

# 福島市水道局だより

# SuRiKaMi

すりかみ

VOL.26

8月・9月  
2021



商標登録決定

- 今号の MENU
- かんたんレシピ
  - ユーザー訪問
  - 水道ポスターコンクール結果発表
  - 「ふくしまの水」でつくる炭酸水
  - お弁当レシピ

## おいしいお水を使ったかんたんレシピ

中国料理の名店が教える本格派 五目冷やし麺

暑くて食欲がない... そんなときには冷たい麺がピッタリ。既製品のタレとはひと味違った、手作りタレで本格中華の味わいです。

今までのレシピ集はこちら



**中国四川料理 石林**  
 福島市本町5-30 コーワビル2F  
 TEL:024-524-1741  
 営業時間/11時30分~15時  
 17時~22時(20時30分ラストオーダー)  
 定休日/日曜日

### 五目冷やし麺の作り方

- ①タレの材料のしょうゆ、砂糖、水、酢、ごま油を鍋に入れて火にかけ、煮立ったら火を止める。よく冷めてから、からしを混ぜ合わせて冷蔵庫で冷やしておく。
- ②チャーシュー、ロースハム、キュウリ、レタス、味付けシイタケは千切りにする。
- ③エビ、イカはゆでておく。卵は薄焼きに焼いて千切りにする。
- ④鍋で湯を沸かし、中華麺を泳がせるように入れ、水を差しながら2分ぐらいゆでる。
- ⑤ザルに麺をあげ、水でよくもみ洗いで水気を切り、酢、香油を入れてよく混ぜ、器に盛る。

①のタレをかけ、②③の材料をきれいに並べ、上から刻みのりをかけてできあがり。

### ポイント

暑い時季は麺を氷水でよく冷やして食べるのがおすすめ。トッピングは冷蔵庫にあるものでOK。お好みで芝麻醬(チーマージャン)を加えると、味に深みが出ますよ。

材料(1人分)	
中華麺	140g
チャーシュー	1枚
ロースハム	1枚
キュウリ	50g
レタス	40g
味付けシイタケ	1枚
エビ	2尾
イカ	20g
卵	1個
酢	小さじ1/3
香油(ジャンク)	小さじ1/3
刻みのり	適量

タレ	
しょうゆ	大さじ1と1/2
砂糖	大さじ3
水	大さじ3
酢	大さじ3
ごま油	大さじ1と1/2
からし	小さじ1/2

## モンドセレクション7年連続 優秀品質賞の「ふくしまの水」でつくる炭酸水

「コロナ禍の「おうち時間」を充実させるため、売り上げを伸ばしているのが「炭酸水メーカー」です。モンドセレクション優秀品質賞の「ふくしまの水」でつくる炭酸水なら、そのおいしさも格別のはず。そこで、ケーズデンキ福島南本店の加藤光さんに聞きました。

味を付けることが可能です。出来たての強炭酸水はハイボールにもピッタリ。飲食店での飲酒を控えているという方も、お店のようなハイボールが楽しめるそうです。

「ダイエット目的で食事前に飲むという方も。胃がふくらんで、少量で満腹感を得られることから、自然と食べ過ぎを防いでくれる役割が期待できるそうです。お米を炊くときに使うと、ご飯がツヤツヤモチモチに。これから迎える新米の季節、ぜひ試してみたいですね。また、洗顔に使用する方も。炭酸水に含まれている炭酸ガスは気泡化するときに、顔の汚れを包んで一緒に持っていつてくれることから、すっきりとした洗い上がりになるそうです。このように、飲む目的の以外に贅沢(ぜいたく)に使えるのは、自宅です。出来るのは、自宅です。出来るのは、自宅です。出来るのは、自宅です。」

く)に使えるのは、自宅です。出来るのは、自宅です。出来るのは、自宅です。出来るのは、自宅です。」

「店内には、インテリア性の高いオシャレなデザインの炭酸水メーカーが並びます。」

取材協力  
ケーズデンキ福島南本店  
福島市太平寺字児子塚87  
TEL:024(544)0450  
10時~21時営業  
※当面の間、20時閉店。

## おいしいヘルシー お弁当レシピ

### オクラのネバネバさぼろ

お弁当のさぼろ、おいしいけれど食べにくい! そんな人に!

オクラのネバネバでひき肉がしっかりとまとまり、ごはんやそうめん、豆腐などにもお弁当だけでなく1日中ごはんが楽になる万能常備菜です。

- ①流水でオクラを袋ごとこするように入れ、産毛を落とす。
- ②濡れたままのオクラを耐熱皿に並べ、蓋をせずレンジで1分(600W)加熱する。
- ③オクラを5mm幅程度に細かく刻む。
- ④油を少し敷いたフライパンにひき肉を入れ、少し火が通ったらオクラを入れる。
- ⑤コチュジャン、みりん、しょうゆ、水を入れて水気が飛んだらできあがり。

取材協力  
福島市在住の野菜ソムリエ アロマセラピスト トラクター 武田都さん  
武田都さんブログ

※掲載されている店舗の営業時間は、新型コロナウイルスの影響で変更となる場合があります。

水道に関するお問い合わせ・相談 (平日8時30分~17時15分)

漏水についてのお問い合わせ  
 ■平日(8時30分~17時15分)配水課 TEL:024-535-1125  
 ■平日夜間(17時15分~翌8時30分)及び土・日・祝日 水道料金お客さまセンター TEL:024-526-0736

アンケートご協力をお願い  
 「SuRiKaMi」へのご意見をお聞かせください。こちらからお願いします▶

ご協力いただいた方の中から抽選で、ペットボトル「ふくしまの水」プレゼント!

【編集・発行】福島市水道局/福島市五老内町3番1号 営業企画課 TEL:024-535-1120

くわしくは、福島市水道局ホームページをご覧ください。

福島市水道局 検索 スマホ

https://www.city.fukushima.fukushima.jp/suidou/

※紙面の無断転載を禁じます。 ※バックナンバーが必要な方は営業企画課までご連絡ください。



# 移住された方々も太鼓判 「福島の水はどこよりもおいしい！」

## 浪木克文さん、川合史伸さん

いつも、当たり前前に飲んでいる福島の水道水。「他の地域と比べて、どれくらいおいしいか」は、考えてみたこともないという方が多いのでは？ そこで、他の地域から福島市に移住してきた浪木克文さん、川合史伸さんに、福島の水について聞きました。

浄水器いらす  
子どもたちも  
水道水が大好き！

今年、春、東京都から奥さまの実家がある福島市へ引っ越してきた浪木克文さん。「東京にいた頃はマンション住まいで、水道には浄水器を付けていました。福島に来てからは、浄水器は使用せず水道水をそのまま飲んでいました。2人の子どももジューズなど甘い飲み物より水が好き。水筒を持って出掛けるときは、必ず水

道水を入れていました」と浪木さん。奥さまの澄子さんは、実家を出た後、仙台や東京に住居。久しぶりの福島市での生活に、「やっぱり水のおいしさは福島が一番」と実感しているそう。「浄水器のカートリッジ代もいらす、こんなにおいしい水が飲めるのですから経済的です」と語ってくれました。

庭付きの一軒家を購入した浪木さん。マンション住まいと違って、家の中も庭も子どもたちが楽しんでいるのを見るとき、引越してきて良かったと思います。子どもたちに水遊びを楽しませたいと、大きめのビニールプー



浪木さんご一家



水のおいしさが  
カレーの味にも影響

福島市本町の洋食ミュージックBAR「TOM'S CABIN」オーナー・川合史伸さん。昨年の12月に千葉県から福島市に移住しました。「元々温泉巡りが趣味。中でもすぐに温泉に行ける環境にある福島市が気に入って、引越してきました」。かつてカントリミュージックバンドの一員として活躍していたことから、昨年10月にミュージックバーをオープン。店内ではライブも開催できます。

千葉県に住んでいた時は、ペットボトルの水を買っていたそう。「利根川から取水している水を飲んでいましたが、おいしいという印象はなかったですね。現在はペットボトルを買うことがなく、水道水を普通に飲んでます。自然に囲まれた温泉に行く、この美しい環境が、福島のおいしい水を育んでいるのだと実感します」。

ランチは、約12種類のスパイスをブレンドした、「オリジナルカレー」が人気。「カレーにとって水は重要で、水が変わっただけでカレーの味が大きく変わってしまいます。福島の水は、スパイスの味をさらに際立たせてくれます。澄んでいるので、そのまま飲んでも体にサラッとなじんでいくようですね。食事と一緒に出す麦茶をつくっても、



カツの大きさにビックリ！  
「ジャンボチキンカツカレー」(1200円)

TOM'S CABIN  
福島市本町4-18  
エリプビル1F B  
TEL 024(563)5843



オーナーの川合史伸さん(左)とスタッフの皆さん



# 水道ポスターコンクール結果発表

福島市内の小・中学生が水のおいしさや大切さなどについて表現した「水道ポスターコンクール2021」が行われました。小学校低学年の部、小学校高学年の部、中学校の部、合わせて270点もの応募があり、7月3日に「アオウゼ」で表彰式が行われました。

## 小学校低学年の部



杉妻小学校 2年  
稲田悠乃さんの作品

小学校低学年の部で最優秀賞を受賞したのは、杉妻小学校2年生の稲田悠乃さん。「私がお水を洗って、友だちが水を飲んでほかに、滝が落ちるところ、川が流れるところも描いて、水が大切だということを表しました。私も家で、水を出し過ぎないようにしたり、シャワー



## 小学校高学年の部



福島大学附属小学校 4年  
嶋原拓利さんの作品

小学校高学年の部、最優秀賞の福島大学附属小学校4年生・嶋原拓利さんの作品は、「おいしい水」というおうち水。4分割にして、ちゅーおうち水というキャッチフレーズが、大きく印象的に描かれた作品。実は、昨年、低学年の部でも最優秀賞を受賞し、2年連続最優秀賞を受賞した。絶頂に輝きました。「絶対にまた一番になりたい」と思っ

## 中学校の部



信夫中学校 2年  
菅野音色さんの作品

中学校の部、最優秀賞に輝いた信夫中学校2年生の菅野音色さんの作品は、優しい色合いが目を引く一枚。「水がなければ、動物も魚も木々も生きられない」という意味を込めて絵の中に「自然」を表現しました。一番難しかったのは、手のひらから水が流れて、地球を潤しているところ。水の動きが感じられるよう

WEB作品展にて  
全作品掲載中

