」の様子

Instagramで健康に関する情報を発信!



Twitter @kenkou_sanpachi

事業所訪問の様子



Instagram @kenkou_sanpachi

三八地域県民局では、事業所の健康づくりを支援する取組を行っています。具体的には、事業所を訪問し、健康づくりについてお聞きした内容をもとに、健康経営に向けた助言を行っているほか、「三八地域働く人の健康づくり

応援プログラム」を作成し、事業所への講師派遣や資料の提供を行っています。健康に役立つ情報や事業所の健康づくりの取組などをSNSで発信していますので、ぜひチェックしてみてください!

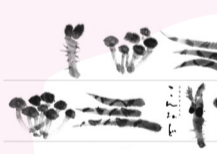
連載第19回

いげだきます!

あおもりめし

地域版 三八

地域にちなんだ食材で作るレシピをご紹介します!



レシピ監修
自宅れすとらん
「こんみど」
主宰
尾崎 優さん

青森市在住。辻調理師専門学校(大阪市)を経てフランスへ、一つ星レストランで研修し帰国。2012年、自宅れすとらん「こんみど」を開業。地元青森で食べ続けられてきた昔ながらの素朴な郷土料理と家庭料理を中心に提供。

にんにくチップス

そのままカリッと! いろいろな料理のアクセントにも便利



にんにくオイル

【カロリー】328kcal 【調理時間】約20分

【材料:にんにく3個を使う場合】

- ・にんにく…3個(正味約160g)
- ・サラダ油…100ml

【作り方】

- ①にんにくは2mm厚の薄切りにし、焦げやすい芽の部分は串などで取り除く。
- ②サラダ油を入れたフライパンに①のにんにくを重ならないように広げ、火をつける(弱火)。

POINT 大きめのフライパンを使うと揚げやすい。にんにくが浸る程度の油量できれいに揚がる。

- ③泡がフツフツした状態になったら時々鍋を揺すって満遍(まんべん)なくにんにくに火を通し、キツネ色になったら引き上げる。

POINT しんなりしているにんにくも、時間がたつとカリッとする。

- ④にんにくチップス、油(にんにくオイル)はそれぞれ保存容器に入れて保存する。※油は冷めてから保存容器に入れる。

いちごのゼリー

いちごの果肉感を味わおう

ヨーグルトクリーム添え



【カロリー】385kcal 【塩分】0.1g 【調理時間】約120分

【材料:4人分】

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 【ヨーグルトクリーム】 | 【いちごゼリー】 |
| ・プレーンヨーグルト…200g | ・いちご…1パック(正味250g) |
| ・砂糖…大さじ1 | ・砂糖…大さじ4 |
| ・ミント…適宜 | ・粉ゼラチン…5g |
| | ・水…大さじ2 |

【作り方】

【ヨーグルトクリーム】

- ①ボウルにザルを乗せ、キッチンペーパーを敷いてヨーグルトを入れる。ラップをし、半量(100g)になるまで冷蔵庫で1~2時間置いて水切りをする。砂糖大さじ1を入れる。

【いちごゼリー】

- ②ヘタを取ったいちごと砂糖をボウルに入れてフォークなどでしっかりとつぶす。
- ③大さじ2の水に粉ゼラチンを振り入れてふやかす。レンジで加熱し溶かす(600Wで20~30秒)。
- ④③に大さじ2程度の②を入れて混ぜ、温度をなじませてから②に戻し、全体をしっかりと混ぜる。器に入れて冷やし固め、ヨーグルトクリームを乗せ、ミントを飾る。

Instagramではアレンジメニュー
「牛肉のホットサラダ にんにくチップス添え」
「にんにくチップス味噌」
レシピを公開中!





今回のテーマ ラストダンス

青森県知事 三村申吾

越路吹雪さんの「ラストダンスは私に」は好きな一曲だ。3月18日、青森市内の量販店2か所で「決め手くんが行く!」と「だし活+だす活」のダンスを久々に披露し、キャンペーンを行った。「決め手くん」はこれが県内ラストダンスであり、ステージから見たお客さまの温かなほほ笑みを思い出すと、今でも胸が熱くなる。

足掛け20年にわたる青森県産品愛用運動チーム、10年にわたる「だし活+だす活」チームとの活動もフィナーレとなる。切なくもあったが「すべてのことに時がある」と思っている。

「決め手くん」ダンスは、3年ぶりに「りんご&にんにく、長芋&ごぼう、帆立、鮪、青天の霹靂」の県産品Tシャツを脱ぐフルバージョンで、少々不安だったが、前日の猛特訓の成果もあり踊りきることができた。

思い返せば、このダンスは県内外各地で約400回、チームとともに踊った。

攻めの農林水産業の推進による農業産出額の3千億円超え、さらに1千億円超のりんご、100億円超の帆立、農業所得2倍の達成や農林水産品の好調な輸出状況を思うに、

チーム「決め手くん」は、県産品の販売を大変よくサポートした。これまでのチームメンバーに、ただただ感謝だ。

「だし活+だす活」のラストダンスは、6月2日の食生活改善推進員協議会通常総会で食生活改善推進員(食改)の皆さまとピシッと決めるつもりだ。

しかし、こちらは艱難辛苦(かんなんしんく)の10年だった。「だし活」のスタートは、塩分の多量摂取による高血圧が、脳、心臓、腎臓にどう影響しているかを知ってもらい、迂遠(うえん)であっても「だしのうま味でおいしく減塩する」ことを地道に普及啓発する努力の日々だった。

この活動が県民の皆さまにじわじわと認識されていく手応えを感じる中で、だし活商品も数多く開発されるとともに、「無意識の減塩」という概念を全国紙が高く評価してくれたり、香港の大手食品グループが「だし活」商品に興味を示してくださるなど、国内外でさまざまな前進もあり、県民一人一日250gだった野菜摂取量が、50g増えて300gとなった。

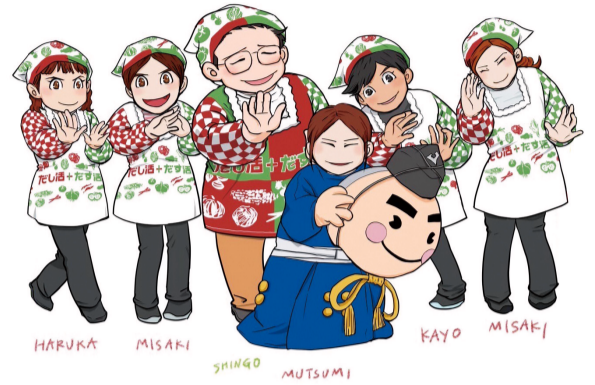
その勢いに乗って、次の一手として、野菜をしっかり食べて、そのカリウムで体内のナトリウムを排出させる「だす活」を

事業に加えるとともに、令和2年度に大原千鶴アンバサダーを任命してからは、さらに大きな前進と手応えを感じている。目標は長寿長野県の350gで、あと50gである。

6月2日は、これまでのメンバーが食改の総会に集結し、「ラストダンスは食改の皆さまに」となる。感慨無量である。

ラストメッセージでは、いつものように、「だし活商品の活用、ミニトマトあと5個(野菜50g)、スーパーの買い物であと千歩の運動」など、いずれも日常生活の中で取り組める手軽で気軽な健康づくりを訴えたいと思っている。

それでは皆さま、健康づくりのひと工夫を「♪どうぞ 忘れないで」20年間ありがとうございました。



AOMORI INFORMATION あおもりインフォメーション

弾む食感!「青森きくらげ」がおいしい季節です!

「青森きくらげ」は、色が明るく鮮やかで、肉厚なので歯応えが良く、コリコリとした食感が特徴です。

中でも、6月頃から10月頃まで、スーパーや産地直売施設などに出回る「生」のものは、乾燥品のように水で戻す手間をかけずに手軽に調理でき、炒め物やあえ物など、和洋中どんな料理にもよく合います。

目印は「青森きくらげ」のマーク。お店で見かけたら、ぜひお試しください!



詳しくは
総合販売戦略課 ☎017-734-9573

自動車税種別割 納税はお早めに!

納税通知書に付いているQRコード*を利用して、クレジットカード、インターネットバンキング、電子マネーで納税できます。また、これまでと同様に、金融機関やコンビニでも納税が可能です。

詳しくは、納税通知書の同封チラシをご覧ください。

東青地域県民局県税課第三課
☎017-734-9974
*QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。



クマの被害にあわないためには!

この時期、冬眠から目覚めたクマが、食べ物を探してよく動き回ります。クマの被害にあわないためには、まずクマに出会わないことが重要です。

クマが活発に動き回る日の出や日没の前後はなるべく山に入らない、山では音を出しながらグループで行動するなどのほか、クマの出没情報を確認して危ないところに近づかないようにしましょう。

昨年は、クマに襲われる被害が県内で1件発生しました。もし、クマに出会ってしまったら、クマを刺激しないよう、静かにその場を立ち去るなど、落ち着いて行動しましょう。



詳しくは
自然保護課 ☎017-734-9257

第16回ふるさとあおもり景観賞を募集します

ふるさとあおもり景観賞は、青森県内の良好な景観づくりに貢献している、まちなみや建築物、屋外広告物、地域づくり活動などを表彰するもので、今年で16回目の募集となります。

ぜひ、皆さんがまちで見かけるお気に入りのまちなみや建築物、屋外広告物、地域づくり活動などをご応募ください。

【募集期間】
令和5年6月1日(木)～令和6年1月31日(水)

詳しくは
都市計画課 ☎017-734-9681



【受賞例】まちなみ部門最優秀賞 「中町こみせ通り(黒石市)」



スマートフォン用アプリ「マチイロ」で手軽に **県民だよりあおもり** が読めます!

詳しくは

みなさんと県庁を結ぶ県政インフォメーション

- テレビ ◆RAB「LINK/青森県」(30秒スポット) ◆RAB「大好き、青森県。」(第3日曜日)17:00~17:15(「TVer」で見逃し配信有り)
- ◆ATV「みんなの県庁!」(土)16:55~17:00 ◆ABA「メッセージ」(土)9:30~9:35 [放送時間が変更になることがあります]
- ラジオ ◆RAB「青森県広報タイム」(月)~(木)7:30~7:35 ◆エフエム青森「あおもり・ふあん」(月)~(金)16:55~17:00
- 新聞 ◆東奥日報・デーリー東北・陸奥新報「広報あおもりけん」(毎月1日・16日)
- HP/Twitter ◆県のホームページ <https://www.pref.aomori.lg.jp/> ◆青森県庁Twitterアカウント(@AomoriPref)



青森県広報広聴課公式SNSもチェック!

- Facebook 青森県広報広聴課
- Twitter @aomorist
- Instagram @aomorikenmindayori

編集発行 青森県広報広聴課

〒030-8570 青森市長島1-1-1 ☎017-734-9137 ※「県民だよりあおもり」は点字版・録音版も発行しています。ご希望の方は広報広聴課までお知らせください。 ※今後の広報紙制作の参考とするため、「県民だよりあおもり」に関する皆さまのご意見・ご感想を郵送でお寄せください。この印刷物は520,000部作成し、印刷経費は1部当たり12.0円です。