

地元の魅力再発掘！

vol.3

Burari
Ishikawa

ぶらりいしかわ

April
2021



特集 春にすること、したいこと。

発行 北國新聞社

オリンピック・パラリンピック開催記念

東京2020応援文化オリンピアド 認証事業

GARGAN MUSIC FESTIVAL

いしかわ・金沢

風と緑の楽都音楽祭

2021

南欧の風

イタリア・スペイン・フランス

4/28(水)・5/5(水祝) 本公演 5/3(月祝)・5/5(水祝)

会場
・石川県立音楽堂
・北國新聞赤羽ホール
・金沢歌劇座
・北陸エリア(福井・石川・富山)

ゴールデンウィークの金沢に
トップアーティストが集結!
南欧の音楽に染まる1週間

音楽祭イメージキャラクター
ガルガンチュア

伝統芸能とのコラボや
市民参加の大型コンサートも楽しめる
クラシック音楽の祭典ガル!

アルル 円形競技場



クラシック音楽の名曲群を、 世界的演奏家たちが熱演!

♪ オーケストラ



大阪フィルハーモニー交響楽団 ©飯島 隆



兵庫芸術文化センター管弦楽団 ©飯島 隆



オーケストラ・アンサンブル金沢

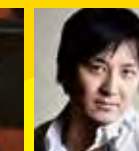
♪ 指揮



秋山 和慶
©Akira Muto



広上 淳一
©Greg Sailor



垣内 悠希
©Jean Philippe Raibaud



板倉 康明



田中 祐子
©Ayane Shindo

♪ 合唱



東京オペラ・プロデュース合唱団

♪ ピアノ



館野 泉
©Akira Muto

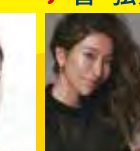


近藤 嘉宏

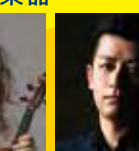


三浦 友理枝
©Yuji Hori

♪ 管・弦楽器



木嶋 真優(バイオリン)
©KINYA OTA(MILD)



宮田 大(チェロ)



村治 奏一(ギター)



須川 展也(サクソフ)

♪ 歌手



腰越 満美(ソプラノ)



竹多 倫子(ソプラノ)



鶴 真衣(ソプラノ)



鳥木 弥生(メゾ・ソプラノ)



小泉 詠子(メゾ・ソプラノ)



笛田 博昭(テノール)



糸賀 修平(テノール)
©Taira Tairadate



三戸 大久(バリトン)



森 雅史(バス)

♪ 伝統芸能



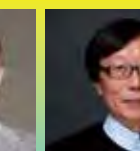
東儀 秀樹
©Ayako Yamamoto



渡邊 荀之助(能舞)



池辺 晋一郎



新実 徳英



新垣 隆



加羽沢 美濃

♪ 作曲家

よい席は
早めに
getガル!



チケット

好評発売中!!

音楽祭チケットカウンター (石川県立音楽堂内)

☎076-232-8118 (10:00~18:00)

チケットぴあ、ローソンチケット、セブンチケットでも購入できます

WEB購入がおすすめ! www.gargan.jp

※座席を選ぶことができます

風と緑の楽都音楽祭

検索

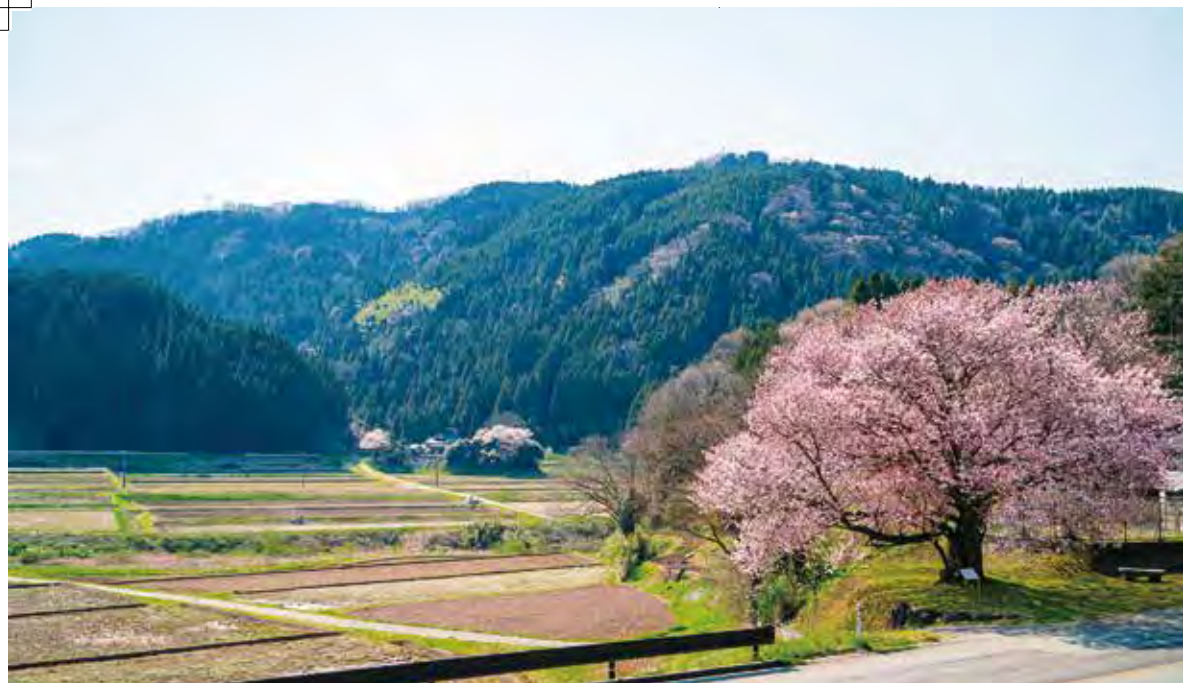


※チケット料金につきまして、GO TOイベント事業が再開された場合、再開日以降のご購入より割引が適応されます。
GOTOイベント事業再開にともなう割引開始は音楽祭WEBサイトにてご案内いたします。

お問い合わせ／いしかわ・金沢 風と緑の楽都音楽祭 実行委員会事務局

石川県金沢市昭和町20-1 石川県立音楽堂内 ☎076-232-8113(平日10:00~18:00)





今も、ずっとこれからも いしかわで「ぶらり」

ふと足が向く、近所のお店。

いつも変わらない、あの人の笑顔。

季節や天気で表情を変える、地元の風景。

今も昔もこれからも

ずっと変わらずそばにあると信じてきたもの。

そんな「半径数キロ」の輝きに

ちゃんと気がつく、そんな人でありたい。

変わりゆく時代をしなやかに受け止めながら

変わらない石川県の魅力を再発「県」する

「ぶらりいしかわ」第3号です。

2021年の春も、いしかわで「ぶらり」。

CONTENTS Vol.3 April 2021

07 アラウンド石川県の気になるニュース
Brari Express

08 巻頭特集
春にすること、したいこと。

24 重たくなった心と身体をスッキリ浄化。
毒出し!デトックス大作戦。

28 **的場 絢香のマトナビコラム**

30 **『おいしい金沢』のきょう何食べる?**

32 今すぐ食べたい!
旬モノ速報。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、本誌掲載店や施設の
営業時間や開催期間等が変更になる場合がございます。
※本誌掲載の写真、イラスト、記事の無断転載を禁じます。

ぶらりいしかわ Vol.3
表紙イラスト: たかせちなつ
発行: 北國新聞社



石川県金沢市藤江北1-414

TEL 076-213-7667

OPEN 11:00~19:00

定休日 水曜日 駐車場あり

Instagram @papangapan555

スイーツな
フレンチトースト
できました。

April 2021

ぶらりエクスプレス

アラウンド石川県の
気になるニュース

Burari Express

知らないと損する?今もっとも注目される旬の話題をお届けします。



フルーツ大福とお抹茶のセット 1,300円(税抜)※写真は、いちご大福のセットとミカン大福のセットをオーダーし、大福はシェアしました。

ひ がし茶屋街の『菓舗Kazu Nakashima』は、1000年創業の和菓子店「中島」四代目の中島一さんが作る「生きている和菓子」が食べられる和菓子専門のカフェ。なかでも若い世代の女性を中心に人気を集めているのが、薄い皮の大福に白あんと丸ごとフルーツが入った「フルーツ大福」。和菓子とはいっても、贅沢に使われたフルーツがみずみずしく、まるで洋菓子のような感覚でいただけるのが特徴。中に入るフルーツは季節や入荷状況によって変化し、春はいちご、みかん、キウイ、パイナップル、マスク、栗あんの7種類がいただけるそう。中身がフルーツということもあり、見た目の大ききのわりにペロッと食べられてしまう。中には全種類注文する人もいます。



カホ カズ ナカシマ
菓舗 Kaku Nakashima

金沢市東山1-7-6 TEL.076-252-5280 営業時間/10:00~18:00 定休日/木曜日 駐車場/近隣にコインパーキングあり

お抹茶はもちろん
日本酒にも
合うんですよ!

主任
川崎季代さん



江戸時代の蔵を利用した風情あるイートインスペースでゆったりとスイーツが楽しめる。2階にはお茶会を開くことができるお座敷も。



あなたのキレイが叶う場所 - CROSS -



1F
SHARE SALON

フリーランス
美容師
募集中
詳細はウェブへ

スタイリスト指名
ご予約受付中



SHARE SALON

CROSS

HAIR & BEAUTY

ヘア&ビューティー / シェアサロン

TEL 076-223-7155

OPEN 10:00 - 20:00

<https://www.sharesalon-cross.jp/>



2F
KIMONO SALON

入学式・結婚式
持込着付け
OK

各種
割引プラン
あり
ご予約承り中
ご予約・お問い合わせは
ウェブサイトまたは
お電話で

KIMONO SALON

CROSS

着物レンタル/本格花魁スタジオ

TEL 076-225-8305

OPEN 10:00 - 18:00

<https://www.kimonosalon-cross.jp/>



3F
DIET & BEAUTY

入会金・初回体験
無料!!
OPENING CAMPAIGN
完全
予約制
3/31まで
ご予約はお電話で
お気軽に

DIET & BEAUTY

CROSS

STUDIO KOHRINBO

ダイエット/ボディメイク

TEL 080-6357-1114代

OPEN 10:00 - 21:00

<https://cross-kohrinbo.jp/gym/>



CROSS KOHRINBO 石川県金沢市香林坊1-1-1 香林坊アトリオビル <https://cross-kohrinbo.jp/>



能登ミルクと契約農家とのコラボで生まれた野菜ジェラートも販売中。ランチタイムにはそのジェラートや手作りの野菜ケーキ、ドリンクが付いたデザートセット(450円)も提供する。

石川の旬が 味わえる 野菜ランチ



味ランチ 1,050円～

ヘルシーな見た目以上に、しっかりめの味とボリュームで食べ応えあり。メインは肉と魚、主食はドリアとリゾットから選べる。平日限定。

特集 春に すること、したいこと。

野菜
もりもり

ポカポカ陽気で、心がウキ

ウキ。人の気持ちを前向きにさせる6つのトピックをご紹介します。



左から
店主の宮津幸夫さん、
スタッフの東 一輝さん

Spring
Topic

01 身体にしみる、美味しいランチが食べたい。

さまざまな食材が旬を迎える春は、料理人たちの腕の見せどころ。地元の食材や調味料にこだわり、技を尽くして作り上げた一食。その心意気までありがたくいただきます。



白山市

ココミ

cocomi 心味

農家から直接仕入れた朝どれの野菜。

ランチに使われる食材は、地元の契約農家から仕入れた無農薬や有機栽培の野菜が中心。素材の味を最大限に伝えるため、香りの強い胡椒やにんにくは使わず、調味料も自然なものにこだわる。「味はもちろん見た目でも楽しめる料理を」と店主の宮津幸夫さん。20種類以上の野菜が入ったサラダなど、まるでパレットのように色彩豊かな料理には感動すら覚える。野菜たっぷりの自家製ドレッシングも美味。

白山市相木町2000 TEL.076-255-3559 営業時間/11:30～15:00、17:30～22:00 定休日/日曜、第1月曜日 駐車場/10台



※季節により内容が変わります。

加賀市

ひるよる食堂オオハタ

山代温泉近くの隠れ家的お店。

ともに料理人の大畑さん夫妻が経営する人気店。洋食中心のメニューの中でひときわ異彩を放つのが、9種類の小鉢に雑穀ごはんのみそ汁がついた「Yummy和定食」。旬の野菜をふんだんに使った惣菜はどこかホッとする味。栄養バランスがしっかりとした献立は「参考になる」と主婦の間でも評判だ。自家製フォカッチャと前菜盛り合わせがついたパスタランチも人気。



加賀市上野町力121-1 TEL.0761-76-3799
営業時間／11:30～13:30 (L.O.)、18:00～
20:30 (L.O.) 定休日／水曜日 (不定休あり)
駐車場／あり (乗り合わせ推奨)

イタリアやスペインなどの南ヨーロッパ料理が得意な大畑光さん。夜はアラカルトが中心で、アヒージョやパエリアなどが食べられる。



Yummy和定食 1,100円

白藤さん一家が経営するダイニングカフェ。旧鹿渡酒造を改装した建物が趣深い。グルテンフリーの焼き菓子や地元の古道具なども販売する。

能登の
味覚たつぷり



ICOUのいつもごはん 1,380円

七尾市

イコウ

ICOU

家庭料理のような素朴な味わい。

地元の昆布店で買い付けた昆布などでだしを引き、昔ながらの木樽で仕込まれた天然醸造の醤油や能登の塩で味付け。食材も七尾湾で獲れた魚や地物の野菜を優先的に仕入れるなど「能登のもの」にこだわり、料理ひとつひとつに手間ひまをかけながら、お高くともらない親しみやすい味に仕上げている。純米酢に果物を漬けた自家製ピネガー・ジュースと一緒に。



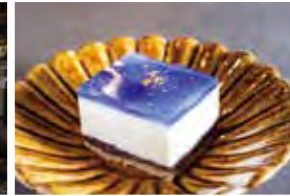
七尾市木町1-1 TEL.
0767-57-5797 営業時
間／11:30～17:30 定
休日／火曜、第1・3水曜
日 駐車場／5台

金沢市

お食事bar つばめ

昭和風情の古民家でほっこり。

片町でパブを経営するオーナーの母、北村谷和美さんお手製の和定食。ほっこり家庭的な味で、世代を問わず愛されている。目玉はおひつ入りのごはん。「お米がしっとりして、冷めても美味しいの」と北村谷さん。ガスで炊いた美川産ミルキークイーンの水炊き。ふっくらとした食感がたまらない。お店は小坂神社のすぐ近く。奥まった場所にあるので、迷子にならないように。



高台に位置するので見晴らしは良好。春になると満開の桜が目の前に広がる。パ
タフライピーを使ったスイーツも絶品だ。つばめのチーズケーキ 660円。



おひつごはん定食 1,496円



金沢市山の上町11-1 TEL.076-
209-6161 営業時間／11:30～
17:00(ランチは～14:30)、18:00～
22:30 定休日／月曜、木曜日 駐
車場／13台

金沢市

ハッコウショクビジンショクドウ

発酵食美人食堂

活きた酵素が身体を元気にする。

大野町にある調味料メーカー「ヤマト醤油味噌」が運営。一汁一菜に一粒をテーマにしたランチは、醤油、味噌、玄米甘酒、塩糰などの発酵食をふんだんに使用。玄米と小豆を圧力鍋で炊き、3〜4日熟成させた「寝かせ玄米」の味わい深さが評判で、腸活女子を中心に人気を集めている。隣接する直売所で料理に使われた調味料がそのまま買えるのもポイント。会員予約制。



金沢市大野町4-1170 TEL.
076-266-8500 営業時間/
11:30~14:00 定休日/水曜
日 駐車場/30台

腸活女子に
大人気

発酵食美人ランチ 1,500円

ママズホームクッキングのサーモンフライ

お母さんが手作りする惣菜パン。素朴な味と手頃な値段に昭和の名残を感じる。二度焼きしたパンの食感にもひと工夫あり。200円。

昔懐かしい

家庭的な味



エキゾチックな香りに包まれて



パンの朝顔の だし巻き玉子のサンドイッチ

極厚のだし巻き玉子を歯切れの良いリッチなパンでサンド。ひと噛みするごとに溢れ出るだしの風味は、もはやパン屋の粋を超えている。842円。

バターレバーパインミーの ハチミツ焼豚

パインミーはレバーペーストやニョクマムなどが入ったベトナム式サンドイッチ。ジューシーな焼豚に満足し、後味はバクチャーですっきり。650円。

冷やして食べる

新感覚スイーツ

PAPAN GA PANの 小さなフレンチトースト

おやつ感覚で食べられる、手のひらサイズのフレンチトースト。冷たいままサクサク。バターの香りが濃厚。350円。



Pistrina EighthSkyの クロワッサン

発酵バターを折り込んだ、ほんのり甘いクロワッサン。食物繊維が豊富な小麦ブラン入りで、糖質が気になる人にもおすすめ。210円。



SOL FLAの フルーツサンド

耳までしっとり柔らかい厚切りパンで、旬のフルーツをたっぷりサンド。あっさりめの生クリームがフルーツの甘さを引き立てる。700円。



&sandの サンドイッチ

自家製ローストビーフのサンドと、アボカド入りベジタブルサンドのハーフ&ハーフ。ガッツリだけどヘルシー。900円



新出製パン所の 爽(そう)

オレンジピールを練り込んだ生地と、瀬戸内レモンクリームチーズの組み合わせ。文字通り爽やかな味で冷やして食べても美味しい。800円。

春の訪れを感じる
爽やかな香り

金沢市

バターレバーパインミー

仲良し母娘が切り盛り。旅行先のベトナムで食べたパインミーの味に感動し、現地で作り方を学んだのだとか。バゲットに似た食感のパンにもこだわり。無化調のココナッツ海老ヌードルも気になる。

金沢市疋田3-72 グリーンエイト102
TEL.076-252-8113 営業時間／10:00～16:00 定休日／木曜、金曜日 駐車場／4台



金沢市

ママズホームクッキング

21美のすぐ近く。大人×3でギューギューになる店内には、手作りのサンドイッチや弁当がずらり。お昼ときは市役所の職員さんやサラリーマンとの争奪戦になるので、午前中が狙い目かも。

金沢市広坂1-2-18 TEL.076-264-0680 営業時間／7:30～15:00 (売り切れ次第終了) 定休日／日曜、祝日 駐車場／近隣にコインパーキングあり



金沢市

パパン ガ パン PAPAN GA PAN

今冬オープンしたフレンチトースト専門店。定番のパニラやチョコのほか、期間限定のフレーバーを合わせると10種類ほど。ふわとろ食感のスタンダードなフレンチトースト (580円) も美味だ。

金沢市藤江北1-414 TEL.076-213-7667 営業時間／11:00～19:00 定休日／水曜日 駐車場／あり



小松市

パンの朝顔

だし巻き玉子は居酒屋を営む店主の母伝の味。ほかに牛すじ煮込みのカレーパンや、朝昼タそれぞれの食事に合わせた食パンなどが楽しめる。「忙しい朝に笑顔」という店名の由来も素敵。

小松市八幡突125 TEL.0761-47-1330 営業時間／9:00～18:00 (売り切れ次第終了) 定休日／日曜、月曜日 駐車場／あり



金沢市

ピストリーナ エイスキー Pistrina EighthSky

昨年、惜しまれつつ閉店した老舗洋菓子店「ジロンボ」の跡地にオープン。都内のベーカリーで腕を磨いた村橋さん夫妻が経営する。ジロンボ直伝のカスタードを使ったクリームパンも好評。

金沢市石引2-6-1 TEL.076-255-2150 営業時間／7:00～18:00 (売り切れ次第終了) 定休日／日曜、祝日 駐車場／2台



金沢市

アンドサンド &sand

穴田さん夫妻が営む小さなカフェ。サンドイッチは注文を受けてから作るスタイル。ほかにタンドリーチキンやフルーツサンドなどが食べられる。パリスタが描くラテアートも本格的。

金沢市新保本3-104 f.i.e内 TEL.076-249-4620 営業時間／10:00～16:00 定休日／木曜、第3水曜日 駐車場／7台



金沢市

新出製パン所

金沢の高級食パンブームの火付け役ともいわれる食パン専門店。不動の人気を誇る「加賀 匠」のほか、地元の酒蔵や和菓子店などとコラボした変わり種パンも充実している。お取り寄せも人気。

金沢市浅野本町口151-1 TEL.076-254-0423 営業時間／11:00～17:00 (売り切れ次第終了) 定休日／月曜日 駐車場／10台



野々市市

ソルフラ SOL FLA

B.L.Tからホットサンドまで、具だくさんのサンドイッチが約20種類。スイーツ感覚で飲めるフルーツ入りスムージーも提供する。雨の日は、緑あふれるカフェスペースで飲食するのもあり。

野々市市下林4-264 TEL.076-299-5141 営業時間／9:30～17:00 (売り切れ次第終了) 定休日／水曜日 (不定休あり) 駐車場／3台





「よしぎわ窯（盆子焼）」の器を発見。北陸ではなかなか買えないそう。



定番人気はオーガニックコットンの靴下（写真中）。サイズや種類も豊富で、ちょっとしたプレゼントにも重宝する。1,200円～。ハーブやミニ野菜が育てられる「栽培キットECOT（左）」は初心者にもおすすめ。770円。

白山市

ソラマメ

日々の生活に彩りを添える花と雑貨。

「普段の生活に取り入れやすいものを」と、価格帯は1,000円前後が中心。バケツやチリトリなどの荒物雑貨も多く、渡辺さん姉妹の背伸びをしないセレクトが心地よい。土間と小上がりの空間は、駄菓子屋のような親近感。自家製のドライフラワーや生花の品揃えも豊富。



白山市新成3-165 TEL.076-259-0624 営業時間／10:00～18:00 定休日／木曜日 駐車場／5台



フィンランド製のMariステンレスケトル（写真中）や、型染作家の山崎菜穂さんがデザインしたエプロン（右）など、実際に使って良いと思ったものを取り扱うスタイル。天然のボディオイル（左）を湯船に垂らせばバスタイムが充実する。

金沢市

コウジツヨウヒンテン

好日用品店

作り手の精神や背景を感じるセレクト。

ガラス作家の廣島晴弥さんが手がけるカットグラスブランド「h collection」の器を中心に、作り手の想いや背景が伝わる日用品をセレクト。「心のこもった贈りものだからこそ大切に包んでお渡ししたい」という思いから、オリジナルの包み紙などで丁寧にラッピングする心遣いにも温かみを感じる。



金沢市本多町1-5-5 本多町コーポ105 TEL.076-255-6998 営業時間／11:00～18:00 定休日／火曜、水曜日 駐車場／1台



繊細なカットが生み出す光と影の表情が美しい。各8800円。

Spring Topic

03 おうち時間が楽しくなるアイテムを探しに。

新しいものが欲しくなる、物欲の春。そんな季節だからこそ、ひと呼吸おいて本当に良いものを見極めたい。使うほどに楽しく、心と暮らしを豊かにする。そんなアイテムを探しに出かけました。



五代目店主 高木猛さん



イチオシは、IH対応の南部鉄器（写真右）。最近はモダンなデザインの作品も多く、インテリアとしても取り入れやすい。伝統的な技法と自然素材で作られた棕櫚ほうきなど、金物以外の道具も取り揃えている。

金沢市

タカギヤカナモノテン

高木屋金物店

地域の暮らしを支える金物屋の美学。

江戸後期に鍛冶屋として創業し、代々商いを継いできた老舗の金物屋。広々とした町家の中には、鍋やフライパン、包丁などの金物が行儀よく並んでいる。「職人さんが明確な意志で作った良いものを」と五代目の高木猛さん。その一方で、手の届きやすい価格帯を心がけるなど、地域の暮らしを支える金物屋としての視点も忘れない。運が良ければ、某名店の豆で淹れた珈琲が飲めるかも。



石川県金沢市大樋町4-7 TEL.076-252-1480 営業時間／9:00～19:00（土日は～18:00） 定休日／第1・3日曜、祝日 駐車場／5台



高木さんも愛用する「新光堂」の純銅湯沸かし。使い込むほど美しい飴色へと変化する。18,700円～。



マスコットキャラクターのおつかりさまと、おつかりちゃん

大浴場の半分は浅瀬になっているので小さな子供でも安心。晴れた日には夕日が見れるかも？定食が充実した食事処の一番人気はスプーンで食べる海鮮丼。近江町市場で仕入れた新鮮な海の幸がたっぷり。880円。



白山市

マツウカイヒンオンセン

松任海浜温泉 おつかりさま

沈む夕日美しい
人気の立ち寄り湯。

日本海が一望できる天然温泉。泉質は肌に優しい弱アルカリ性。周辺の海浜公園の総称から「CCZ温泉」とも呼び親しまれている。自慢は全面ガラス張りの大浴場と潮風がそよぐ露天岩風呂。150インチのスクリーンを完備したリラックスマーも贅沢な気分させてくれる。早朝5時から利用できるのもポイント。

白山市徳光2665-1 TEL.076-274-5520 営業時間／5:00～22:30（月曜は10:00～）※最終受付は22:00 定休日／第3木曜日 入浴料／大人480円、子供150円、幼児100円 駐車場／250台



さっぱりながら食べ応え十分。ミカサの赤いトマトラーメン。1,408円。

炭酸泉の湯温は炭酸ガスが最も体内に取り込みやすい37～39度に設定。

進撃の兵長も大満足



進撃の巨人とのコラボメニューは、ハンバーグやオムライスなどの洋食が中心。風呂上りにぴったりなソーダフロートも提供する。また、風呂以外では整体や足つぼ、あかすりのほか、理容室も併設している。

野々市市

ゴクラク

極楽湯 金沢野々市店

人気マンガとの
コラボイベント開催中。

日本一の店舗数を誇る、全国規模のスーパー銭湯。血行促進や免疫力アップに期待できる高濃度の炭酸風呂をはじめ、露天檜風呂や純米酒風呂など様々な種類の風呂を用意。遠赤外線身体部の深部から温めるタワーサウナも完備する。現在、大人気マンガ「進撃の巨人」のイベントも開催中。コラボグッズや限定メニューなどを販売している。

野々市市若宮町18-1 TEL.076-294-2641 営業時間／9:00～翌2:00（日祝は7:00～）※最終受付翌1:20 定休日／無休 入浴料／大人700円、子供290円、3歳以下無料（土日祝は大人800円、子供340円） 駐車場／220台



チムジルバン（写真上）は、マイナスイオンやミネラルを豊富に含んだ薬石によって、疲労回復やデトックス効果が得られる岩盤浴。別途520円。

津幡町

ショウラクノ

祥楽の湯

韓流スタイルの岩盤浴で
身体をリフレッシュ。

場所はアルブラザ津幡の敷地内。わずか5分の入浴で血流量が4倍になるという炭酸泉を中心に、バラエティ豊かな風呂が楽しめる。北投石のスチームサウナやチムジルバンと呼ばれる岩盤浴など、一風変わった施設が多く、地元サウナーからの評価も高い。こちらも同じく「進撃の巨人」イベントを開催中。

河北郡津幡町北中条1-7 TEL.076-289-0261 営業時間／10:00～翌1:00（土日祝は7:00～） 定休日／無休 入浴料／大人680円、子供280円、幼児100円 駐車場／1,350台（共用）



Spring Topic

04

身近な贅沢、スーパー銭湯に行こう。

お風呂やサウナだけでなく、食事やリラクゼーションなども楽しめる庶民のオアシス。ストレスフルな現代社会を生き抜くには、スーパー銭湯の力が必要なかもしれない。

サ

ウナと風呂でひたすら汗を流し、ごろんと寝転びマンガを読んで、ビールとつまみでやる。半日入り浸って千円ちょっと。これほど安上がりで健康的な贅沢があるだろうか。もはや銭湯界のテーマパーク。観覧車やジェットコースターはないけれど、こちには岩盤浴やマッサージがある。グルメだつてそんなに。その居酒屋を凌ぐレベルだ。コスパ最強で健康にもなる大人のオアシス。石川県が誇るスーパー銭湯4店の魅力を、とくところあんあれ！

森林浴と同等の効果があることで知られる檜風呂（写真上）は、出たり入ったりの反復浴がおすすめ。信楽焼の壺浴槽に金沢の老舗酒蔵「福光屋」の純米酒を投入した風呂（下）も人気。保温効果や美肌効果に優れているそう。



06 気分がアがる文具をくださいな。

仕事や学校の環境は変わらなくても、新しくするだけでちょっとした気分転換になる文房具。
みんな大好き『エビス文具店』で、新生活にぴったりの春の文具を教えてもらった。



1 古墳の豆知識が学べる『エビス文具店』オリジナルのクリアファイル。216円。2 食パンのパッケージにそっくりなメモ帳。レトロな雰囲気がい。古川紙工の紙製パン308円。3 木素材にレーザー加工で施された猫たちが愛らしい御朱印帳。神社仏閣巡りのお供に。3,080円。4 あの懐かしのフエキくんが液状のりとして登場。248円。5 東京都国立にある「つくし文具店」のオリジナルペンケース。リネン100%で機能性もパッチリ。3,740円。6 筆記しやすいように設計されたドイツの文具メーカー「KAWEKO」の万年筆。ペン先の細さも日本人好み。2,200円。7 左側のみ糊付けされていて、開きたいページがすぐに開くリングメモ。352円。

子供 供の頃からの文房具愛をそのままに、12年前に『エビス文具店』を開業した熊谷つつみさん。セレクトの基準は「使っていて、楽しいもの」。その言葉通り、店に並ぶのはデザインや仕掛けに遊び心のある文具ばかりだ。「最近では時代の流れもあって、サステイナブル（持続可能）をうたった商品が増えていきます。インクがなくなれば替え芯を、ノートやメモ類は最後まで使う。気に入ったものを使い切ることが大切だと思います」と熊谷さん。使ったこそ、生きるのが文房具の魅力。自分の気分をアゲるには、文具たちへの思いやりも忘れてはいけません。

もうすぐ
春ですね～店主の
熊谷つつみさん

中能登町

エビス文具店

墳活女子に人気の古墳グッズにも注目！

猫のイラストが描かれた青い看板が目印の小さなお店。レターセットやメモ帳などの紙製品を中心に、2,000点以上にもおよぶ国内外の文房具をセレクトする。中能登町の古墳をモチーフにしたオリジナルグッズも販売中。
鹿島郡中能登町井田力部57-1 TEL.0767-76-0046 営業時間/12:00～18:00 定休日/木曜日 駐車場/4台

③ 果実の優しい甘みが食材を引き立てる。砂糖の代わりに。stooockのローカルジャム 453円～。④ 釜の中で結晶化した貴重な塩。粗めで溶けにくく化粧塩にも最適。珠洲の結晶塩 702円。⑤ 静置発酵法でゆっくりと発酵させたまろやかな味わい。ラコルト能登島の純米酢 810円。⑥ 花特有の甘みがクセになる丸大豆醤油。直源醤油のまろみの雫 醤油こうじ 518円。⑦ ラー油から手づくりのおかずみそ。炒めものなどに。谷川醸造のおかずみそ とうらがらし 497円。



05 石川の調味料が気になってしょうがない。

毎日使うものだからこそ真剣に考えたい調味料のこと。

新生活が始まる春に向けて、保存食専門店『stooock』で気になる調味料をピックアップしてみました。

健

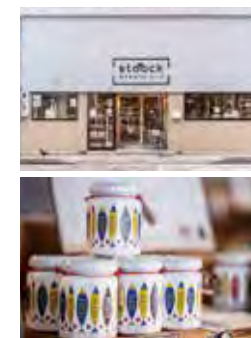
康的で豊かな食生活を目指すのなら「調味料を見直すことから始めると良い」という話を聞いたことがある。調味料は毎日使うものであり、食材よりもコストがかかりにくいからだ。訪れたのは金沢市尾張町にある『stooock』。ていねいに作って、ていねいに食べる。昔ながらの日本の食文化を再提案する保存食専門店である。店内には保存食の一部として、石川県の調味料も並んでいる。「家庭の味を形成するのは料理のさしすせそ。これさえあれば大半の料理を作ることができます」と話すのは、料理人としての顔も持つ店主の上宮大輔さん。料理のさしすせそとは、砂糖、塩、酢、醤油、味噌の5つの調味料のこと。和食の味付けをするときは、この順番に入れると美味しく仕上がるそう。そんな上宮さんがセレクトする調味料は、地元生産者が想いを込めて作ったものばかり。「どんなものを使うかも大事だけど、どう使うかの方がもっと大事」という上宮さんの言葉を胸に、ていねいな食生活への第一歩を踏み出したい。

金沢市

ストック
stooock

北陸生まれの保存食専門店。

看板商品「金沢のピクルス」のほか、手作りジャムやジンジャーシロップ、調味料、シャルキュトリなど、北陸で作られた保存食がずらり。パッケージがおしゃれなアイテムやギフトセットも多く、おみやげ探しにもおすすめ。
金沢市尾張町2-8-26 TEL.076-255-1283
営業時間/10:00～18:00 定休日/不定休
駐車場/近隣にコインパーキングあり





濃厚な甘辛
ソースをたっぷり
かけたカツ
が絶品！能登
豚のソースかつ
丼 850円。



繊維業が盛んな町な
らではのグッズも充
実。とくにマスクは種
類が豊富でお土産に
も人気。



かほく市特産さつま
いも「かほくり」の
サブレ。栗のような
甘さが口の中に広がる。648円。

3

道の駅 高松

のと里山海道高松SA内にある道の駅。レストハウスから日本海を一望できる里海館と、地元の名産品が豊富な里山館のふたつで構成。無料のドッグランや足湯なども併設する。かほく市特産品ブランドを集めた特設コーナーも設置され、旬のスイーツや布雑貨など様々なお土産が並んでいる。

かほく市ニツ屋フ16-3 TEL.076-281-2221 営業時間/9:00~18:00 定休日/無休 駐車場/里山館(上り)108台、里海館(下り)98台



三観音めぐりの中継地としても知られている。のと里山海道ドライブのさいに立ち寄りたいのが『道の駅 高松』。能登の玄関口に位置するだけあって、お土産はバラエティ豊か。どこも金沢市内から車で30分ほどの場所でありながら、海や山などの自然がもりだくさん。それでは出発！

ナビゲーター

北陸電力キャラクター

りくこ

なんでも知りたいお年頃の子。照れ屋だけど目立ちたがり。

りくこと
行く

道の駅

地元ならではの自然と食を楽しみ、歴史を学ぶ。

ゲ

ルメやお土産、美しい景色など、地元の魅力が集約した道の駅。今回は、金沢市近郊の3駅を訪れた。まずは恋人の聖地と称される『内灘サンセットパーク』。幸せの鐘や恋みくじハウスなどの名所が点在する人気スポットだ。お次は『倶利伽羅 源平の郷』。県内でも有数の歴史的名所であり、三十



UCHINADA
TSUBATA
KAHOKU

めぐり

街中では手に入らない特別な時間を。

河北潟の新鮮な牛乳で作られた、ここでしか食べられないアイスクリーム。濃厚な味わい。



1

道の駅 内灘サンセットパーク

日本海と河北潟にはさまれた高台に位置する道の駅。白山から立山連峰まで一望できる絶好のロケーションが自慢。日没後はサンセットブリッジ内灘のライトアップを間近で見ることができ、デートスポットとしても人気を集めている。内灘町の名産品であるミルクを使用したグルメにも注目！

河北郡内灘町大学1-4-1 TEL.076-254-6133 営業時間/10:00~15:00(自粛営業中) 定休日/無休 駐車場/43台



内灘砂丘で育てられたピーナッツがたっぷり入った餅。ほんのり甘くて香ばしいクセになる味。130円。



カレーの名店「はづ貴」のレトルト。たくさんの野菜をじっくり煮込んだこだわりの逸品。600円。

2

道の駅 倶利伽羅 源平の郷

富山との県境にある道の駅。古くは北国街道の宿場町として栄えた土地の歴史を、パネルや映像で紹介している。併設する倶利伽羅塾内には地物の野菜や山菜などを販売する直売所や食事処、日帰り入浴可能な「源平の湯」などが併設。ツーリングや家族旅行の宿泊地としても利用されている。

河北郡津幡町竹橋西270 TEL.076-288-8668 営業時間/8:00~21:00(レストランは11:30~19:30) 定休日/無休(レストランは月休) 駐車場/62台



クリカラ



倶利伽羅地区に自生する古代小豆「おまん小豆」を使った健康茶。香ばしく飲みやすい。880円。



津幡町にある酒蔵「久世酒造」の冷酒セット。布製の巾着袋はエコバッグにも使える。1,500円。

地元産の山ごぼうの葉を使った倶利伽羅そば。のど越しが良くコシが強いと評判。4食入1,000円。



2021.3.20 OPEN!

季節のお花がお出迎え！

南欧の風が漂う、
海辺のガーデンへ。



カフェ・ショップ・クラフト体験もあります。

フローリィでは、新型コロナウイルス感染予防対策に取り組んでいます。



花のミュージアム
フローリィ

志賀町赤住14字54番地1 TEL.0767-32-8787
◆開館時間=10:00~16:00
◆休館日=月曜(祝日の場合は翌平日)、冬期
<http://www.fleuri.jp/>

入館無料

こたえていく。かなえていく。

北陸電力



人生 これから 「ご縁」

先代より引き継がれた店と味は
二代目へと受け継がれ、
そして三代目へと受け継がれていきます。
金沢おでんの草分けとして
ここには多くのファンが集い、飲み、食べ、
そして語り合う場として親しまれ、愛されてきました。
その常連さんや多くの方に「ご縁」をいただき、守ってきました。
そして今後も「ご縁」を大切にしていきます。
どうか今後とも変わらぬご支援と
ご愛顧を賜ますようお願い申し上げます。

店主 掛上 努



おでん 三幸

本店

金沢市片町1-10-3
電話(076)222-6117
営業時間/17時~23時
(L.O 22時30分)
定休日/日・祝日



新型コロナウイルス感染防止策を実施しています。

※当店はお客様の安全を最優先し、新型コロナウイルス感染防止策として、従業員の手洗い・うがい・マスク着用を徹底しています。

明治期から続く、加賀友禅工房「茜や」
職人の極意に触れ、体験できる
小さな体験ミュージアムです。



AKANEYA



加賀友禅

はここ北陸・金沢の自然を
うまく取り入れ、時には利用し、いわば自然と
二人三脚で手掛けられています。そんな自然との共働作業を「見て」、職人の細やかな技や絵柄や模様の意味を
「聞いて」、そしてその技法や作り手の心を「体験して」、感動を持ち帰ることができる小さなミュージアムです。
模様を染める工程。雅な京友禅とは何かが違う。その答えは加賀友禅ではあえて花鳥風月を隠し味ならぬ“隠し色”
を加え、落ち着いた色あいで仕上げているから。ただ友禅の工程見学だけでは知ることのできない職人の極意
を解説し、その極意をちょっとだけ体得できる“体験メニュー”をご用意しています。職人の極意を体感する旅、
「茜や」にどうぞお気軽にお立ち寄りください。



加賀友禅・加賀染 茜や

石川県金沢市里見町53-1 TEL 076-223-8555

<http://www.akaneya-web.com/archive/>

〈営業日・時間〉土日祝10:00~17:00

体験内容など詳細はホームページをご確認ください。





生産者直営だからこそできる価格にも注目。コールドプレスジュース（レギュラーサイズ）各550円

コールドプレスジュースの作り方



一杯のジュースにはこれだけ入ってます！

「ケールりんご」一杯分の材料。りんごはなんとまるまる2個分入っている。



水分はすべて野菜と果物から。

加水は一切なし。ジュースの水分はすべて材料をすりつぶした時に出てくるもの。



● 野々市市 菜じゅー くらたや

野々市市新庄5-9 KANADE VIII
TEL.076-220-7520 営業時間／
10:00～17:00 定休日／毎月1日・
月曜・第3・5日曜日 駐車場／3台

必要な栄養を補いながら余分な毒素を排出！
健康志向の人たちの間で、ダイエットや健康維持のために「ファステイング（断食）」を行う人が急増中。最近では一定の期間固形物を摂らず、野菜や果物の水分だけですが「消化器官を休ませる」「ジュースクレンズ」の方法が注目を集めている。野菜と果物を低速

回転のジュースサーですりつぶした「コールドプレスジュース」は、壊れやすいビタミンや酵素がしっかりと残っているため、消化器官にも優しく、効率的に栄養や酵素を摂取することが可能。老廃物を排出しやすくなる春こそ、知らず知らずのうちに過食になりがちな現代人の胃腸を休ませて、本来持っている内臓機能を取り戻すチャンス。

美肌



ケールりんご

ルテインが豊富なので、細胞の酸化を抑制するほかに、目を守る効果も。

疲労回復



はっさく100%

クエン酸やビタミンCが豊富。血中脂肪を分解し、血液がサラサラに！

免疫カアップ



キャベ人参りんご

お店のコールドプレスジュースで一番の野菜量。生活習慣病予防に。

❑ 目的別ジュースの選び方
いろんな野菜や果物の組み合わせから、好みの味を見つけてみよう。

ジュースクレンズってなんですか？

普段の食事の代わりに、新鮮な野菜や果物で作った「コールドプレスジュース」に置き換え、身体に必要な栄養素を補いながら消化器官を休ませるプログラムです。

ちょっと教えて！

STEP. 2

ジュースクレンズでヤセ体質に！

野菜や果物の栄養素をたっぷり摂って、身体の中にため込んだ余分なものをスッキリ排出！

教えてくれたのは /
倉田美紀さん
自社「くらた農産」の野菜を使ったジュースやスムージーを販売する『菜じゅー くらたや』店主。



重たくな、バと身体をスッキリ浄化。 毒出し！デトックス大作戦。

春はデトックスのチャンス！冬に溜まりがちな老廃物を排出すれば、身も心もスッキリ！

STEP. 1

身体に優しい薬膳の世界を知りたい。

なんとなく身体が重だるくてやる気がでない…そんなときは食事を見直すのが吉。



各部署の横には、ギャラリーオーナー細川理衣さんの作品が描かれている。



薬膳ってなんですか？

中国伝統の医学に基づいて作られた食事のことで、季節や食べる人の体調に合わせて食材を組み合わせたのが特徴。健康維持や免疫力アップが期待できますよ！

ちょっと教えて！

旬の食材を楽しむように気軽に取り入れてみて。
なんとなく難しいようなイメージの薬膳料理が素敵な店内で気軽に楽しめる注目を集める『薬膳カフェ紫燕（しえん）』。冬は栄養素などを溜め込む季節なので、春は余分なものを出すことを意識すると身体が元気になるんですよ」と店主の西原さん。特におすすめなのは、デトックス効果が期待できる「苦味」と、肝機能を高めてくれる「酸味」のある食材。月替りで食材が変わる「紫燕御膳（2300円・税別）」は、冬疲れした身体を元気にしてくれる厳選の食材で構成。見た目も美しく、デトックスが上がる！

❑ デトックス効果のある食材は？



● 金沢市 やくぜん カフェ しえん 薬膳 Café 紫燕

金沢市新豊町3-52 おはなしのつづき2F TEL.090-2831-4312
営業時間／11:30～15:00 定休日／土日、水曜月一不定休 駐車場／近隣にコインパーキングあり



菊の花

殺菌・解毒効果が高いため生ものにも添えられる。



クレソン

高いデトックス効果。身体が冷えるので食べすぎ注意。



たけのこ

体内の余分な水分やむくみの原因を排出する食材。



菜の花

肝機能を高め、腸内の老廃物を排出してくれる。



西原美帆さん

『薬膳 Café 紫燕』店主。独学で薬膳を学び「中医薬膳師」の資格を取得。薬膳教室も開講中。

番外編

やるならいつ？今でしょ！

美容のプロに聞く春美容

季節の変わり目を制する者がキレイを制す！
春だからこそやるべき美容法はコレなんです。

プロの
アドバイス！
春に
やるべき
美容方は？

テラピ・エスティックサロン
藤江店



半袖の季節はもう目前。
脱毛は今が駆け込み！

毛周期に関係なく脱毛ができるので、夏までの脱毛もまだ間に合います。痛みが少なく肌に優しい脱毛法ですが、脱毛力は「凄抜け」！脱毛と同時にシミ、くすみのケアやリフトアップ効果も期待できる優れものなんです。

What is ライエンズ2



両ワキは1,485円。顔全体は4,455円。全身（顔VIO付き）11,550円。メンズ髭全体は4,950円。男性全身（顔VIO付き）13,860円。初回価格。

フェイシャル、ボディ、脱毛など幅広いメニューを用意するサロン。コースや商品の勧誘もなく、都度払いができ安心。メンズエステにも対応。

金沢市藤江北4-237 TEL. 076-254-5115 営業時間／9:30～17:30 ※時間外予約相談可 定休日／不定休 駐車場／8台

顔のクリニック 金沢



肌トラブルに大切なのは「こすらない」ケアです。

スキンケアの基本はこすらないこと。洗顔も保湿も、赤ちゃんの肌に触るようになさしくがポイント。肌に浸透させたいからと肌をゴシゴシ擦るのは逆効果。気に入った化粧品で構いませんので、やさしいケアを毎日続けてみてください。

What is インテンシブスキンケアゲル



ビタミンAなど5種類の美容成分を配合し、洗顔後はこれ1本で完了。MALIBU インテンシブスキンケアゲル（77ml）10,780円

顔の治療を専門に行う美容外科クリニック。落ち着いたエレガントな院内で、バランスを考慮した自然な美容外科治療が受けられる。

金沢市数月5-150 MBPビル 2F TEL.076-239-0039 営業時間／10:00～12:30、13:30～18:00 休診日／木、日曜、祝日ほか 駐車場／20台

リアルステイト 金沢店



どんな“痩せたい”にも確実に応えます！

効果的なマシンとプロの濃厚ハンドトリートメントにより、着実に結果に繋げる痩身メソッドが自慢です。部分痩せ、全身痩せ、体質改善、セルライトケアなど、お客様の悩みに沿ったコースをご提案させていただきます。

What is 脂肪徹底コース



高性能マシンで脂肪を分解し、高いハンド技術で老廃物を排出。「一回で効果が出た」の口コミ多数！1回体験3,500円 or 3回体験9,500円

金沢駅から車で10分の通いやすい隠れ家サロン。管理栄養士が在籍しているので、身体の内と外から美のアドバイスがもらえる。

金沢市諸江町上丁585-2 インターステイトビル1F 営業時間／11:00～20:00 定休日／月曜、第1・3日曜日 駐車場／9台



体験したのは… / 編集S 職業柄デスクワークが多く運動ゼロ。いつからか汗をまったくかかなくなってきたのが悩み。

STEP. 3

究極のデトックス「酵素浴」を体験。

自然界に生息する微生物による発酵熱によって身体を温める注目の温浴法。ふかふかのヒノキの粉に包まれてリラックス。

ここがスゴイ！

1. 10分でサウナ60分の汗！
2. 肩こりや疲労の回復に
3. 美容効果も期待できる！

オーナーに酵素浴の効果や入り方をレクチャーしてもらいながら水分補給。美容目的の女性客はもちろん、最近ではサウナより汗をかくと男性客も増えているそう。

オーナーの中山さんがお出迎え。

石川県ではまだ数少なく珍しい酵素浴ができるお店に早速来店。

ドキドキ…

発酵熱でポカポカのひのきパウダーに埋められていく…

酵素浴はこんな感じ！薬草とひのきの香りがほんのりたよう。

汗をかくから下着は取ろう。

酵素着とタオルはお店が用意してくれる。

酵素浴が初めての人は問診票を記入しよう。

汗がきりきり！

クリームを塗ったみたいに全身の肌がツルツルになりました！

クールダウンしながらオーナー手作りの梅酢ジュースをいただきます。

終わったらシャワー室で体を流そう。

ひのきパウダーのアイマスクをオン。

あったかい～

熱めが好きな人は発酵熱の冷めない午前中が◎。



●小松市
こかの木の香
小松市矢崎ナ234-2 TEL.0761-46-6880 営業時間／平日10:00～16:00（最終受付15:00）、土日祝10:00～18:00（最終受付17:00）定休日／木曜、金曜 駐車場／3台

大量の汗でスッキリ！
酵素パワーで免疫力UP。

昔から「冷えは万病の元」というように、身体の冷えは血行不良を引き起こし、あらゆる不調の原因に。身体を温める方法のひとつとして近年注目されるのが、天然の微生物が発酵する際に出す熱を利用した「酵素浴」。『木の香』は、ひのきパウダーと数百種類の薬草から抽出した酵素を混ぜた酵素浴ができるお店。入って数分経つと汗が浮かびはじめ、一度汗をかき始めると止まらない。じつくり30分入酵して、シャワーや身支度込みで、ゆったりおひとり様2時間を確保。天気の良い日は白山と木場湯が一望でき、気持ち癒される。料金は酵素着レンタル込みで初回2300円とリーズナブル！

時代はこの家を待っていた。

防災性能が高い、
再生可能エネルギー自給率100%、
正圧の空気環境で健康な暮らし



非常時でも、停電しない。

Smart House 2030

エアコン1台で全室夏涼しく冬あったかな健康住環境

空気がキレイ

花粉やカビやPM2.5ウィルスを
侵入させない
正圧を維持する換気システム



停電時も安心

電気を100%自給自足
万一の停電時でも
5秒後には電気が復活



地震に強い

繰り返し発生する余震にも対応、
高性能制振ダンパー
「evoltz(エヴォルツ)」を採用



停電しない、家中温度差のない快適な暮らしを
ぜひ、実際にご覧ください!!

野々市市郷スマートハウス2030モデルハウス

随時 **ご体感予約承り中!**

1時間に1家族様限定 安心の完全予約制

新型コロナウイルス感染拡大防止対策を実施しています。安心してお越しください。



詳細・
ご予約は
こちらから



Sakura Style
株式会社さくら
10:00~18:00
水曜定休

金沢ギャラリー
TEL 0120-71-0505
金沢市二丁目二番五号

野々市市郷ギャラリー
TEL 0120-930-872
野々市市三軒2丁目145

かほくギャラリー
TEL 076-213-5205
かほく市七丁目20-4

株式会社さくら 検索
www.sakura-inc.net



一般建設業許可/国土交通大臣(特-2)第24292号/一般建築士事務所登録/石川県知事第12697号/宅地建物取引業者許可/国土交通大臣(3)第7489号/住宅金融公庫指定業務建築士事務所/公庫登録第10170380号/高耐久性能保証制度登録店 登録番号/第10009270号

的場絢香の

マトナビ

TV・YouTubeで活躍中の
的場ちゃんが地元・石川の魅力を発掘!



マトバ アヤカ
的場絢香

金沢出身。石川テレビ
「石川さん情報Liveリフ
レッシュ」、金沢ケーブル
などに出演中。

今月のテーマ

シズル感

チャオー! 的場絢香です。

皆さんが写真や動画などで食べ物を見たとき、美味しそうだなあ
と感じるものってどんな映像ですか? わたしがYouTubeチャンネル
『マトナビ』でグルメ動画をupするときに大切にしているのが「シズ
ル感」です。

シズル (sizzle) とは、もともとは料理の際に食材を熱々の油で
焼いたり揚げたり、また熱した鉄板に水を落としたりしたときの、
ジュージュと音を立てる様子を表す英語 (だそうです。検索しまし
た)。例えば、冷えたビールジョッキの水滴、ラーメンのツヤやス
スル音、ぷっくりした卵黄が割れたときのとろ〜とした映像。ああ、
想像したら思わずヨダレが…。これらが「シズル感」です。

グルメ取材では、どうやって撮ったらシズル感が出るかな? という



ことを考えながら撮影しています。自分で撮影して食べていても、
編集しているとその映像を見てお腹が鳴ってしまいます(笑)。

これから『マトナビ』では、視聴者さんが映像を見て、ぐう〜っ
とお腹が鳴ってしまう、思わず口が開いてしまうような「シズル感」
のある動画をupしていきますので、ぜひチェックしてくださいね!

Youtube



『的場絢香のマトナビ』

2020年夏に開設したYouTubeチャンネル。金沢
を中心に、的場絢香が地元石川県のグルメやス
ポーツ情報などを自身で撮影編集して発信中。



風味
紙ふうせん



新食感の和菓子です。
はじめて出会った食感です。
さくさくしっとり。
最中の皮の中には
まるで宝石のように
きらきらお砂糖をまとったゼリーが
お茶の時間に、
お食事の後の軽いデザートに。

紙ふうせん
9個入 ¥648
16個入 ¥1,296
28個入 ¥1,944
(日持ち25日間)

味ひと筋に歩む和菓子処

菓匠 高木屋

[本店] 〒920-0964 金沢市本多町1-3-9
TEL 076-231-2201(代)・FAX 076-231-2241

本店・JR金沢駅(金沢百番街「あん」と)
香林坊大和(地階・味の銘店街)・石川県観光物産館

https://takagiya.base.ec

菓匠 高木屋

検索



日本海を見渡す
美しい自然の中に
戦略性に満ちたコースが
ゴルファーの果敢な
挑戦を待っています



ウィークデイ WEEKDAY
サービス 好評! SERVICE

シニア・レディースデー
●60歳以上・女性の方昼食サービス

キャディフィ割引デー
●キャディフィが3,850円→2,750円

ペアサービスデー
●2サムプレー(セルフ)追加料金なし
●昼食時ドリンクバーサービス

マル得デー
●昼食+ドリンクバーサービス

メンバー&ヤングデー
●メンバー並びに18~29歳の方
昼食サービス

プレイ料金(ビジター) [平 日] キャディ付き 13,260円 セルフ 9,410円
利用税・基金・消費税は含まれています。[土日祝] キャディ付き 17,660円 セルフ 13,810円



能登島ゴルフ&カントリークラブ

予約
専用

TEL0767-85-2311
FAX0767-85-2318

〒926-0293 石川県七尾市能登島半浦町7号1番地 <http://www.notojima-golf.jp>

『おいしい金沢』の きょう何食べる?

人気インスタグラマーが
石川グルメを語り尽くす!

今月のテーマ

おうちグルメの楽しみ方

こんにちは! 昨今、おいしいグルメを家でも楽しみたいという方も多いと思いますが、今回はそんな方たちのお役に立てるような「安心して楽しめるお家グルメ情報」をお教えしたいと思います♪

①**テイクアウト** 今、多くの飲食店がテイクアウトの商品を販売しており、家でも専門店のグルメが楽しめます。電話やネットから注文し、店に取りに行くだけなので滞在時間はわずか数分。お店の見つけ方はInstagramの「#金沢テイクアウトグルメ」のタグが便利です。

②**宅配サービス** UberEatsなどのデリバリーサービスは今大人気! スマホ一つで注文でき、玄関まで届けてくれる手軽さがウケてます。友達や家族同士で紹介し合い、紹介コードの割引を受けるのがオトク!

③**専門店の冷凍食品** 飲食店では日持ちがする冷凍食品の開発も行われています。その中でも、『nikuo CIRCUS』のような評判の飲食店



の味を集めた冷食専門の店が今人気。家で温めるだけ、揚げるだけといったようなお手軽に楽しめる「次世代のお総菜屋」は要チェック!

④**デパ地下のデリ** 山盛りに並んだおかずは期待を裏切らない美味しさで、あれこれ目移りしながら選ぶのはワクワクしちゃいますよね。ついつい買い過ぎちゃっても「まあいいか!」と楽しむのが◎

いかがでしたでしょうか? お店も色々な楽しみ方を提供してくれていますので、これまでの楽しみ方に加えることできっと今までになかった「おいしい!」に出会うことができますよ。機会があればぜひお試しください!

Instagram



おいしい金沢

金沢を中心にグルメやお出かけ情報をInstagramにて日々投稿する、フォロワー数が5万人を突破した北陸最大のグルメアカウント。ID: @oic_kanazawa

安心☆空間



café ☆
NANEA
Three decorative flower icons below the name.

☆イベント・講座・展示 各種募集☆

開放感と通気性のある広い店内です。ランチタイムやティータイムにも、安心してご利用ください。

●お問合せ

090-2834-9363

cafe☆NANEA
カフェ☆ナネア

野々市市横宮130-1
オールウェイビル2F
●営業時間 / 10時~17時
●定休日 / 金・日・祝



餃子の王将
野々市店 ●

ゴールドジム
ヴィテンののいち



日産プリンス
金沢野々市店 ●

●福井銀行
野々市支店

●焼肉がえて

好評販売中！

ひもを引くだけで
温かいお弁当が食べられます!!



ヤケドにご注意!!

※温める場合は
必ず説明書を
ご覧ください。

始めました!!

国産うなぎ 弁当

金澤どぜう
きふじんの
味をそのままに

国産うなぎ弁当
2,400円(税込)

国産うなぎと
県産どじょうの弁当
2,160円(税込)

国産うなぎ弁当(上)
2,900円(税込)

ご注文はこちらから

株式会社 食材倶楽部

金沢市打木町東1458番地

TEL.076-240-9755 E-mail t-taka@kfrozen.jp ※価格はお問い合わせください。

FAX.076-240-9480 ※5個以上ご注文頂いた場合は配達致します。(金沢市内に限ります)

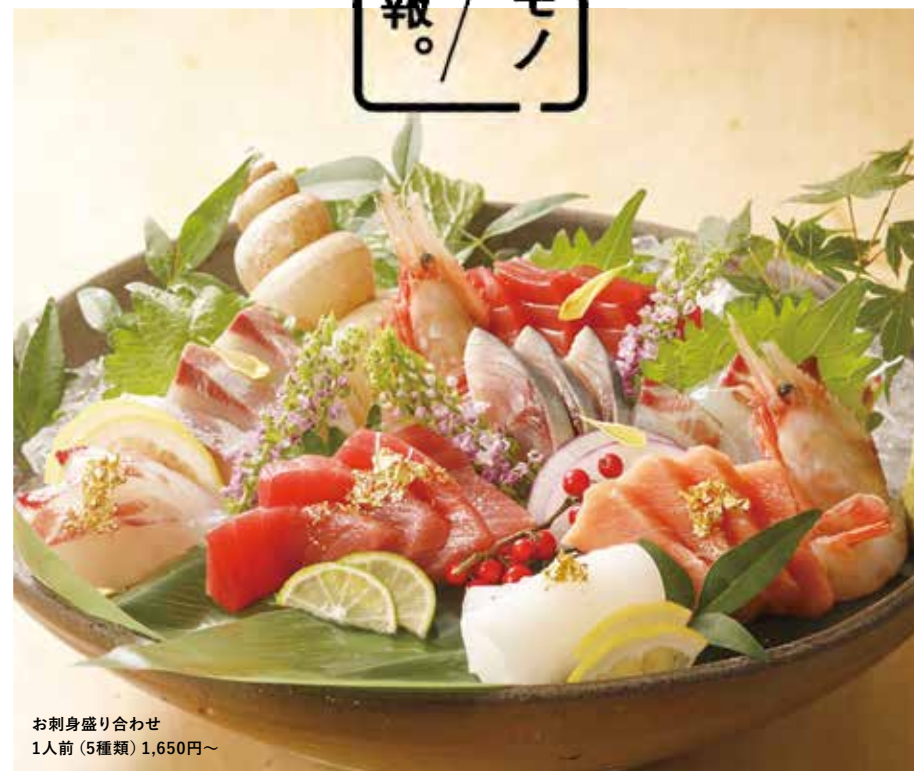
ご注文は
3日前までに
お願いします

ご注文は
こちらから



今すぐ食べたい

旬モノ
速報。



お刺身盛り合わせ
1人前(5種類) 1,650円~

朝採れの新鮮な海の幸がいただける盛り合わせ。

旬の食材を目の前に
つついとお酒が進む。

日本海の新鮮な魚をいただきたいなら『座吟』に来れば間違いなし。お店で提供される海の幸は、店長自ら毎朝金沢港に出向き、新鮮な朝採れの鮮魚を目利きして仕入れているというこだわりぶり。食材は季節によって旬のものが入れ替わり、四季折々の日本海の美味しさが存分に味わえるのが魅力。店長によると、これからの季節のおすすめは、のどぐろ・ほたるイカ・白エビなのだそう。旬のお魚を一度に味わいたいなら、まずは「お刺身の盛り合わせ」をオーダー。1人前で5種類、2人前で7〜8種類の旬の味が楽しめる。洗練された和空間で、旬の海の幸と向き合う極上のひとときを。



活きな魚 地酒 座吟

金沢市堀川新町2-48 サンファーストビル2F TEL.076-222-5556 営業時間/17:00~24:00(L.O.23:00) 定休日/不定休 席数/100席 個室/掘りごたつ個室あり(8室/4名~50名) 駐車場/近隣にコインパーキングあり

1.金沢駅すぐの好アクセスも魅力。和の趣向が凝らされた店内で、旬をふんだんに盛り込んだ美味の数々を、お好みのお酒と共にじっくりと堪能できる。2.兼六園をイメージした灯籠を楽しめる箱庭付きのVIP個室は、最大8名まで利用可能。国産の一枚板を使用した特注品のテーブルが素敵。特別な一席に利用したい。

「歴史・文化」散策の拠点

CLUB RESORT

金澤

倶楽部リゾート
別荘金澤
小將町
KANAZAWA KOSHOMACHI

2021.5/1sat

長期共同利用によるオーナー制別荘

GRAND
OPEN

「倶楽部リゾート・スイート和倉」に続き、
2つ目の別荘が金沢に誕生します。

伝統工芸をはじめとする藩政時代からの文化を受け継ぎながら、現代の息吹を感じるアートやクラフトも寛容に受け入れる。いつの時代にあっても、心の豊かさを大切にする金沢人の感性を二つの空間で表現しました。

資料請求受付中



[倶楽部リゾート・別荘金澤小將町]石川県金沢市小將町5番16号

〔お問い合わせ〕



ニューハウス地所

宅地建物取引業 石川県知事免許(2)第4012号
(公社)石川県宅地建物取引業協会会員 北陸不動産公正取引協議会加盟

石川県金沢市西泉1丁目66番地1 スプリングポイント6F

Tel/076-244-9877

受付時間/9:00~17:00(土日祝除く) www.newhouse-jisho.co.jp



地元の魅力再発見！

ぶらりいしかわ

vol.3

発行	北國新聞社
発行日	2021年3月26日
配布場所	石川県内ローソン、アルプラザ金沢、アルプラザ加賀、アルプラザ小松、アルプラザ津幡、アルプラザフーズマーケット大河端、アビタ金沢、アビタ松任、アビタタウン金沢ベイ
問い合わせ	営業局 TEL.076-260-3571(平日10時~18時)

※価格を含む掲載内容は2021年3月現在のものです。

＼ SNSもフォローしてね！ ／

Instagram



編集部の注目
スポットを随時更新！
@burari_ishikawa

Twitter



最新情報から
制作裏話まで。
@burari_ishikawa

2022年
ご入学

ランドセル選び スタート!

工房からデザインモデルまで
店頭500アイテム以上の品揃え

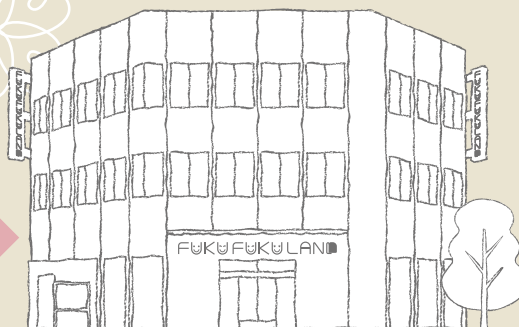
ランドセルコンシェルジュが
ランドセル選びを丁寧にお手伝いします!!



現店舗営業中

移転OPENまでは
こちらの現店舗へ
お越しください。

25m東
【中町交差点】
角へ



4月10日(土) 移転 **大幅増床** OPEN!!

さらに広い店内で、
安心してランドセルをお選びいただけます。

WEBからご来店予約優先制

ゆったり安心の60分対応

ご予約なしでも混雑具合をみながら順次ご案内

詳細・来店予約はWEBから
www.fukufukuland.com

ふくふくらんど

ご来店と受付〈ランドセル選び〉▶



ふくふくらんど

by フクズミ

白山市中町68 [松任駅すぐ近く]

TEL. 076-275-0087

E-mail: info@fukufukuland.com

営業時間 ● am10:00~pm6:00(時短営業中)

定休日 ● 毎週火曜日

