

あなたのもうひとつのふるさと、  
宇和島市からちょっとだけ自慢したいことを綴ったお手紙です

# UWAJIMAN LETTER



次世代に伝えたい

愛すべき家族の

愛すべき青のり



太陽と宇和海の恵み

## 遊子のじゃがいも

国の重要文化的景観に指定されている遊子水荷浦の段々畑。急斜面に石垣を高く積んだ畑では、極限まで水分をひかえ、甘みがぎゅっと凝縮されたじゃがいもが栽培されています。



## 勇ましく闘う姿は圧巻 闘牛

江戸時代には既に興行として人々を熱狂させていた南予の闘牛。牛同士が技を繰り出し闘う姿は迫力満点。市営闘牛場では、春場所を含む年4回の定期大会を観戦できます。

※2022年は、定期闘牛大会 春場所は開催せず五月場所を開催予定。



*Tarocco*

赤い果肉の濃厚柑橘

## ブラッドオレンジ

宇和島市が生産量日本一を誇るイタリア原産の柑橘。濃厚な香りと、すっきり甘い豊かな味わいが魅力。代表品種のタロッコは3月～5月、モロは2月～3月に食べ頃を迎えます。

# 宇和島 春物語

*Uwajima  
Spring Story*

## ピンクのじゅうたん 芝桜

高知との県境にある山本牧場では、3月下旬頃から芝桜が見頃です。一面に咲き誇るピンクのグラデーションを眺めながら、牧場特製のソフトクリームを食べるのもおすすめです。

## 庭園を彩る花々 南楽園

四国最大規模の日本庭園では1年を通じて美しい景観が楽しめます。特に春は「梅まつり」で知られる梅の銘木・古木に始まり、桜やツツジなどが池を囲むように次々開花します。



# Good Things

宇和島の“青のり”をご紹介します！



偶然の出会いで

はじまった

青のり家族の物語

スリーラインズ株式会社  
代表取締役 山内満子さん

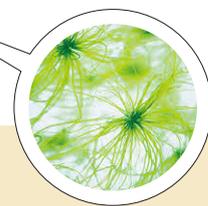
宇和海に突き出た半島にある遊子地区。この地で「きぬ青のり」と名付けられた絹糸のように繊細で、香り豊かな青のりが養殖されているのをご存知ですか？

生産・加工・販売を行うのは山内満子さん一家、通称“青のり家族”の皆さんです。鯛養殖を生業としていた一家は、満子さんが漁協女性部で積んだ経験を糧に、ブランド真鯛の生産や漁業体験、漁家レストランなどの

青のりベビー“プチモ”！



母藻から採取された胞子は、自社の培養室で育成される。青のりの赤ちゃんは、丸い核から芽が出た愛らしい姿をしており、山内さんは“プチモ”という愛称で呼んでいる。



事業を営んできました。

青のりとの偶然の出会いは2016年。アワビ養殖の視察先で、ふわふわと水槽に浮かぶスジアオノリの種苗に、心を奪われたことがきっかけでした。「青のり養殖はこれからの事業ですよ」という研究者の後押しもあり、アワビではなく、青のり養殖を決意。2019年から本格的に生産に乗り出したのです。



宝の海を残したい

次世代に私たちの

UWAJIMAN VOICE



山内さんから皆さんに向けたボイスメッセージはこちら！  
QRコードをクリックして頂くとページに移動します。

## 陸上養殖で次世代に いいものをつなぐ

きぬ青のりの最大の特徴は陸上養殖です。栄養豊富な宇和海から汲み上げた井戸海水と光合成の力で、青のりの種苗を生育します。苗が小さいうちは、“ラボ”と呼ばれる培養室で育て、大きくなると屋外のタンクに移します。天然の青のりが冬場しか収穫できないことに対して、季節差はあれど年間を通じて収穫できるのも強みです。加工・販売も自分たちで行うのは大変ですが、さまざまな場所へ自ら足を運ぶことで、思わぬ出会いや喜びも多いという山内さん。その行動力で「きぬ青のり」は多くの人とつながりはじめています。昨年末には鯛の養殖事業を終了し、青のり養殖一本に注力するという大きな決断もしました。

「一般の養殖はどうしても海に負担がかかりますが、陸上養殖なら海を守ることができます。私たちには子どもたちに美しい海を残す役目があると思うんです」と山内さん。母として、遊子の海を愛する一人として、強い想いを持って新たなステージに立とうとしています。

## ここが“いい”！

### 栄養豊富でアレルギーフリー

ろ過された井戸海水を使った陸上養殖はエビ・カニが混入せず甲殻類アレルギーの人も安心。カルシウム、鉄分、葉酸など栄養成分も豊富で、微粉末タイプなら離乳食にかけて赤ちゃんも食べられる。



養殖場にずらりと並ぶたくさんのタンク。 収穫から加工まで全て手作業。

# おうちで作ろう きぬ青のりレシピ

今回はスリーラインズおすすめのレシピをご紹介します。

香り高く、色鮮やかな「きぬ青のり」が食卓を豊かにしてくれます。

RECIPE

## 01 | ジャーマン青のり

材料/2~3人分

ジャガイモ 中 1.5個/玉ねぎスライス 15g/バター 15g/塩 適量  
胡椒 適量/ガーリックパウダー 適量/きぬ青のり(粉末・微粉末) お好み

作り方

- ① ジャガイモの皮をむき、スライスしてお好みの固さにゆでる。
- ② 玉ねぎをバターでソテーし、①のジャガイモを入れてさらにソテー。
- ③ 塩胡椒、ガーリックパウダーで味をととのえる。
- ④ お皿に盛り付け、仕上げにきぬ青のりをふりかける。



RECIPE

## 02 | きぬ青のりペペロンチーノ

材料/1人分

パスタ 100g/オリーブオイル 大さじ1.5/にんにく 1片分/唐辛子 ひとつまみ  
醤油 小さじ1/ゆで汁 お玉2杯/きぬ青のり(原藻・手もみ・粉末・微粉末) お好み

作り方

- ① パスタをゆでる間に、フライパンにオリーブオイルとにんにくを入れてきつね色になるまで弱火で火を通す。
- ② ①に唐辛子を入れて火を通したら、パスタのゆで汁を入れる。
- ③ ②を混ぜ合わせて乳化したら、湯切りしたパスタを投入する。
- ④ 微粉末か粉末のきぬ青のりをお好みで混ぜる。
- ⑤ お皿に盛り付け、仕上げに原藻・手もみのきぬ青のりをトッピングする。



RECIPE

## 03 | きぬ青のりレアチーズケーキ

材料/15cm丸形

ヨーグルト 800g(1時間水切りしたもの)/砂糖 60g/クリームチーズ 50g  
レモン果汁 30ml/ゼラチン 5g/お湯 大さじ3/きぬ青のり(微粉末)  
市販のクッキー 約60g/バター 100g

作り方

- 〈土台〉溶かしたバターを砕いたクッキーと混ぜて型に敷き詰める。
- ① クリームチーズをよく混ぜる。
  - ② ①にヨーグルトを少しずつ混ぜたら、砂糖を加えて混ぜる。
  - ③ ゼラチン5gをお湯で溶かし、レモン果汁と一緒に②に入れ混ぜる。
  - ④ ③の生地を〈土台〉の型に流し込み、粗熱をとって冷蔵庫で2~3時間冷やし固める。
  - ⑤ 固まった④を型から外し、きぬ青のり微粉末をふりかけ完成。

応用編

③を4:2:4になるように分け、比率2の生地にきぬ青のりを混ぜる。  
土台に4:2(微粉末入り):4の順番で流し込むときれいな色の層が出来上がり!

生地に青のり入りの層をつくと見栄えがアップ!



もっと知りたい宇和島のアレコレ

# 宇和島 アロマ 物語

Vol.6

## Aromahouse Leaf

「自然由来の香りが  
心豊かな暮らしを届けてくれる」

JR宇和島駅のすぐそばにある「Aromahouse Leaf」。入口の扉を開けると、心地よい香りが迎えてくれます。店内にはアンティークの棚に精油\*の瓶が美しく並び、ハーブティーや自然素材の雑貨といったアイテムが揃っています。「好きな香りを楽しみながら、心と体を癒してくれるのがアロマの魅力」と話すのは、主宰の坂本早苗さん。アロマセラピーと出会ったのは20年ほど前。専門知識を学ぶうちに、周りにも魅力を伝えたいと始めたのがこの店です。今年でオープン14年目、建物は母が営んでいた民宿食堂兼実家を改装しました。「アロマセラピーは欧米では長い歴史があり、医学とともに発展してきた自然療法のひとつ。心と体の状態によって精油をブレンドすることで、一人ひとりに合わせたケアができ



主宰  
坂本早苗さん

す」と坂本さん。

その活動の幅は広く、アロママッサージや教室も開いており、宇和島以外から訪れる人も少なくありません。また、市内の産婦人科で産後の方向けにアロママッサージをほぼ毎日行っています。県内外へ出張講座に出向く機会も多く、時にはJR四国の観光列車をイメージしたオリジナル精油を開発したことも。坂本さんの人柄と自然が生み出す香りに、あなたも癒されてみませんか。

### Aromahouse Leaf (アロマハウスリーフ)

〒798-0036 愛媛県宇和島市天神町8-7

TEL/0895-24-1343 営業時間/13:00~17:00

営業日/金曜・土曜(日曜~木曜休・臨時休業あり) ※カフェは休止中

※植物の香り成分を抽出したエッセンス。エッセンシャルオイル。



ナチュラルな雰囲気の良い外観が目印



厳選されたハーブティーやコーヒーは贈り物にもぴったり



たくさんの精油の中から自分にあったものを選んでくれる

# ふるさとわじま 応援事業のご報告

皆さまからいただいたご寄附は、  
ご指定の使い道ごとに基金に積み立て、  
大切に活用させていただいております。  
各分野の活用事例を一部ご紹介します！

Report  
01

産業

## 中小企業者等応援事業補助金

頑張っている中小企業者を応援する制度です。新規創業や人材育成、デザイン企画制作など事業の強化を図るために行う取組に対して補助金を交付しています。



この制度を活用して商標登録をした「あこや真珠ガチャ」

Report  
02

環境

## トイレカーの導入

大規模災害が発生しても、安全で衛生的なトイレを使用できるよう2つの個室トイレを設置した「2室型」、オスメイト対応トイレやおむつ交換台を設置した「多機能型」のトイレカーを導入しました。



Report  
03

その他

## 桜の記念植樹事業

天赦公園、和霊公園、津島やすらぎの里の3箇所で桜の木を植樹しました。毎年美しい花を咲かせ、市民の憩いの場となっています。



Report  
04

やさしさ

## 移動式赤ちゃんの駅

乳幼児や児童を連れた保護者が安心してイベントに参加できるよう、おむつ交換台や授乳用いすなどをそろえた「赤ちゃんの駅」を導入しました。イベント主催者等に無料で貸出しを行っています。



Report  
05

産業

## 優良アコヤガイ作出事業補助金

日本一の生産量を誇る宇和島真珠ですが、より良質な真珠を生み出すアコヤガイの研究を行っています。研究は廃校となった旧宇和島市立小池小学校を活用して行っています。



Report  
06

教育

## 公園遊具の更新

宇和島市では、年に1回公園遊具の定期点検を行っており、修繕できない遊具については更新を行っています。市内にある和霊公園では、令和2年度に最近全国的にも増加している「複合型」の遊具を設置しました。その存在感から公園のシンボルのような存在になっています。





Thank You  
For  
Your Support



1/宇和島市三間町生まれのイチゴ「レッドパール」 2/春の宇和海は鮭やアオリイカなどが旬 3/市内中心部にある宇和島城は桜の名所  
4/桜のモチーフが華やかな和霊神社の朱印帖 5/「耕して天に至る」と称される遊子の段畑  
6/脂ののった春の鯛は「桜鯛」と呼ばれる 7/春に最盛期を迎える真珠養殖の核入れ作業 8/ユニークな木彫りの置物「牛鬼ブーヤレ」

宇和島の日常の豊かさをおすそ分けする

LOVE LETTER

「住みたくなる」、「帰りたいくなる」、そして「連れていきたいくなる」まち

宇和島より愛を込めて

また、お会いしましょう。