



！シェフ紹介！

### 無農薬のお米と野菜 自然食ライフを楽しむ 仲間4人の幸せごはん



**chef モアハッピー**  
宮脇宮子さん 小畑良子さん  
西山由美さん 西脇志げ美さん

「無農薬・無添加の自然食はとにかくおいしい。そして安心」と、口を揃えるモアハッピーの皆さん。全員が普段から自然食ライフを実践されています。

ジャガイモを使っているから、特別なことは何もしてないよ」と言い、これが自然の味かと思ひ知る。

しょうゆやダシの素など、調味料は自然食品MOA製。「値が張る分、大切に使いまわす。余ったダシを他の料理に活用したり。工夫するのも楽しいよ」。料理だけでなく生活そのものが丁寧で、季節感があり心豊か。そんな雰囲気が一皿一皿から感じられます。チームを組んで17年。仲良しの秘訣もやはりおいしい食事だそうです。(は)



▲この日のメインは、海鮮と野菜のあんかけ焼きそば  
◀プチデザートは国産小麦粉とオレンジピールを使ったシフォンケーキで、こちらファンが多い

日	月	火	水	木	金	土
<b>7月 menu</b> ランチセット1,000円 ※予約無難 ※ドリンク+200円 ※プチデザート+100円〜 (すべて税込)						
	1	2 with you	3 未芯	4 まるちゃん	5 まるちゃん	6 フジヤ
	定休日	冷やし中華 小鉢色々	季節の おばんざい定食	変わり焼売、揚げ 出し豆腐、他	ハッシュドポー ク、サラダ、他	白身魚のバジル ソースかけ、他
7 未芯	8	9 キッチンごはん	10 まるちゃん	11 未芯	12 フジヤ	13 モアハッピー
季節の おばんざい定食	定休日	カレーうどんと 旬野菜定食	タラの西京焼き、 かき卵汁、他	季節の おばんざい定食	冷やしぶっかけ 天ぷらそば、他	ズッキーニのひき 肉はさみ焼き、他
14 なかぞわ	15 海の日	16	17 なかぞわ	18 おでんちゃん	19 フジヤ	20 キッチンごはん
松花堂風ランチ	未芯 季節の おばんざい定食	定休日	冷しゃぶ 小鉢色々	おでんちゃん 定食	大根と鶏肉のさ っぱり煮、小鉢色々	塩麴唐揚げ定食
21 あんぷれら	22	23 未芯	24 未芯	25 with you	26 キッチンごはん	27 フジヤ
ハンバーグランチ、 小鉢色々	定休日	季節の おばんざい定食	季節の おばんざい定食	冷麺、鯖のマヨ 和え、小鉢色々	豚のロールカツ 定食	ミルフィーユカツ、 小鉢色々
28 であらハッピー	29	30 おでんちゃん	31 キッチンごはん			
カレーライス	定休日	おでんちゃん 定食	トマトソースの ハンバーグ定食	menu 最新情報		



### シェフ募集

8月から始めてみませんか?  
☎090・1589・0698 (遠藤)

### 梅吉亭 MAP 1

シェフが日替わりのレストラン  
☎0795・23・9415 / 9時~16時(ランチ  
11時~売り切れ次第終了) / 月曜休(祝日  
の場合翌日) ●来住邸離れでのお弁当は  
1,000円~2,500円(税込/要予約)

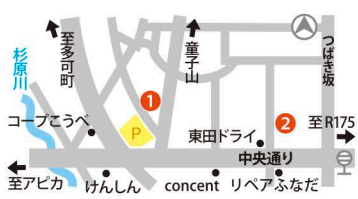
**編集後記** 5/26の播州織産地博覧会では旧来住家住宅へ多数のご来場を頂きありがとうございました。ワークショップやフード出店も大盛況。来年もいい企画を考えて盛り上げたい!(芋焼酎)

■ 播博でかき氷とわたあめを販売。わたあめはまだ師匠のようにふんわりと作ることができませんが、子どもからお年寄りまでたくさんのお客様に楽しんでいただけました。私たちが笑顔いっぱい楽しい一日を過ごせました。(P)

■ 地元なのになかなか行けていない播州ラーメン店。友達と少しづつ周っています。各店舗それぞれ特徴があるのが面白い。全店舗制覇を目指します!(め)

■ 友人のラーメン巡りに便乗しつつ、巻き寿司にも心惹かれています。(〇)

〇「巡り」の楽しめる、いいまちです。(は)



西脇TMO推進室 MAP 1  
☎0795・23・9119  
兵庫県西脇市西脇394-2  
9時~17時/日・月曜休

社總合庁舎・兵庫県庁へ  
播州織PR展示即売会

お盆休み 8/13(火)~16(金)

旧来住家住宅、西脇情報未来館  
21、播州織工房館、梅吉亭がすべてお休みします。

6/12(水)・13(木)  
播州織は手に取ってもらえば魅力が伝わります(赤沼)

**和味深々 KU 弥介 YASUKE**  
☎0795-22-4817

モーニング 9:00~11:00  
ランチ 11:00~14:00  
ディナー 17:00~20:30  
\*不定休

夏野菜が美味!おばんざい御膳 1500円(税別)

トーストのトッピング選べる  
モーニングも人気です

西脇市和布町188-4 (来住邸より南へ800m)

**北はりま田園空間博物館 特別展**

この西脇・多可(北はりま)地区全体を屋根のない博物館に見立てて、展示物(サテライト)を公開しているのが北はりま田園空間博物館になります。

北はりま田園空間博物館と名乗っていると「どこに博物館があるの?」とよく聞かれます。「それなら博物館らしいことをやってみよう!」と今回初めて特別展を開催♪

現在絶賛企画中です!! お楽しみに♪

9.1(日)~11.30(土)

TEL: 0795-25-2370  
FAX: 0795-22-2123  
E-mail: jk@k-denku.com  
URL: https://www.k-denku.com