# あおもり食命人マップ

あおもり食命人
しょくめいじん

食命人のいるお店には、
旬の食材をいかした
「いのちを支える食」があります。

青森市街地、弘前市街地以外は、
googlemap をごらんください。
http://qq1q.biz/nFC7

港
26
27
29
23
ユニバース
青柳店
青森市民
体育館
合浦公園
GS
31
消防署
GS
橋本小学校
〒
30
〒
諏訪
神社
浪打
小学校
4
28
27
ハッピードラッグ
浪打店
平和公園
棟方志功
記念館
32
生協
あじさい館
浦町
中学校
市民病院
みちのく
銀行
市民病院通り
27
〒
八甲田大橋
33

東青地域

1　レストラン

## 青森国際ホテル カジュアルレストラン Kukka

定休日：無休
営業時間：昼 / 11:30-14:30
　　夜 / 17:00-22:00
住所：青森市新町 1-6-18
　　青森国際ホテル 別館 1 階
電話：017-722-4321
http://www.kokusai-hotel.co.jp

青森県産食材を生かした調理で、食べやすく楽しいお食事を提供します。

昼

2　中国料理

## 青森国際ホテル 中国レストラン 吉慶

定休日：無休
営業時間：昼 / 11:30-14:30
　　夜 / 17:00-22:00
住所：青森市新町 1-6-18
　　青森国際ホテル 2 階
電話：017-722-4321
※ 特別メニューの場合2日前までに要予約
http://www.kokusai-hotel.co.jp

青森の旬の食材にこだわり、おいしさをじっくりと引き出した健康的なお食事を提供します。

昼

3　カフェ

## カフェ・デ・ジターヌ 古川店

定休日：日・月
営業時間：10:00-18:00
住所：青森市古川 1-1-5
電話：017-723-0175
http://cafe-gitaned.com

フェア参加

青森県産食材をつかった体にやさしい軽食や、徹底した生産管理によって丁寧に煎れたコーヒーを提供します。

朝 昼 夜

4　ラーメン

## 煮干し中華専門店 つじ製麺所

定休日：水
営業時間：
（平　日）昼 / 11:00-15:00
　　夜 / 17:30-19:30
（土日祝）昼 / 11:00-16:00
住所：青森市古川 1-15-17
電話：017-721-2690
facebook：煮干し中華専門店 つじ製麺所

フェア参加

添加物や保存料など使用せず完全自家製の煮干しラーメン専門店です。

昼 夜

5　居酒屋

## 元祖足湯居酒屋 ひなげし

定休日：第 2 日曜日
営業時間：昼 / 11:00-14:00（平日のみ）
　　夜 / 17:30-24:00
住所：青森市古川 1-16-6
電話：017-776-3740
http://hitosara.com/0006025014

旬の地魚と有機栽培の野菜料理が自慢。

昼 夜　分煙 11:00-14:00

6　レストラン

## 創作農家レストラン 青〜い郷里

定休日：木
営業時間：10:00-19:00
住所：青森市古川 1-14-3
電話：017-757-8085
※ 弁当・オードブルは前日までに要予約
facebook：創作 農家レストラン 青〜い郷里

一食で 30 種類の野菜をいただけるよう工夫した日替り定食で健康に！

朝 昼 夜

7　惣菜

## ヒーリングサロン・ルル

定休日：不定休
営業時間：（月ー木）6:00-12:00
住所：青森市古川 2-17-7
電話：017-723-7765
http://lulu-space.com

フェア参加

地産地消も大切にしておりますが、生産者の思いと召し上がる人の心を一番に感じて、おにぎりとお総菜を作っています。

朝

8　レストラン

## ホテルJALシティ青森 ラ・セーラ

定休日：無休
営業時間：昼 / 6:30-10:00
　　夜 /11:30-14:00
住所：青森市安方 2-4-12
電話：017-732-2580
http://www.aomori-jalcity.co.jp

約 8 種類の旬のサラダの食べ放題や、魚や肉を日替わりで選べるランチをご用意しています。

朝 昼

9　食事処

## ホテルサンルート青森 北乃庵

定休日：土・日・祝
営業時間：11:30-14:30
住所：青森市新町 1-9-8
電話：017-775-2321
http://sunroute-aomori.com

和食の料理人が毎日手作りで提供しています。素材の味を生かした日替ランチメニューがおすすめ。

昼　分煙

10　レストラン

## ホテルサンルート青森 山石亭

定休日：無休
営業時間：6:30-9:30
住所：青森市新町 1-9-8
電話：017-775-2321
http://sunroute-aomori.com

朝食バイキングにて、旬の県産食材を使用した青森の郷土料理などがお楽しみいただけます。

朝

11　レストラン

## アートホテルカラー青森

定休日：無休
営業時間：（日－金）6:30-9:00
（土）6:30-13:00
住所：青森市新町 2-5-6
電話：017-775-4311
http://arthotelcolor.com

フェア参加

身体にやさしくて、健康的なメニューの朝食です。
宿泊者以外は1,050円で提供。

朝

12　宴会場

## (株)アラスカ

定休日：無休
営業時間：予約制
住所：青森市新町 1-11-22
電話：017-723-2233
※ 要予約
http://alaskajapan.com

ご要望に応じて、青森県産食材や健康を意識したお料理をお出しします。

昼　夜　分煙

13　弁当／総菜

## キッチンコンブリオ

定休日：土・日・祝
営業時間：10:00-14:00
住所：青森市旭町 1-2-36
電話：017-752-8755
facebook：キッチンコンブリオ

海藻、出汁と藻塩で、薄味でも美味しい健康な日替わりお弁当提供中。

昼

14　寿司店

## すし・うなぎ　権八

定休日：水
営業時間：昼 / 12:00-13:30
夜 / 17:00-22:00
住所：青森市富田 1-17-10
電話：017-766-6633

天然物の地魚にこだわり、からだに良い品を提供しています。

夜

15　カフェ

## カフェ・デ・ジターヌ 篠田店

定休日：日・月
営業時間：10:00-18:30
住所：青森市篠田 3-3-9
電話：017-766-4866
http://cafe-gitaned.com

フェア参加

青森県産食材をつかった体にやさしい軽食や、徹底した生産管理によって丁寧に煎れたコーヒーを提供します。

朝　昼　夜

16　レストラン

## ラ・プラス青い森

定休日：無休
営業時間：昼 / 10:30-14:30
夜 / 17:00-21:00
住所：青森市中央 1-11-18
電話：017-734-4371
http://www.aomori-hka.com

化学調味料無添加で、素材本来の味を引き出します。

昼　夜

17　レストラン

## Restaurant Tera

定休日：月
営業時間：17:00-24:00
住所：青森市本町 1-2-13
電話：017-762-7752
http://teranabe.com

農薬を使わずに栽培された青森県産野菜を化学調味料無添加で味わえます。

夜

18　食事処

## アップルパレス青森 日本料理　京彩

定休日：無休
営業時間：昼 / 11:00-14:30
　　夜 / 17:30-21:30
住所：青森市本町 5-1-5
電話：017-723-5632
http://apple-palace.com/restaurant/kyousai

野菜と魚を中心とした、体にやさしい月替り弁当があります。

昼

禁煙 11:00-14:30　分煙 17:30-21:30

19　日本料理

## 日本料理　百代

定休日：不定休
営業時間：昼 / 11:00-14:00
　　夜 / 17:00-23:00
住所：青森市本町 2-3-11
電話：017-776-5820
http://www.actv.ne.jp/~momoyo

フェア参加

青森の四季を、日本料理の伝統を守りながら「おもてなし」の心で提供します。

昼 夜　分煙

20　居酒屋

## 旬亭　浜まち

定休日：不定休
営業時間：17:00-23:00
住所：青森市本町 2-6-13
電話：017-723-0480

フェア参加

四季折々の海の幸・山の幸、青森の豊かな恵み、真心料理を提供しています。

夜

21　ダイニングバー

## ラツール

定休日：日・祝
営業時間：17:00- 翌 1:30
住所：青森市本町 2-10-19
　　バッカスビル 2 階
電話：017−773-5596

フェア参加

本格的な洋食ダイニングバー。動物性脂肪をつかわないメニューもあります。

夜　分煙

22　ダイニングバー

## びいる亭 AOMORI

定休日：日
営業時間：17:00- 翌 1:00
住所：青森市本町 5-3-23
　　オーロラ会館 2 階
電話：017-721-5227

おいしくても、胃もたれしないヘルシーメニューがあります。

夜

23　カフェ

## スマイル & スプーン キッチンスタジオ

定休日：月・日不定休
営業時間：11:00-14:00（L.O）
住所：青森市青柳 2-2-16
電話：017-773-2535
facebook：スマイル & スプーンキッチンスタジオ

フェア参加

青森の食材を使い、おだしや発酵食品で減塩、バランスのよいメニューを心がけています。

昼

24　レストラン

## レストラン La Vie

定休日：日・月
営業時間：昼 / 11:00-14:00
　　夜 / 17:00-21:00
住所：青森市橋本 1-8-19
電話：017-777-1757

フェア参加

青森県産食材を生かした本格フレンチ。苦手な食材、食物アレルギーがありましたらスタッフまで。

昼　分煙

25　居酒屋

## はしもと藪き

定休日：月
営業時間：17:30- 翌 1:00
住所：青森市橋本 1-8-2
　　スカイプラザ 2 階
電話：017-722-1315
※ 前日までに要予約
http://yabuki.main.jp

フェア参加

四季折々の旬の食材で体にやさしい料理を提供します。

夜

26　食事処

## ホテル青森
## 和食処みちのく

定休日：月
営業時間：11:30-14:00
住所：青森市堤町 1-1-23
電話：017-775-4141
http://www.hotelaomori.co.jp

フェア参加

食材の個性を生かし、やさしい味に仕上げるようにこころがけています。

昼

27　レストラン

## ホテル青森
## カフェレストラン スワン

定休日：無休
営業時間：9:30-21:30
住所：青森市堤町 1-1-23
電話：017-775-4141
http://www.hotelaomori.co.jp

丁寧に仕上げた浪岡産バサラコーンのスープはお持ち帰りできます。

朝 昼 夜

28　中国料理

## 中国料理　火山

定休日：月（祝日の場合は翌日）
営業時間：昼 / 11:30-14:00
　　夜 / 17:00-21:00
住所：青森市堤町 2-17-6
電話：017-773-7059

フェア参加

こだわりの青森県産食材は湯通しで油分控えめ、化学調味料無添加で身体にやさしい中国料理。

昼 夜　分煙

29　食事処

## ふぁんふぁん

定休日：月・土・日・祝
営業時間：11:30-15:00
住所：青森市港町 1-5-12
電話：017-741-6354

フェア参加

無農薬の玄米を使った酵素玄米ごはんと野菜を中心とした身体が喜ぶ定食を提供しています。

昼

30　カフェ

## マクロビオティック茶や
## 橘

定休日：日・祝
営業時間：11:30-19:00
住所：青森市栄町 1-5-11
電話：017-741-7202
※ グループまたは弁当注文数が多い時のみ 2 日前までに要予約
http://tachibanaya.jimdo.com

天然醸造の調味料や自然海塩を使い、特別栽培の青森県産野菜・穀物を季節に合わせて皮ごと調理。肉・魚・乳・卵は不使用。

昼 夜

31　食事処

## 自然食品の店
## あおぞら　玄米食堂

定休日：月
営業時間：（火－土）9:30-19:00
　　（日・祝）9:30-18:30
住所：青森市浪打 1-16-10
電話：017-743-0824
※ 3 日前までに要予約
http://park8.wakwak.com/~aozora

フェア参加

玄米食をメインに、野菜のおかずを中心とした、昔ながらの和食にこだわったメニューをご用意しております。

昼

32　弁当／総菜／食事

## あおもり万華堂

定休日：土・日・祝
営業時間：11:00-18:00
住所：青森市松森 2-13-1
電話：017-741-1696

青森県産にこだわる雑穀専門店。あおもりダッタンそば（雑穀ごはん・和え物付）を提供します。

昼

33　弁当／惣菜

## アグリショップぶんべい

定休日：月
営業時間：（火－土）9:00-19:00
（日）9:00-17:00
住所：青森市奥野 4-15-32
電話：017-775-2372
※ 前日までに要予約
http://www.bunbei.com

フェア参加

青森県産食材をふんだんに使った、農家のお母さんの手作り弁当。

朝 昼 夜

34　カフェ

## Vege cafe　ちゃまま

定休日：日・祝
営業時間：（月－木）11:00-16:00
（金・土）昼 / 11:00-16:00
夜 / 17:30-21:00
住所：青森市緑 1-12-29
電話：017-732-5206
http://buket.ciao.jp/chamama/home

フェア参加

野菜中心のやさしい食事で心と体を健やかに。事前注文でお弁当もお作りします。

昼 夜

35　カフェ

## 青森中央学院大学 カフェテリア

定休日：土・日・祝
営業時間：11:00-13:30
住所：青森市横内神田 12
電話：017-728-7166

ヘルシーでからだも心も温まるランチをお出しします。

昼

36　カフェ

## 青森公立大学 ban café

定休日：土・日・祝・冬季（2-3月）
営業時間：10:00-17:00
住所：青森市合子沢字山崎 153-4
電話：017-764-1555（内線 322）

雑穀と青森県産野菜にこだわったメニューがあります。

昼

37　カフェ

## 国際芸術センター青森 ban café

定休日：平日・冬季（1-3 月）
営業時間：10:00-15:00
住所：青森市合子沢字山崎 152-6
電話：090-9740-2066

雑穀と青森県産野菜にこだわったメニューがあります。

昼

38　喫茶

## TALO

定休日：日
営業時間：（12-3月）11:00-18:00
（4-11月）11:00-19:00
住所：青森市三内丸山 117-58
電話：017-782-4800
※ 当日朝までに要予約

季節の山菜を中心に、昔ながらの味を大切にしながら、手作りにこだわります。

昼

39　レストラン

## 森のレストラン ライアン　青森空港店

定休日：無休
営業時間：6:45-20:00
住所：青森市大谷字小谷 1-5
青森空港 2 階
電話：017-762-1007
http://qq1q.biz/nAK5

厳選した青森県産食材にこだわります。

朝 昼 夜　分煙

40　レストラン

## ゆ～さ浅虫 レストランサンセット

定休日：無休
営業時間：（4-11月）11:00-19:00
（12-3月）11:00-18:00
住所：青森市浅虫字蛍谷 341-19
電話：017-752-3339
http://www.jogakurakanko.jp/sunset

栄養バランスを考えた、県産食材と天然だしのおいしい献立が人気です。

昼 夜

41　ホテル

## 絶景の宿 浅虫観光ホテル

定休日：無休
営業時間：7:00-9:00（朝食）
住所：青森市大字浅虫字坂本 51-1
電話：017-752-3355
※ 前日までに要予約
http://asamushi-kanko-hotel.com

「まごわやさしい」をテーマにバランスのとれた朝食を提供しています。

朝

42　弁当／総菜

## あおもりコープフーズ

定休日：土・日
営業時間：9:00-18:00
住所：青森市大字野木字山口164-68
電話：017-752-8181
※ 前週火曜までに要予約

1日の 3分の 1を目安に栄養バランスを考えた夕食弁当を、定期的に個人宅に宅配します。

予約宅配のみ

31
弘前健生病院
弘前
公園
ホテル
ニューキャッスル
サンクス
3
田中屋
裁判所
青森銀行
47
44
ホテル
ハイパー
ヒルズ
中三
弘南
プリンスホテル
ドーミーイン
46
サンクス
ルネス
17
みちのく銀行
代官町
イトーヨーカドー
弘前駅
中央弘前
45
土手町
スーパーホテル
ヒロロ
最勝院
弘前中央
病院
127
弘前
高校
大成
小学校
43
109
弘高下
青森銀行
Uマート
弘前病院
弘前大学
弘前大学
みちのく銀行
青森市街地、弘前市街地以外は、
googlemap をごらんください。
http://qq1q.biz/nFC7

中南地域

43　カフェ

## 集会所　indriya

定休日：日・祝
営業時間：11:00-18:00
住所：弘前市紙漉町 4-6
電話：0172-34-6858
https://www.facebook.com/indriya21

フェア参加

農薬を減らし、化学肥料は不使用の青森県産米や野菜を中心に、肉魚を使わないごはん屋です。

朝　昼　夜

44　カフェ

## 萩原乳業 MILKHOUSE ROSAS

定休日：木
営業時間：10:30-18:00
住所：弘前市土手町 42
電話：0172-35-2203

旬野菜がたっぷりとれるスープをお出しします。

昼　分煙 10:30-14:00

45　カフェ／弁当

## P's

定休日：土・第 4 日曜
営業時間：12:00-14:00
住所：弘前市南川端町 5
　　桜美苑南川端 1 階
電話：0172-36-7813
※ 前日までに要予約

少しでも多くの野菜をおいしく、おなかいっぱい体と心も温まるような料理を提供したいです。

昼

46　スナック

## スナック福久

定休日：日
営業時間：18:00- 翌 1:00
住所：弘前市新鍛冶町 46
　　GP アネックスビル 2 階
電話：0172-33-9538
※ 3 日前までに要予約
http://ryouin.rgr.jp/?p=225

津軽の母の郷土料理をお出しします。

夜

47　惣菜

## ファーマーズ・キッチン

定休日：水
営業時間：11:00-17:00
住所：弘前市土手町 24
電話：090-9033-9210

地元野菜にこだわり、魚料理や発酵食といった日本人に合ったシンプルな和の基本食を提供したいです。

昼

48　喫茶

## けや木

定休日：月・第 3 日曜
営業時間：10:00-18:00
住所：弘前市桜ケ丘 2-3-2
電話：0172-87-6890

フェア参加

心も体も元気になれる食を目指しています。コーヒーも美味しい喫茶店。

昼

49　食事処

## 弘前脳卒中センター レストラン扇

定休日：第 1、3、5 日曜・祝
営業時間：11:00-15:00
住所：弘前市扇町 1-2-1
電話：0172-26-0977

適塩で野菜がたっぷりの日替わり弁当と、だしのきいた麺類が人気。

昼

50　食事処

## アソベの森いわき荘 食事処　和土菜

定休日：なし
営業時間：17:00-21:00
住所：弘前市大字百沢字寺沢 28-29
電話：0172-83-2215
※ 2 日前までに要予約
http://www.iwakisou.or.jp

フェア参加

旬の一番力のある食材にこだわり、地元の有機野菜や産地直送の旬の魚介類を使い、どこか懐かしくてほっこりするお料理を提供します。

夜　分煙

51　レストラン

## 農産物直売所野市里 レストランこざくら

定休日：なし
営業時間：（4-9月）9:00-18:00
　　（10-3月）9:00-17:00
住所：弘前市大字宮地字川添 77-4
電話：0172-82-1055
※ メニューによっては要予約
http://www.anekko.jp

フェア参加

直売所の野菜をはじめ、四季折々の食材で津軽を満喫いただけます。発酵食を取り入れた定食も提供しています。

昼

52　カフェ

## カフェギャラリー 彩光堂

定休日：日・月
営業時間：10:00-17:00
住所：黒石市上町 35
電話：0172-53-0081
※ 2 時間前までに要予約

フェア参加

バランスのとれた食事をお客様の目の前で調理し、家庭的な雰囲気を味わっていただけます。

昼

53　食事処

## 鰐come お食事処　花りんご

定休日：第 3 木曜
営業時間：11:00-15:00
住所：南津軽郡大鰐町大字大鰐字川辺 11-11
電話：0172-49-1126
http://wanicome.com

フェア参加

地元大鰐の食材にこだわり、お客様の健康を考え、季節に合ったお料理を提供します。

昼

54　食事処

## 道の駅いかりがせき 御食事処　彩里

定休日：年末年始
営業時間：(4-11月) 10:30-19:00
(12-3月) 10:30-18:00
住所：平川市碇ヶ関碇石 13-1
電話：0172-49-5025
http://ikarigaseki.com

地産地消を心がけ、野菜を多く取り入れたメニューを提供しています。

朝 昼 夜

西北地域

55　レストラン

## コミュニティカフェ でる・そーれ

定休日：第 1、3 日曜
営業時間：10:00-16:00
住所：五所川原市大町 39 津軽鉄道㈱ 1 階
電話：0173-34-3971
http://www.delsole-aomori.jp

津軽鉄道沿線でとれた食材を中心に奥津軽ならではのメニューを提供します。

昼

56　弁当／総菜

## しかない惣菜店

定休日：土・日・祝
営業時間：10:00-14:00
住所：五所川原市稲実稲葉 50-38
電話：0173-35-3236
http://shikanaisouzai.cloud-line.com

フェア参加

子を思う母の家庭料理が原点。食材のいのちを感じるお総菜 20 種類からお好きなものを詰めてお弁当に。店内でもいただけます。

昼

57　弁当／総菜

## (株) 美味心房

定休日：年末年始
営業時間：8:00-17:00
住所：五所川原市稲実字米崎 68-5
電話：0173-26-7255

フェア参加

青森県産食材をつかい、栄養バランスのとれた健康管理食弁当をお届けします。

昼

58　レストラン

## 森のレストラン ライアン 地球村店

定休日：無休
営業時間：10:00-22:00
住所：つがる市森田町森田 床舞藤山 244　つがる地球村
電話：0173-26-3007
http://www.koncho.jp/html/laian/lian01M.html

厳選した青森県産食材にこだわります。

昼 夜

分煙

59　食事処

## 農家レストラン ありがとう

定休日：月 - 土
営業時間：10:00-15:00
住所：つがる市柏下古川絹川 111-3 NPO 法人 つがる夢庭志仙会
電話：080-3146-8331
http://aomori-gt.com/gtm/040.html

あば (母) の味。ひばたんぼうどん、漬物を巻いたすしこ巻、薪ストーブを囲んであったか鍋もどうぞ。

昼

分煙

60　食事処

## 深浦町フィットネスプラザ ゆとり

定休日：月
営業時間：10:30-13:30
住所：深浦町大字深浦字中沢 34-1
電話：0173-74-4514

地元のお母さんがつくる味。

昼

61　日本料理

## 日本料理かぐら 十和田本店

定休日：日・第２月曜
営業時間：17:00-23:00
住所：十和田市東三番町 2-43
電話：0176-24-1123

フェア参加

旬食材と地産地消にこだわり、真心と鮮度、感謝を一皿に添えて提供します。

夜

62　カフェ

## コミュニティカフェ ハピたのかふぇ

定休日：日・祝
営業時間：11:00-18:00
（食事は 16:00 まで）
住所：十和田市稲生町 15-24
バルコビル４階
電話：0176-23-0853
http://www.hapitano.jp

フェア参加

十和田市産の新鮮な野菜を中心に「気持ちもおなかも幸せになる」メニューを提供しています。

昼

63　カフェ／弁当

## ガーデンキッチン垂穂

定休日：日
営業時間：11:00-14:00 (L.O)
住所：十和田市大字三本木
字稲吉 15-221
電話：090-6627-1712
※ 前日までに要予約
http://amon.towada.jp/index.html

フェア参加

「心と身体が喜ぶ食」をコンセプトに、旬の地元野菜を使い、塩・油・添加物を控えた料理を提供します。

昼

64　カフェ

## カフェ・ グリーンブリーズ

定休日：月
営業時間：11:30-18:00
住所：七戸町荒熊内 215-5
電話：0176-58-6966
http://cafe-green-breeze.hp.gogo.jp

フェア参加

10 数種の青森県産野菜を低カロリー・薄味・低脂肪のスープや温野菜で提供。

昼

65　スナック

## スナックすみれ

定休日：不定休
営業時間：11:30-14:30
（昼は予約制）
19:00- 翌 1:00
住所：七戸町字七戸 66
電話：0176-62-5825
※ 前日までに要予約

旬の青森県産野菜を使った料理で、地域の方々の元気を支えます。

昼

66　その他

## 七戸町かだれ 田舎体験協議会

定休日：（事務局受付）土・日
営業時間：（事務局受付）8:15-17:00
住所：七戸町字森ノ上 131 番地４
七戸町役場農林課（事務局）
電話：0176-68-2116
※ 要事前予約、宿泊のみ朝夕提供
http://www.kadaretenma.com

グリーンツーリズムに取り組む農家等が運営している協議会です。田植えや野菜収穫体験、食文化体験、雪国体験などを行っています。農家民宿、宿泊交流施設「かだれ天間林」には、各種体験と組み合わせて宿泊することができます。詳しくは事務局へお問合せください。

朝 昼 夜

67　食事処

## 郷土料理　蔵

定休日：日
営業時間：昼 / 11:00-14:00
夜 / 18:00-22:00
住所：東北町字塔ノ沢山 94-1
電話：0175-63-3960

栽培期間中、農薬や化学肥料を使用していない東北町産ヤーコンが入ったお料理や冷麺が定番。

昼 夜

68　産直／惣菜

## 道の駅　おがわら湖

定休日：年末年始
営業時間：（5-10月）9:00-18:30
（11-4月）9:00-17:30
住所：東北町大字上野字南谷地 122
電話：0176-58-1122

フェア参加

食命人・小笠原克子がつくる有機野菜の化学調味料無添加漬物を販売しています。食べて元気になるものを作っています。

朝 昼

69　カフェ

## 農家レストラン
## まなかのカフェ

定休日：冬季（11-5月）
　　平成 28 年営業日未定
営業時間：（6-10月）11:00-15:00
住所：東北町字乙供山 123
　　みどりの大地とロマンの森公園内
電話：080-6040-4769
※ 5 名以上は要予約
※ 予約営業します（要相談）

東北町の新鮮な野菜をふんだんに使った「目新しいけど懐かしい味」。茅葺きの空間でゆったり楽しんでいただけます。

昼

70　カフェ

## カフェと雑貨
## TuBo café

定休日：日・祝
営業時間：11:30-16:00
住所：おいらせ町青葉 2-50-2173
電話：0176-52-3621
※ 大人数は 2 週間前までに要予約

今日の食事が未来のお客様の身体につながるために、素直な味付けで心をこめてお作りします。

昼

71　レストラン／弁当／惣菜

## ベジキッチンまいまい

定休日：日・祝
営業時間：10:00-17:00
住所：三沢市鷹中 2-58-253
電話：0176-58-6171

旬の食材を生かした日替わりメニュー。毎日食べられる家庭の味で、心も体も満腹にします。

昼

72　居酒屋

## 飲み食い処　ふく田

定休日：日・祝
営業時間：昼 / 11:30-14:00
　　（平日のみ昼営業）
　　夜 / 17:00-23:00
住所：三沢市幸町 1-7-5
電話：0176-53-1492
http://fukuda-fukuda.jimbo.com

旬の食材を中心としたお料理に、漬物や味噌汁など発酵食をプラスしています。

昼　夜

73　食事処／温泉

## スパハウス
## ろっかぽっか

定休日：毎月最終月曜
営業時間：11:00-20:30
住所：六ヶ所村鷹架字内子内 337
電話：0175-69-1126
http://www.roccapocca.com

季節ごとの青森県産食材をふんだんに使いヘルシーで美味しいお料理を提供します。

昼　夜

74　レストラン

## サテライト六戸
## レストラン　4・6・8

定休日：不定休
営業時間：11:00-15:00
　　（弁当販売は 19:00 まで）
住所：六戸町大字犬落瀬字坪毛沢 146
電話：0176-70-1800

青森県産食材をつかった日替り定食、お弁当を提供。

昼

75　食事処

## だるまや食の駅

定休日：元旦
営業時間：（平日）11:00-14:00
　　17:00-22:00
　　（土日祝）11:00-15:00
　　17:00-22:00
住所：上北郡六ヶ所村尾駮字家ノ前 4-34
電話：0175-72-2477

お客様の健康を考え、旬の地元食材を中心とした和食でお迎えします。

昼　夜

76　日本料理

## 日本料理かぐら
## 六ヶ所店

定休日：日・第 2 月曜
営業時間：11:30-14:00
　　17:00-22:00
住所：六ヶ所村大字尾駮字野附 61-16
電話：0175-72-4545

旬食材と地産地消にこだわり、真心と鮮度、感謝を一皿に添えて提供します。

夜

77　レストラン

## 八戸プラザホテル レストランジュノー

定休日：無休
営業時間：11:30-21:00
住所：八戸市柏崎 1-6-6
電話：0178-44-3121
※2 日前までに要予約

味も盛付けもお客様のニーズに合わせる食事を提供します。まずはお話をしてからメニューをお作りします。

昼 夜　分煙 11:30-14:30

78　食事処／弁当／惣菜

## きたむら食堂

定休日：水・はっち休館日
営業時間：11:00-17:00
住所：八戸市三日町 11-1
　　八戸ポータルミュージアムはっち 2 階
電話：090-3644-6504
facebook：きたむら食堂

フェア参加

地域の野菜と丁寧にとった出汁の「食べるスープ」を日替わりで提供。セットのごはんは玄米か雑穀米を選べます。

昼

79　レストラン

## KOMEKUUTO

定休日：第 1・3 水曜
営業時間：10:00-22:00
住所：八戸市田向字毘沙門前 39-3
電話：0178-51-6070
http://komekuuto.jp

フェア参加

玄米の栄養を身体においしく取りこめるよう、手をかけて工夫をしています。

朝 昼 夜

80　スーパー

## 長崎屋八戸店

定休日：無休
営業時間：10:00-23:00
住所：八戸市江陽 2-14-1
電話：0178-47-0311

食の基本は米。店内でにぎるおにぎりと魚をつかったお惣菜に力を入れています。

朝 昼 夜

81　惣菜／仕出し

## 菜心味

定休日：不定休
営業時間：注文はいつでも受付可
住所：八戸市大字田面木
　　字上田面木 102
電話：090-9749-3800
※ 2 日前までに要注文

化学調味料に頼らず、丁寧に調理することで、おいしさを安心を提供します。八戸市内のシンフォニープラザ内カブセンターやＪＡアグリマーケット八菜館で販売しています。

朝 昼 夜

82　食事処

## きたむら茶や

定休日：水
営業時間：11:30-16:00
住所：南部町福田字間ノ原 43
電話：0178-20-9115

田舎の親戚の家のような雰囲気の中、地域の伝統食のおいしさや魅力をお伝えします。

昼

## 下北地域

83　レストラン

### むつグランドホテル グラン・ブルー

定休日：無休
営業時間：11:30-14:00
住所：むつ市田名部下道４　11 階
電話：0175-22-2331
http://www.mghotel.jp

フェア参加

旬の下北食材の個性を生かした、月替わりのヘルシーランチを提供。

昼　分煙

84　ホテル

### むつグランドホテル

定休日：無休
営業時間：7:00-9:00（朝食）
住所：むつ市田名部下道４
電話：0175-22-2331
※２日前までに要予約
http://www.mghotel.jp

下北の海の幸・山の幸と自家菜園の野菜等の安心安全なお料理を提供します。

朝　分煙

85　食事処

### むつドライブイン

定休日：第２・４日曜
営業時間：（月-土）9:00-19:30
　　（日）10:00-19:30
住所：むつ市大曲 3-7-16
電話：0175-22-4708
FAX：0175-33-2708

地元食材の地産地消にこだわります。大湊海軍コロッケが人気。

朝 昼 夜

86　居酒屋

### 居酒屋ほそ川

定休日：無休
営業時間：19:30- 翌 1:00
住所：むつ市田名部町 1-7
電話：0175-22-4881

お料理は女将におまかせ。出汁のきいた手作りの家庭料理を10品ほどお出しします。

夜

87　民宿

### 民宿　松ノ木

定休日：年末年始
営業時間：6:30-21:30
住所：むつ市大畑町松ノ木 14-3
電話：0175-34-2467　※要予約

新鮮な魚介類と野菜を使い、昆布等の天然だしにこだわります。

朝 夜

## スーパー

### （株）ユニバース

県内のユニバース・Uマート・パワーズU・ビッグハウス湊店全 35 店舗

定休日：元旦
営業時間：店舗により異なります
住所：八戸市長苗代前田 83-1（本部）
電話：0178-21-1888（代表）
FAX：0178-21-1811

「あおもり食命人弁当」提供中！

朝 昼 夜

### 紅屋商事（株）

カブセンター青森店を除く県内店舗、ベニーマート県内全店舗

定休日：元旦
営業時間：店舗により異なります
住所：弘前市高田 4-2-10（本部）
電話：0172-29-5777
FAX：0172-29-5222
http://www.beny.co.jp

「まごわやさしい」に基づいたバランスのよいお弁当。季節の県産食材を多く入れられるよう、時期に合わせてリニューアルしています。

朝 昼 夜

### （株）マエダ

県内全 27 店舗

定休日：年始
営業時間：店舗により異なります
住所：むつ市小川町 2-4-8（本部）
電話：0175-23-0221
FAX：0175-22-4226
http://www.i-maeda.co.jp

毎日、一番だしをとっています。鰹と昆布の出汁にこだわったお惣菜と食命人弁当を販売しています。

朝 昼 夜

## マップの見方

マップ NO.

43 カフェ

**集会所 indriya**

定休日：日・祝
営業時間：11:00-18:00
住所：弘前市紙漉町 4-6
電話：0172-34-6858
FAX：0172-34-6858
https://www.facebook.com/indriya21

sample

フェア参加

農薬を減らし、化学肥料は不使用の青森県産米や野菜を中心に、肉魚を使わないごはん屋です。

朝 昼 夜

店舗基本情報

食命人情報

## 「フェア」って何？

**あおもり食命人の食フェア**

あおもり食命人を知り、その料理を食べる事で、普段の食事を見直す企画として各店舗共通のテーマに沿った料理を提供するものです。

期間中 **平成 27 年 10 月 1 日ー 11 月 30 日**

**「発酵食と野菜のチカラ」**

をテーマにした料理が提供されます。

朝 昼 夜 食命人メニュー提供時間帯
持ち帰り可能
終日禁煙　喫煙可
分煙（時間またはお席）

※ 受動喫煙防止対応の詳細は各店舗へお問い合わせください。

食命人のいるお店には、旬の食材をいかした「いのちを支える食」があります。
「いのちを支える食」はこどもの健康を気遣うお母さんの家庭食がモデル。
　食べる人の健康を考え、身近でとれる旬の食材を余すところなく使い、
　手間をかけ、季節に合わせて献立や味付けを工夫し、
　命をいただくことに配慮する
母親のような気持ちで、食材のいのちを食べる人に届ける料理人
「あおもり食命人」の誠実さとおいしさがつまった「いのちを支える食」が、
元気な身体づくりを応援します。まずは、味わってみてください。

## 基本の 5 項目

1　バランスの良いメニューである
2　青森県産米を使用している
3　旬の青森県産野菜を使用している
　（季節により使用できない場合は国産野菜）
4　油脂を控えるよう工夫している
5　塩分を控えるよう工夫している

## プラス α の 6 項目

6　食材を生かした調理法である
7　食材を無駄なく使う工夫をしている
8　天然醸造の味噌を使用している
9　本醸造の醤油を使用している
10　素材（野菜・きのこ・海藻・魚・肉等）の旨味を活用している
11　発酵食品を使用している

全ての店舗が上記の全項目を満たしているわけではありませんが、
お店のジャンルや特性、料理人のこだわりによって、
個性あるメニューがつくられています。

【お問合せ】
青森県農林水産部食の安全・安心推進課
TEL 017-734-9354
FAX 017-734-8086
http://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/nourin/sanzen/syokumeijin.html
Facebook：あおもり食命人

平成 27 年 9 月版
この印刷物は、30,000 部作成し、印刷経費は 1 部あたり 30.2 円です。