

思わずでかけたくなる「楽しい」を再発見！

comxcom

主役の季節がやってきた！

夏野菜を
味わいつくす

No.137

07
2024 Julyコムコムマガジン
COMMUNITY×COMMUNICATION

present

法勝寺焼 松花窯

サラダボウル&取り皿2枚セット 5名様

#comcommag
タグでつながるコミュニティマガジン!!
気になる場所やものをインスタグラムで教えてね!令和6年7月1日発行（毎月1回1日発行）
平成3年2月25日第三種郵便物認可

通巻415号

編集／制作／合同印刷（株）
発行／（株）中海テレビ放送
〒683-0852 米子市河崎610
TEL0859-29-2211

定価 100円（番組代金は月利用料金に含まれています）



ホタルが暮らす里の有機野菜！ 「野菜の甘さ」を追求する 日南町 坪倉農園

夏になると、この森に
ヒメボタルが出現

主役の季節がやってきた！

夏野菜を
味わいつくす

夏はとことん野菜を楽しみたい！

私たちが口にする野菜は、農業技術の進歩とともに、季節を問わずさまざまな種類が店頭に並んでいます。

しかし、本来野菜には収穫に適した時期があり、旬の野菜にこそメリットが多いんです。夏の陽の光を思う存分浴びた夏野菜は、色が濃く見た目も一層鮮やかになり栄養価もアップします。

そこで、コムマガ編集部は、心が躍る野菜を求めて出かけてきました。

Vegetable

無人販売の概念をくつがえす種類の多さ！

「1人」野菜マルシェ

和田町・角農園 しんちゃん市場

坪倉農園は、自然豊かな福万来ホテル乃国のすぐ近くで農業を行っています。
オーナーの坪倉昌さんがこだわっているのは「野菜の甘さ」。試みに野菜ソムリエエサミット（野菜等の品評会）に出品したところ、野菜の甘さ等が評価され「あまびー」「福味コーン」「寒じめキャベツ」が金賞や銀賞など4つの賞を受賞しました。
そんな野菜の甘さに影響するのは、土づくり。日南町は県内で唯一、有機農業推進プロジェクトに参加し研究を重ねています。

1) 福万来ホテル乃国...川に生息するゲンジボタルと、山に生息するヒメボタルが両方見られる、日本最大の鑑賞地。

去年のにんじんを例にお話を聞いたところ、まず「太陽熱消毒」で土をリセットし、ふかふかの柔らかい土づくりをして根を増やすそう。さらに驚いたのは、種まきから収穫までの工程が、オール機械化されている点でした。
土づくりでは、新しい試みが控えていて「先進地に学びながら実践することがすごく楽しい！」と満面の笑みで話す坪倉さん。私たちも心待ちにしていますね！

2) 太陽熱消毒...夏の日差しに照らされたビニールハウス内の土にマルチ（土壌表面を被うビニール）をかけることで地中の温度を上げて殺菌する方法。



どんな野菜が並んでいるかは、当日のお楽しみ。

しんちゃん畑ラインナップ（ほんの一部）

なす

サニーレタス

ズッキーニ

青ネギ&春菊

赤じゃがいも
(アンデスレッド)

果物を超える糖度が自慢！
直売情報
スイートコーン 2種類
ホワイト・イエロー 7/20(土)~お盆頃
あまびー 8/1(木)~お盆頃

坪倉農園の野菜がどこで買えるかチェックしてね！
灘乃屋

坪倉農園で1年間農業研修をされ、現在も繋がりのある灘 秀二郎さんが立ち上げた会社。日南町の農家と販売者をつなげる役割を果たしているそう。



坪倉農園

日野郡日南町福万来1822-2

☎ 090-1015-6905

(平日 14:00~17:00 坪倉さん)

※畑から直に収穫をご希望の方は、予約時にご相談ください。

編集部、本日の戦利品！ジャムは奥さまの担当。



お金はこの箱に入れてね。PayPayも対応！

しんちゃん市場

米子市和田町 3213-7

基本的に365日、朝採れ野菜が並ぶ。



管理栄養士・山上さんに聞く 知ってワクワク♪ 夏野菜のコト



季節を問わず「野菜が体に良い」ということは、みなさん漠然と思っていることでしょう。でも「実際どうなの？」と言われると……。そこで、栄養のプロ・管理栄養士の山上さんに聞いてみました！

Q. 夏野菜の色が濃いのはどうして？



他の季節にはない、強い日差しのおかげ。紫外線に1日中さらされている夏野菜は、色素を増やして身を守ります。色素には活性酸素の働きを妨ぐ、抗酸化作用が！

活性酸素が体内で増え過ぎると体内の細胞の損傷が起きて、老化が進んでしまう。抗酸化作用を持つ夏野菜を食べることは、とても理に適っているそう。



— Q. 夏野菜を食べると、栄養面でどんないいことがあるの？ —



Present

法勝寺焼 松花窯

サラダボウル&
取り皿2枚セット 5名様

募集要項

[Web]

中海テレビ放送公式サイトより応募フォームに当たってアンケートにお答えください。

[はがき]
住所・氏名・年齢・連絡先・アンケート(①今後取り上げて欲しいテーマ又は今気になっているもの②com×comマガジンへのご意見・ご感想を記入の上、中海テレビ放送までお送りください。

送り先／〒683-0852 鳥取県米子市市崎610
中海テレビ放送「com×comマガジンプレゼント」係

応募切

7/20 (土)

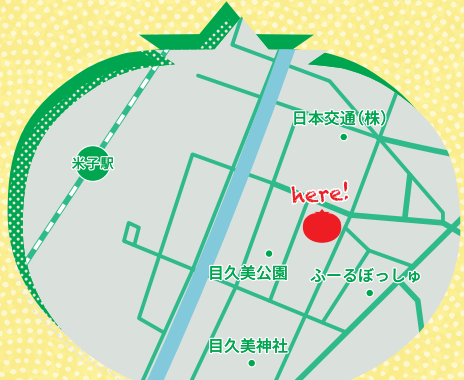


※厳正な抽選のうえ当選者を決定いたします。当選者の発表は、プレゼントの発送をもってかえさせていただきます。

中海テレビコムマガジン 検索



サンタクロースが目印(笑)。気候のいい日は、鉄山さんの柴犬ちゃん2匹が看板犬として登場するそう。



中華飯店 新宝楽

米子市目久美町38-8-106

0859-57-2895

11:00~14:00 (L.O. 13:45)

17:00~20:00 (L.O. 19:40)

水曜日定休

※掲載価格は税込です

Facebook



ギャップに心掴まれる 野菜を知りつくした男のラーメン 中華飯店 新宝楽

今回は、夏野菜が多く含まれる「トマトラーメン」と「セロリー麺」をいただきました。想像をはるかに超えるたっぷりの野菜！編集部員同士思わず顔を見合わせるほどの美味しさ。

野菜に詳しいのは、オランダのベジタリアン専用レストランで働いた経験があるから。日本よりベジタリアンが多いオランダ。そこで学んだ知識や調理法を活かし「野菜のラーメンを作ろう」と思ったんだそう。

料理人以外にギタリストの顔もあり、いかにもロックの雰囲気をもとっている鉄山さん。店内は、中華とロックが混在している面白いですよ。

全てのラーメンのスープは牛骨ベース。「野菜の面白さは、合わせることで味が変化するところ」の言葉通り、ふたつのラーメンは全く別物！体が喜んでいからこそ、毎日通いたくなるんでしょうね。

お得すぎる!! 日替わりサービス(昼夜)

通常750円の野菜系ラーメンが500円になる曜日があります。



目 トマトラーメン

火 豆乳ラーメン

木 とんがらし麺

金 セロリー麺

※水曜日は定休日です

主役の季節がやってきた♪
夏野菜を味わいつくす



トマトラーメン 750円 / 月曜日は500円



セロリー麺 750円 / 金曜日は500円

好きは最強の才能！ 野菜とスパイスの相乗効果が生むカレー カレーと唐揚げの店 Stove / ストーフ



常時10種類以上のスパイスを使っている。Stoveでは、辛さの度合いが選べるため、お子さまでも安心。

カレーの上に散らしてあるのは「カスリメティ」というスパイス。マメ科の植物の葉を乾燥させていて、野菜と相性抜群。

ことし5月、境港にオープンした『カレーと唐揚げの店 Stove』。店主の吉田卓央さんは、子どもの頃からカレー好き。また、料理好きでもあったため、スペインバルで働くも、結婚を機に会社員となり10年。ある時ふと自分を見つめ直したそう。「食とお酒と音楽とスポーツ」という自分やりたいことを詰め込んだお店を開きたい、それがStoveのはじまりでした。

会社員時代から研究を重ねていたそうです。

辛いもの好きな編集部ですが、夏野菜の彩りカレーをあえて辛さなしで実食。食欲をそそる香り、野菜とスパイスの旨みが凝縮されたルー、トッピングとの相性、正直スプーンが止まりませんでした。(トッピング野菜は素揚げ、にんじんと紫きやべつは酢漬)。

調査でその人独自の個性が出ると言われるスパイスカレー。吉田さんだから出せる味が、これからさらに磨かれていくのが楽しみです。



夏野菜の彩りカレー 1,500円

カレーと唐揚げの店 Stove (ストーフ)

境港市日ノ出町21 セレーネハイム1F

080-2095-6933

11:30~15:30 (L.O. 14:30)

【水金土のみ】18:00~21:00 (L.O. 20:30)

木・日曜日定休

※カレーがなくなり次第終了

※ご予約は夜のみ承ります

※掲載価格は税込です

@curryrice_stove



もうひとつの主役「唐揚げ」の

話はコムコムマガジンの Web で！





7月号 Director Yonpil

フリーランスクリエイター /
デジタルハリウッドSTUDIO米子
2018年卒業生



糖度計とともに。色も綺麗！



この景色を見るだけでも来る価値あり

コムマガ編集部

ばなし

こぼれ囁

日南町の自然に癒されまくり。野菜も
ホタル鑑賞も興味津々！今回も取材を
きっかけに、地元の魅力がたくさん見
つけられました。

1ヶ月目は課題が多く
て、それに追われていま
したが、とにかく楽しい

1ヶ月受講してみても
よかった？

受講の決め手は？
スタッフの方や卒業生か
ら話を聞いて、自分が楽
しく仕事をしているビ
ジョンが見えたんです。
未経験の自分にもでき
そうと思いました。

前職で、Webサイト更
新の仕事をすることが
ありました。未経験でし
たが、面白いなって思っ
て。その時、自分が楽し
く仕事ができそうなWe
bデザインに興味を持
ちました。

どうしてWebデザイナー
の道へ？

デジタルハリウッド STUDIO 米子コラボ企画 デザイナーの卵 タケル君の受講日誌



Webデザイナー志望のタケル君は、
STUDIO米子のWebデザイナー
専攻を受講中！夢に向かって進むタ
ケル君に受講の様子を聞きました。

です。実際に手を動か
してみると、これまで経
験したことがないことば
かりで、自分の目指すWe
bデザイナーに少し近づ
いた気がします。

仕事と受講の両立はでき
そう？

そうですね、1ヶ月目
はペースを掴むのは大変
でしたが、自宅での時間
も上手く使いながら受講
のスケジュールを組むこ
とができました。

受講日誌は
Webでも公開中！



好きなことを仕事にする第一歩。
**未経験から学べる
スクール受講体験会**

要申込

2024 7.10 WED 14:00~15:30
13 SAT 13:00~14:30

未経験から始められるWebデザインスクールの
受講体験ができます。実際の受講のよう
に、わからないところはトレーナーがサポ
ート！初心者の方もお気軽にご参加ください。

ご参加お待ちしております

受講体験

デジタルハリウッド
STUDIO米子
0120-110-047
無料
各先着5名



詳細はこちら！

卒業生クリエイター名簿 / 在宅ワーカー編



土地柄というリアルな
人の声を聞きたかった

Webディレクター養成講座
大森 千絵さん

インタビュー記事はこちら！



仲間と出会いスキルを
取得していくうちに、
夢が広がった

Webディレクター養成講座
林原 ゆかさん

インタビュー記事はこちら！



Information

8月生募集

**Webデザイナー専攻
フリーランス
スタートアップパック (6ヶ月)**

Webデザインのスキルに加え、収入に
繋がりやすいバナーデザインの基礎を
学びます。

詳細はこちら！



スキルアップで
自信をつけよう！

今なら入学金

30,000円 OFF

終切 7/21 SUN

※対象コース /
Webデザイナー専攻フリーランス スタートアップパック

デジタルハリウッド STUDIO 米子

デジタルハリウッドSTUDIO 米子 (STUDIO
米子) は、Webデザイン・動画制作・イラスト
のスキルを学ぶスクール。

Instagramは
こちらから



最新情報は公式サイトへ

デジハリ 米子



Event Schedule

今月の気になるイベント情報をご紹介します！

6
sat

虹のひろば39回公演
『笑顔で癒しの歌声ゴスペルオーブ』
開場13:30 開演14:00

📍 米子市公会堂 ホワイエ
💰 一般500円
高校生以下無料(要整理券)
☎ 0859-22-3236

10.13
wed sat

好きなことを仕事にする第一歩。
未経験から学べるスクール受講体験会
10日(水) 14:00～15:30
13日(土) 13:00～14:30

📍 デジタルハリウッドSTUDIO米子
💰 無料/各先着5名
※詳細はP6へ
☎ 0120-110-047

20 ~ 8/25
sat sun

皆生温泉マリンアスレチック
海皆-KAI・KAI-
10:00～16:45

📍 皆生温泉海遊ビーチ(入場無料)
💰 アスレチックは有料
※日程などは現時点での予定
☎ 080-2916-2260
皆生温泉マリンアスレチック
海皆-KAI・KAI-実行委員会 事務局

20
sat

みなと祭前夜祭
境港市民音楽祭～夏フェス2024～
16:30～21:00

📍 大正町野積み場
(水木しげるロード 観光バス駐車場)
💰 無料
☎ 0859-47-1068
みなと祭前夜祭企画実施本部事務局
(境港市観光振興課内)

21
sun

第79回みなと祭
10:00～21:00 終了予定

📍 水木しげるロード周辺
大漁祈願祭、海上パレード、
お祭り広場
(縁日、ステージイベント他)、
花火大会(20分程度)
💰 無料
☎ 0859-47-3880
みなと祭企画実施本部事務局
(境港市観光振興課内)

21
sun

樹液に集まる虫を観察しよう！
19:00～20:00

📍 米子水鳥公園ネイチャーセンター
💰 無料(入館料別途)
小学生以上の親子(要予約)
定員6組18名(先着順)
※7月5日(金)受付開始
☎ 0859-24-6139

21 ~ 8/25
sun sun

令和6年度 米子市美術館特別企画展
米子の書ー先人と現代 書の祭典ー
10:00～18:00(最終入館は17:30まで)
【毎週水曜日休館】

📍 米子市美術館 第1・2・4展示室
※受付は第2展示室
💰 一般500円(前売400円)
大学生以下無料
☎ 0859-34-2424

29
mon

みんなでつくろう！
なつやすみ ちぎり絵教室
10:00～12:00

📍 米子市児童文化センター
第1クラブ室
💰 材料費300円/小学生20名
(2年生まで保護者同伴)
☎ 0859-34-5455
※往復はがきで申込
7月10日(水)必着

New Shop

話題の店舗を要チェック！

2024
7
July



公式サイトのWebページでは、冊子の特集で載せられなかった情報を紹介中。InstagramやFacebookでも取材中の様子を随時アップしています。「#comcom-mag」で検索して最新情報をチェックしてね！

コムコムマガジン編集部



米子コンテンツ工場
produced by
digital
hollywood
studio

米子コンテンツ工場はデジタルハリウッドSTUDIO米子の卒業生で構成されたクリエイターチーム。特集ページの企画・取材・制作まで、メンバーたちで選び抜いた場所を、独自の視点と面白さで掲載中！ 特集にして欲しい情報は、プレゼント用アンケートやSNSで募集しています。

コムコムマガジン 2024年7月号 2024年7月1日 発行
編集・文・デザイン・取材 桂藤陽子 渡部容子 村上祥子 細田香織 林原ゆか

発行/(株)中海テレビ放送
制作/コムコムマガジン編集部

【お問い合わせ】 デジタルハリウッドSTUDIO米子
株式会社 中海テレビ放送 米子コンテンツ工場
☎ 0859-29-2854 ☎ 0859-39-2030

07 com.com

米子市
3月 OPEN

ドライヘッドスパカモマイル

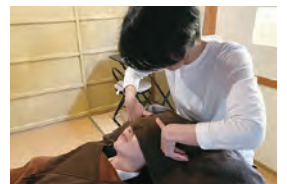
📍 米子市諏訪 676
🕒 10:00～19:00

📅 水曜日(不定休)
📞 chamomile_shinao



良質な睡眠時間をサポート！

水やオイルを使わず頭皮をもみほぐす、ドライヘッドスパのサロンです。頭皮の固さや凝りは、人それぞれ。また、頭皮は薄いため、オールハンドでお客様に合わせて丁寧に行います。普段使わない頭皮の筋肉をもみほぐしてもらえると、血行が良くなり身体までぽかぽか。脳の疲れ、頭皮から繋がる首や肩の凝りが取れると、質の高い睡眠も可能に。髪が濡れたりしないので、服装を気にせず行けるのも嬉しいポイント。



米子市
1月
移転 OPEN

Unecolline
(ユネコリーヌ)

📍 米子市東福原4-19-2
📅 日・月曜日・祝日(不定休)

🕒 10:00～12:00 (2F facial esthetic room)
13:00～17:00 (1F zakka&atelier salon)



📞 unecolline_zakka

シンプルで長く使える雑貨を詰め込んだお店

1階は雑貨&コスメ、2階はフェイシャルエステのお店になって移転OPEN。雑貨をこよなく愛すオーナーがセレクトした、可愛いものがギュッと詰まっています。実際に見て、手に取って選ぶ楽しさは、雑貨屋さんの醍醐味♪気分が上がる雑貨は、暮らしに彩を運んでくれます。自分用に買っても、大切な人へのプレゼントにもぴったりなお店です。



境港市
4月 OPEN

カナリヤコーヒー

📍 境港市上道町3256 📅 火曜日
🕒 10:00～18:00



📞 canarya_coffee

個性的なシングルオリジンコーヒーの自家焙煎珈琲店

シングルオリジンコーヒーとは、生産国という大枠ではなく、特定の地域や原産地のみで栽培されたものです。信頼性が高いのはもちろん「農園ごとの個性を活かした、味の解像度が高いコーヒーを飲んでほしい」ことから選んでいるそう。おすすめのケニアの豆は「口の中で豆を噛み砕いたのか!？」と感じるほど、香りにインパクトがあります。また、黒糖のような甘さのなが〜い余韻にも注目してほしいコーヒーです。

