

特集

Refresh in soo city

そお市で夏を楽しもう



おでかけで涼む P.5-

暑い時こそ外へ！クーラーの部屋にだけじゃもったいない！夏にしか、曾於市でしかできないこと、満喫しましょう。



シャンプーで涼む P.7-

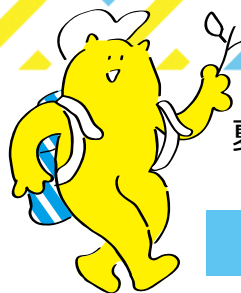
実は、人間の脳はストレスがたまると温度が上がるものらしい。つまり、頭を冷やす＝リフレッシュに！



料理で涼む P.10-

彩鮮やかな夏の旬を食事にとり入れましょう！作って楽しい、食べて美味しい、最高のリフレッシュです！





おでかけで涼む

夏限定！ そうめん流し始まってます。

愛の里

鹿

児島の夏といえば、「そうめん流し」。愛の里のそうめん流し

は、ぐるぐる回るプラスチックの容器でもなく、竹で上から流れてくるのもなく、「一枚岩」の窪みを流れる。

「まだお店ではない頃、親父が仲間や知り合いを呼んで、そうめん流しをやっていたんです。最初は竹でやってたのですが、下の川にある岩を掃除して流してみたら思いのほか良かったそうで、『大きな岩を持ってきた、それを彫ろう』と思いついて、今の形ができたそうです（笑）」と話してくれたのは2代目の福永賢治さん。

その後、お店として始めることになり、一枚岩のそうめん流し台もどんどん増え、今では5台になっている。

6トもある大きな岩の間を流れる水は地下100メートルからくみ上げている。その水は、夏でも冷たく気持ちいい。流れてくるそうめんをとり、自家製のつゆにつけて食べると、まさに「夏」を感じる瞬間だ。

そうめんを食べたら、炭火で楽しむ「焼き鳥」や具沢山で滋味深い「だご汁」



愛の里・岩盤浴福の癒

【住所】 末吉町南之郷 11137

【営業時間】

愛の里 11時～21時

岩盤浴 福の癒 受付 10時～20時

【定休日】 火曜日

【電話番号】 0986-78-1441

を。下にある安楽川から届く爽やかな風のおかげで、火の前であつても涼しさを感じるほど。

「ここは夏でもクーラーは必要ありません。外はもちろん、店内でも風が抜けるので涼しいですよ。うちは岩盤浴もあるので、ぜひデトックスに来ていただきたいですね」

食べてよし、涼んでよし、汗をかきにきてよし。三方よしの愛の里。自分に合ったリフレッシュをしに、この夏足を運んでみては。



投谷八幡宮

昨年、社務所も新しくなり、鮮やかな朱と緑のコントラスト

が美しい投谷八幡宮。一の鳥居から参道を下に降りていくと、「空気が澄む」という言葉がぴったりの涼やかな風を感じる。

「大きな木が多くて、木陰がたくさんあるでしょう。風も抜けるから夏でも涼しいですよ。よく昼休憩なの、車で休みに来る人もいます（笑）」と宮司の柏木勝弘さんが教えてくれた。

境内には、樹齢400年を超えといわれている市内最大級のイチヨウもあり、その力強い緑に癒される。

7月には毎年夏越祭りを行っていて、これは直径2m近くある茅の輪をくぐって、今年前半の厄を払い、これからの後半の無病息災を祈願するというもの。茅の輪は手作業で地域の人と一緒につくっているそう。

「この日は地域の人だけでなく、市外から参加する方もいらっしやいます。楽しみにしている方も多いです」茅の輪は8月20日頃まで境内に飾られ、くぐるができる。

投谷八幡宮 【住所】 大隅町大谷 5536

【電話番号】 099-482-5958（教育委員会 社会教育課）

▼夏越祭（茅の輪くぐり） ※お盆頃まで設置予定
2019年7月27日（土）8時30分スタート



いきいき親水公園



夏の涼スポットといえば、ここ。財部温泉近くにあり、夏休みが始まれば多くの子どもたちがやってくる。遊具と芝生の広場があり、夏休み期間中は人工の滝などもある、じゃぶじゃぶ池が無料で解放されている。

【住所】 財部町下財部 303 【営業時間】 10時～16時

【営業日】 2019年7月15日オープン～9月まで ※9月は土日祝のみ

【定休日】 プールのみ清掃のため毎週木曜

【電話番号】 0986-72-0940（財部支所 産業振興課）



シャンプーで涼む

Hair Salon Azuma



／
アーサロン東は40年以上
の歴史を持っており、現
在は息子で二代目の東幸成さん
も一緒にそれぞれが役割をもつ
てお店に立つ。

「父が常連さんを、私のお客
さんは学生さんも多いです。一
度外に出て、わざわざ帰って
来て切っていつてくれる人も
それに母がエステもやるので女
性のお客さんも多いですね」

そう、このお店では女性向け
のメニューがあり、「お顔剃り・
角質取り・マッサージ」のベー
シックコース、フルコースにな
ると「美白パック・Q10パック」
が追加される。

「夫婦でいらつしやる方もい
ますよ。うちではお顔剃りのと
きに男性も女性もスチームを当
てて肌を柔くしているので、喜
ぶ方も多いですね」

また夏の間は、通常シャン
プーを冷シャンプーに無料で変
更もできる。ぜひお試しあれ。

Hair Salon Azuma

【住所】末吉町二之方 1955-7（曾於市役所本庁近く）

【営業時間】8時～19時 【定休日】毎週月曜日 【電話番号】0986-76-3386

【夏おすすめメニュー】エステメニュー（顔剃り込）ベーシック 2,000 円・フル 3,000 円



Maverick Barbars

財 部の住宅街、ふと目をやるとおしゃれな外観の建物が出てくる。その店を2017

年に始めた愛甲秀樹さん。高校を卒業し、関東の床屋で働き理容師免許を取得したのち、メイクや女性のカットにも興味を持ち、美容師免許も取得。その後26歳のときに都城で美容室を開いた。

「いくつになっても仕事ができる場所にしたいと、ここを作りました。まだ都城の方も開いているので、ここは完全予約制なのですが、近所の方や口コミで来てくださる方がいてありがたいです」

育毛ケアにも力を入れているというこちらのお店。夏におすすめなのが「スカルプスパ頭皮はがしコース」。毛穴をしっかりとクレンジングし、頭皮はがしをすることで血流を促す。

男性はもちろん、女性にもおすすめのこと。汗をかく夏だからこそ、しっかりとした髪のケアが必要そう。



Maverick Barbars

【住所】財部町下財部 1474-7

【営業時間・定休日】完全予約制のためお電話ください 【電話番号】070-7640-7455

【夏おすすめメニュー】スカルプスパ頭皮はがしコース +2,500 円～



シャンプーで涼む

Hair Craft カワハラ



昭

和40年にスタートし、平成26年には今の形でリニューアルオープンした。

「両親は二人とも理容師としてやってきて、今もまだまだ現役。オープン当時から通ってくれているお客さん多いんですよ」と2代目である息子の川原亮一さんが話してくれた。

亮一さんも一緒に店を切り盛りしており、施術はもちろんお店のメニューなどは亮一さんが考えているという。そのひとつが「氷冷シャンプー」。冷シャンプーで洗っている最中に大きめの氷で頭をなでくれるというもの。

「5年前に一年だけやっただんですが、『寒い』という人もいて止めていたんですけど(笑)。外回りの営業の方とかは喜んでくれて、出勤前に立ち寄ってくれることもあったし、今年は復活させました」

スウーとしたシャンプーと冷たい氷の感触。ゴツゴツとした感覚はほぼなく、心地良い。氷の個数に限りがあるため、一日数人のみ夏限定だというのが、ぜひこの新感覚を体験してみたい。

Hair Craft カワハラ 【住所】末吉町南之郷 187-5 【営業時間】8時30分～19時

【定休日】毎週月曜日・第3日曜日 【電話番号】0986-76-0050 ※予約優先制

【夏メニュー】氷冷シャンプー オプションとして+300円・シャンプーのみだと1,300円



夏レシピ

財部町の北俣駅前にある「古今料理北俣」。2017年にオープンして以来、その丁寧な仕事でつくりあげられた和食の数々に魅了され、多くの人が訪れている。ランチはぜひ予約を。旬の食材をつかった料理たちに心躍るはず。今回、その北俣の料理人である杉山さんに夏を乗り切るためのレシピを聞いた。

「今回紹介するトマト酢やゴーヤかつおぶし和え、冷製炊合わせで使っている食材たちは、1回分ではなく多めにつくって冷蔵庫にいられておくと便利です」と、とっておきを教えてくれた。



古今料理 北俣

【住所】財部町北俣 4769-2

【営業時間】11時30分～15時（夜は予約のみ）

【電話番号】0986-72-0710

【定休日】日曜（前日予約のみ受付）・不定休

／ 作っておくとちょっとした副菜に、そうめんや和風サラダになど色んなアレンジに使えます！ ／

トマト酢（トマト中玉ひとつ分）



- ① トマト（中玉）に十文字の浅い切り目を入れ、皮にしわが寄るまで熱湯につけたらすぐに冷水にとり、皮がはじけた部分からむく。
- ② 半分に切って中の種を出したら、細かくみじん切りにする。
- ③ タッパーなど容器に入れ、酢を大さじ2・みりん・薄口しょうゆを少々入れたら完成。冷蔵庫で1週間程度保存可。

ゴーヤかつおぶし和え（1本分）

- ① ゴーヤを薄くスライスし、軽く湯がいて氷水で締める。
- ② しぼって水を切ったら容器にいれ、みりん・塩・薄口醤油を少々。かつおぶし2パックを目安にたっぷり入れる。
- ③ よく混ぜたら完成。冷蔵庫で2～3日保存可。



冷製炊合わせ ～炊いてないけど～

【必要なもの】

揚げだしナス、トマトゼリー、メあじ、おかひじき、ゴーヤかつおぶし和え…お好きな量



- 1 揚げだしナス▶皮をむいて揚げ、火が通ったら水で割った白だしにつけておく。
- 2 トマトゼリー▶トマトピューレとだしを1：2での割合で火にかけ、塩・みりん・薄口しょうゆを少々入れる。あくが出てきたらとって、量に合わせたゼラチンを入れる。容器にいれ、冷やして固まったら好きな量を切る。
- 3 メあじ▶あじの切り身を、皮が下になるようにして皿やバットに置き、塩を振る。その上に砂糖を身が隠れるくらいかけて、しばらく置く。
- 4 表面の砂糖が溶けて水っぽくなってきたら、切り身を取り出し水で洗う。洗った切り身に米酢または穀物酢を片面が浸るくらいかけ、15分ずつ漬ける。
- 5 切ったメあじでゴーヤのかつおぶし和えを巻く。
- 6 それぞれを小鉢に盛り付けて、最後におかひじきを載せたら完成。

彩野菜冷やしうどん（1人前）

うどん（乾麺でも生めんでも）…1人分
めんつゆ……1人分
ズッキーニやナスなど夏野菜…好きな量
たけのこ（煮たもの）…1切れ
天ぷら粉……適量
ゴーヤかつおぶし和え…適量
トマト酢……適量
ひき肉（鶏・豚・牛どれでも）……50 g
ゆず胡椒または一味唐辛子…小さじ1



- 1 夏野菜とたけのこは食べやすい大きさに切って、天ぷらにする。
- 2 ひき肉をフライパンで炒め、火が通ったらざるにあげる。油が切れたら柚子胡椒（一味）を入れてよく混ぜる。
- 3 うどんを少し長めに茹でて、ゆであがったら氷水でしめる。
- 4 器にうどんを盛ったら野菜の天ぷら、トマト酢、ゴーヤかつおぶし和えを順に載せる。
- 5 食べるときにひき肉炒めとめんつゆをかけたら完成。

夏にぴったり！
深蒸し茶どうぞ

水出し煎茶



- 1 10～15 gの茶葉をお茶パックに入れる。
- 2 ウォーターピッチャーやポットなどに1ℓの水とお茶パックを入れて、冷蔵庫で6時間ほど置く。