



1. Beegu 麺

カーデンクレス

Beegu 麺は「ビーグ」を麺に練りこんだ半乾麺。細いながらもしっかりとコシがあり、ビーグの香りが食欲をそそります。夏は冷やし中華、冬はラーメンと四季折々に食べ方を変えて召し上がってみてはいかが？

4. 黄金芋きんつば

hinatacafe

伊計島の黄金いもを使用したきんつば。一つ一つ手作りで作られるその味は、シナモンのきいた繊細な美味しさが特徴。オシャレな箱は手土産にも最適です。

7. 津堅にんじんサイダー

萌芽

キャロットアイランド津堅島で栽培された津堅にんじんが、ジュワジュワとサイダーに大変身。津堅にんじん独特の甘みと、どこか良い炭酸の相性がバッチリ！

2. もずくのタレ

勝連漁業協同組合

美味しくヘルシーなもずくを届けたい！という思いで活動している勝連漁業協同組合は、もずくの加工商品にかけてもピカイチ。ヘルシーなもずくはヘルシーなタレで食べて欲しいという思いで作上げたもずくのタレはタシにこだわり抜いた逸品。

5. クグロフ

マルセンスコーン

王冠のような形が特徴のクグロフ。うるま市の特産品黄金芋を練りこんだクグロフは、その味も王冠にふさわしく品格を感じさせます。ぜひご賞味を！

8. うないソース

輝食工房

沖縄のパイナップルやバナナなどを贅沢に使われたソース。フルーツの甘みが凝縮されたその味は、焼肉や炒め物、煮つけの隠し味にもぴったり。一家に一本の必需品です。

3. 地元素材を使ったカヌレ風スイーツ

レストランBBR

うるま市のフレンチの名店レストランBBR。フランス菓子のカヌレをアレンジしたオリジナルスイーツがついにデビュー。

6. 焙煎グアバ茶

グアバ生産組合

うるま市の特産品グアバ茶。じっくりと焙煎した深みを増したグアバ特有の香りとクセが病み付きになる美味しさ。

9. うるまの太もずく(1kg)

海市水産

日本一のもずくの生産量を誇るうるま市。海市水産のもずくは海中道路を渡った宮城島産のもの。シャキシャキとした食感が人気です。

うるまは「おいしい」うるま市ドライブガイド 2015年10月 発行：うるま市 企画制作：株式会社ノイズバリュー
※本誌に掲載されている情報は2015年8月時点の情報です。価格などの情報が今後変更される場合がありますのでご了承下さい。詳しくは各店舗までお電話にてお問い合わせください。

うるまの「おいしい」ドライブガイド パンクナンバーで割にしたい方はこちらへ！

www.noisevalue.co.jp/uruma_vol.1.2.pdf

うるまの「おいしい」ドライブガイド Vol.3



URUMA
U
UMAI

URUMA
U
UMAI

URUMA
URUMA

うるまの「おいしい」ドライブガイド Vol.3



地元民の集い処バル うちなーバルEST

昼も夜もいらしゃ〜!というのうちなーバルEST。少し強面だけど、話すといい人オーラが溢れだす店主の久保さんは、地元の人に気軽に来てもらいたいと、リーズナブルな価格で自慢の料理を提供しています。

◀ビーグとスーチカーのカルボナーラ 900円

みんな大好きカルボナーラにビーグパウダーをたっぷり使用! 知ってましたか? クリームとビーグパウダーは相思相愛ってこと。それだけじゃあ、ありません! 麵も300gとたっぷり使ってボリューム満点。そこにウチナンチュのソウルフード、スーチカーも入れちゃいました。新感覚のカルボナーラは、一口食べたらもう最後。止まらない美味しきデス!



〒うるま市宮里264-1 ☎098-989-4772
 ①18:00~翌3:00
 ②ランチ(金・土・日・月のみ)12:00~16:00
 ③火曜日



オシャレな店内でお酒とビーグ NIWA CAFE

うるま市のカフェストリートの中でも高台に位置するNIWA CAFE。料理はどれを選んでも間違いのない美味しさい! 店内には写真好きの店主macoさんが撮った写真が所狭しと飾られ、思わず見入って長い時間してしまうそう。

NIWA CAFEミートボール
ビーグウルマソース 800円▶
 (※ディナータイムのみ18:30~)

一つ一つ丹誠込めて手作りで作られたミートボールをフォークで割ると肉汁がジュワ〜、ヨダレがダラ〜。そんなミートボールと最高のコンビネーションを見せているのが、「ビーグウルマソース」! ビーグの爽やかな香りを残しつつ、まろやかな食感を奏でる優れたもの! お酒が進むこと間違いなし。



〒うるま市石川曙1-8-13 ☎098-927-8607
 ①[火~木]11:00-17:00
 ②[金・土]11:00~17:00, 18:00~22:00
 ③日曜日、月曜日



濃厚なビーグソースが
Very Good!

Dinner menu



緑の革命

~期間限定~
2015年10月~2016年3月末まで

うるま市の新素材「ビーグパウダー」! 食物繊維たっぷりのビーグが美味しくオシャレに早変わり。うるま市から始まる緑の革命是非、ご堪能アレ!

Lunch menu



緑に囲まれた一室で Plants喫茶 greenmama

おしゃれなビンテージの内装と店内のあちこちに置かれた多肉植物はオーナーの平良さんが友人らと共に時間をかけて作り上げたもの。ゆったりとした子供部屋もあり、お子さま連れのご来店も大歓迎。

▶original smoothie 500円

ピンクとグリーンのコントラストで何とも愛らしいスムージー。ドリンクと思っちゃ大間違い! ヘルシーでジュシーなラズベリーな美味しさ♥色々な素材を使っているにも関わらず味が喧嘩せずナカヨシコシなのはgreenmamaの技が光る証拠です!

〒うるま市天願1681 ☎098-923-0571
 ①11:00-16:00
 ②日~火曜日



お店の雰囲気
お気に入り!

ビーグ
×アボガド×ベリー
×バナナ×豆乳
身体に良い素材を
絶妙にMIX!



スコンじゃないのよビスケットなの! otama

沖縄の中でも珍しいビスケット専門店otama。店内にズラリと並べられたビスケットは誰もが迷わずにはいられない! 味もGood! ビスケットは一度食べたら忘れられない味です。

▶ビーグフロマーージュ 160円

中部の人気ビスケット専門店が作ったビーグフロマーージュ。ビーグの香りとサクサクとした食感が、フロマーージュとこんなに相性が良いとは…。ああ自分のご褒びつたり!

〒うるま市赤通417 ☎090-1941-0047
 ①12:00-19:00
 ※売切れ次第閉店
 ③日曜日、月曜日



ビーグパウダー
フロマーージュ
ホイップ



全種類
制菓するぞー!

種類が豊富で
まよっちゃう〜



絶えず商品開発にチャレンジする ジェラート屋さん うるまジェラート

ビーグの生産地、照間の海沿いにある、うるまジェラート。地元の食材にこだわって作られるジェラートは、地元住民だけでなく観光客からも絶大な人気を誇ります。

▶ビーグジェラート 450円

こだわりの素材で有名なるまジェラートが遂に新商品「ビーグジェラート」を発売。ミルクベースのジェラートにビーグの旨味や風味をしっかりと入れ込みまろやかな味に! ビーグ畑の目と鼻の先にある店舗で、地産地消のジェラートをお楽しみあれ!

〒うるま市与那城照間1860-1 ☎098-978-8017
 ①11:00-18:00
 ②年末年始



一緒に食べよ!

ビーグって何?

日本人の生活にはなくてはならない「畳」。その畳は「い草」から作られています。沖縄ではこの「い草」のことを「ビーグ」と呼び、うるま市の照間は県下最大のビーグの生産地となっています。そんなうるま市の特産品であるビーグから食用のパウダーが生まれました! 食物繊維や鉄分が豊富なビーグパウダー。沖縄の新たな食用資源として注目度急拡大中です!

冷やし中華やラーメンに!!
ガーデンクレスで売ってるよ!

Veggie Beegu

他にも、こんなメニューがあるよ!
※次のページをcheck!!

ビーグアイス 350円
注目の食材ビーグをスイーツに! ほんのりと香るビーグアイスとスプーン型に型取られたクッキーと食べるのがお洒落!

オハナ食堂
うるま市石川曙1-2-17 ☎098-989-5197

うるまはうまいランチ 800円
うるま市の自慢の素材を存分に楽しめるランチ! スイーツはビーグ(バージョン)やノンプリンなどなど、うるまの美味しいものを楽しめるランチ。

ガーデンクレス
うるま市上江洲687-4 ☎098-974-9000



がてまーい

作:大城さとし

今年もうるま市ドライブしよう
去年も行ったね
去年も行ったね
うるま市大好き
（まーい）
（とも美）

は、今年もうるま市ドライブしよう
うるま市大好き
（まーい）
（とも美）
は、今年もうるま市ドライブしよう
うるま市大好き
（まーい）
（とも美）

うるま市 石川に
カフェが立ちならぶ
通りがあるの
しかも海ぞい
（まーい）
（とも美）
うるま市 石川に
カフェが立ちならぶ
通りがあるの
しかも海ぞい
（まーい）
（とも美）

うるま市 石川に
カフェが立ちならぶ
通りがあるの
しかも海ぞい
（まーい）
（とも美）
うるま市 石川に
カフェが立ちならぶ
通りがあるの
しかも海ぞい
（まーい）
（とも美）

うるま市 石川に
カフェが立ちならぶ
通りがあるの
しかも海ぞい
（まーい）
（とも美）
うるま市 石川に
カフェが立ちならぶ
通りがあるの
しかも海ぞい
（まーい）
（とも美）

おきなわ探検隊!! おきたん!
毎週金曜日 好評連載中!!
おきなわ探検隊!! おきたん!
毎週金曜日 好評連載中!!

エグジジットカフェ
EXIT CAFE
エグジジットカフェ
EXIT CAFE
エグジジットカフェ
EXIT CAFE

エグジジットカフェ
EXIT CAFE
エグジジットカフェ
EXIT CAFE
エグジジットカフェ
EXIT CAFE

エグジジットカフェ
EXIT CAFE
エグジジットカフェ
EXIT CAFE
エグジジットカフェ
EXIT CAFE

エグジジットカフェ
EXIT CAFE
エグジジットカフェ
EXIT CAFE
エグジジットカフェ
EXIT CAFE

うちは沖縄の
食材と調味料で
体にやさしい
料理を
出しているん
です
何が
イヤらしい
何か
イヤらしい

うちは沖縄の
食材と調味料で
体にやさしい
料理を
出しているん
です
何が
イヤらしい
何か
イヤらしい

うちは沖縄の
食材と調味料で
体にやさしい
料理を
出しているん
です
何が
イヤらしい
何か
イヤらしい

うちは沖縄の
食材と調味料で
体にやさしい
料理を
出しているん
です
何が
イヤらしい
何か
イヤらしい

ちやうちちやうちは
ほとんど完成
だよ
ここのように
はばたきたい
わけですね
それは
言っていない

ちやうちちやうちは
ほとんど完成
だよ
ここのように
はばたきたい
わけですね
それは
言っていない

ちやうちちやうちは
ほとんど完成
だよ
ここのように
はばたきたい
わけですね
それは
言っていない

ちやうちちやうちは
ほとんど完成
だよ
ここのように
はばたきたい
わけですね
それは
言っていない

は、今年もうるま市ドライブしよう
うるま市大好き
（まーい）
（とも美）
は、今年もうるま市ドライブしよう
うるま市大好き
（まーい）
（とも美）

は、今年もうるま市ドライブしよう
うるま市大好き
（まーい）
（とも美）
は、今年もうるま市ドライブしよう
うるま市大好き
（まーい）
（とも美）

は、今年もうるま市ドライブしよう
うるま市大好き
（まーい）
（とも美）
は、今年もうるま市ドライブしよう
うるま市大好き
（まーい）
（とも美）

は、今年もうるま市ドライブしよう
うるま市大好き
（まーい）
（とも美）
は、今年もうるま市ドライブしよう
うるま市大好き
（まーい）
（とも美）

おうごん
いも?
おうごん
いも?
おうごん
いも?

おうごん
いも?
おうごん
いも?
おうごん
いも?

おうごん
いも?
おうごん
いも?
おうごん
いも?

おうごん
いも?
おうごん
いも?
おうごん
いも?



中部の雄「うるま市」

日が昇る東海岸に位置する「うるま市」はユネスコから認定された世界遺産の勝連城跡や、ドライブスポットとして人気の海中道路があり、伝統エイサーや芸能活動も盛んな地域。最近では「食」に注目が集まり、名物料理や素材が目白押し。日本一の生産量を誇る「もずく」、美味しさに定評がある「津堅にんじん」、そして「黄金芋」や「ビッグ」など。沖縄を代表するものからうるま市ならではの食材まで。うまい!と聞かせる資源に溢れた地域です。



OFFICE RHIZOME 左/崎枝志穂 右/奥領望

www.facebook.com/okinawatankentai

大好評につき
第二弾!!

今年も
行くわよ

緊急指令!

ローカル食堂を 食い尽くせ!!



ロコミ歓迎

うるまのご自慢。地元住
やまないローカル食堂を
ローカル価格だから
うるまのソウルフー
一度訪れるとハマ

これが
本場の味だ!!



新商品
ビーグの粉末を使った
トルティーヤ!!

受注発注で
ご注文承っております。

メキシコ料理
オブリガード (ありがとう)
本格的なメキシコ料理が堪能できる人気店。うるま市内には
トルティーヤの製造が見える工場を併設。そんな魅力も人気の秘訣です。
内地ではタコスファームの米しなが... ようやく世間が追いついた! そんな内地を十歩以上リードしてきた
「オブリガード」のタコスは、ソフトタコス(柔らかい肉)の「本格メキシカン」タコスが自慢。
具材には贅沢にもサーロインやカルニタス(豚肉の高し焼き)を使用しています。本格的なタコスがここにあり!
うるま市みどり町6-2-18 ☎098-972-4220
◎11:00~22:00 年中無休

食べ過ぎ注意



変わらぬ味。帰りに帰る場所 いこい
創業45年の老舗おでん屋「いこい」。平良川にひしめき合うおでん屋の中でも一番の老舗。
その名の通り地元の方が憩いの場を求めて今日も若者男女、お年寄りから子供まで集まっています。
おススメメニューは「おでんそば」。おでんそば。おでんそば。おでんそば。おでんそば。おでんそば。
おでんそば。おでんそば。おでんそば。おでんそば。おでんそば。おでんそば。おでんそば。おでんそば。
うるま市平良1206-2 ☎098-973-4061
◎11:30~翌2:00 毎月最終日曜
ローカルメニューが常連の胃袋を潤わせてくれます!



初めて来たのに初めてじゃない感半端ないな
うるま市の照間。木造のお店は全て手作りというからビックリ。入口をス
お年寄りや車椅子の方にも気軽に訪れて欲しいから。美味しさは優しさ
店主さげさんの旦那さんは海人。そんな旦那さんがうるまの美しい海からとってきた魚介類を美味しく調
この店のつくり「海産物」は、時期や旦那さんのこだわりによってメニューが深まるというもうかし、逸品
当日の日は伊勢海老の味噌汁というこども味・量・価格・サービス・雰囲気全てが申し分ない店。
うるま市照間040-3 ☎098-955-4775 休水曜日・第3日曜日
◎【夏期】4月~10月11:00~18:00 【冬季】11月~3月11:00~17:00 ※火曜日のみ16:00まで
【ランチタイム】11:30~14:00



おかずの店 兼久
好きなおかずを選んでねえ~ おかずの店
素敵な笑顔のお母さん達が手際よくおかず選びに対応。
慌ただしい中にも自然とゆんたく(おしゃべり)が始まっちゃうのが
店内に入るとズラリと並べられたおかず。その中から好きなおかずを、ササッとお選びください。
と、言いたいところですが、あまじりの種類の多さに迷わずにはいられないのがこのお店の魅力。
傷まないおかずは要注意! (何17いや、何百通りとできる自分好みの弁当をLet'sカスタマイズ!
うるま市石川(白良)2-3-3 ☎098-965-0708
◎5:30~18:00 日曜祝日休 (2日曜)、お正月明け(2日曜)



警察・今年も
タレこみ
ありました!!
うるま市(うるま市)の先取り情報
南部で「おでんそば」が
味できる!!
沖縄居酒屋「クルー」各店で
2015年11月中旬~12月中旬まで
うるま市「ア」を開催!
お近くにお住いの方はぜひ行くべし!
● 回おでんそば店
● 小中後店
【住所】うるま市金城1-9-16
【電話】098-973-1964
【営業時間】5時~9時5分
【営業時間】午後5時~9時5分
【営業時間】午後5時~9時5分
【営業時間】午後5時~9時5分
【営業時間】午後5時~9時5分



ぎさの夢天
ロープにしたのは、
から生まれました。
理してくれるのが
大塚
なぎさん



その数
約50種類?!



おかずの店 兼久
兼久
比嘉さん
素敵!



長居上等



おかずの店 兼久
おかずの店 兼久



おかずの店 兼久
おかずの店 兼久



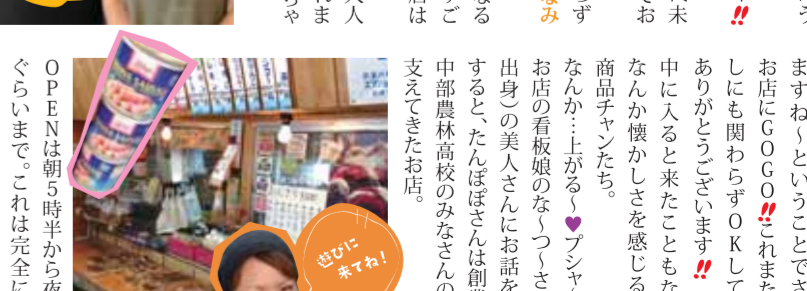
家庭料理店 幸叶
思わず「ただいま!」と言いたくなる店 家庭料理店 幸叶
一見すると普通の住宅の面構えは、中に入るとそのまま普通の住宅だった(笑)。
まるで人の家でご飯をいただいている様な錯覚を味わいたいならここはピッタリ!
「そば」は豚骨ベースのスープにコシのある麵が特徴。そしてこの店と云えばフチパーと「ター」の「ラソフ」が
唯一無二の美味しさの「ポロポロじゅうしー(大)」が有名!一度食べると忘れられない味です。
うるま市志川3030-1 ☎090-3795-8543
◎11:00~15:00 日曜、祝日、その他



このボリューム
680円でどや?!
(デカとんかつ・味噌汁・ご飯・漬物)



とさえ一度行ってみて 喜食てんてん
厨房で料理と向き合う息子さん。店頭でお客さんと向き合うお母さん。
お客さんには笑顔で帰って欲しいという思いが溢れる接客で今日も店内は賑わっています。
ぜひに教習。三枚肉を贅沢につけて「てんてんそば」は、てんてんの人気メニューの1つ。
味・ボリューム・価格とも申し分なし!そしてこの人気メニュー「チキンカツ定食」が嬉しい。
とにかくデカい、けど美味しい、いいですか?この価格で(笑)
うるま市石川(山崎)1706-6 ☎098-965-7160
◎【ランチ】11:00~14:00 【ディナー】18:00~0:00 日曜無休



おかずの店 兼久
おかずの店 兼久

しげさん in パーラーの旅

しげさん、今宵はお宿を歩く?!

沖縄・うるま市

パーラー巡り開始!

ハイサイ、うるまの皆さん! グラス
ヨーチユウガナヒラ! と言う
コトでまたやっつきました!
しげさん! INうるまステーション!!
イエーイ!!
今回はパーラー編と言う前代未
聞のウルトラチャレンジになってお
ります(笑)
まず、突撃アポ無しにも聞わず
協力して頂いたのは「パーラー」
さん!
この店はなんと!! 創業25年になる
お店の看板娘の「しげさん」(与勝
出身)の美人さんにお話を聞き
出すと、たんぽぽさんは創業7年、
中部農林高校のみなさんの胃袋を
支えてきたお店。

そして、次に突撃したのは「パーラー」
たんぽぽさん! ちらのお店は中部
農林高校の真ん中。
これは完全に美味しさに決まっ
ますね!! ということでもさっさと
お店にGO!! これまたアポ無
しにも聞かずOK! してもらい
ありがとうございます!!
中に入ると来たこともないのに
なんか懐かしさを感じる店内と
商品メニューたち。
なんか? 上がる? 「フィッシュ」
お店の看板娘の「しげさん」(与勝
出身)の美人さんにお話を聞き
出すと、たんぽぽさんは創業7年、
中部農林高校のみなさんの胃袋を
支えてきたお店。

「しげさん」とは?!!
「しげさん」とは?!!
「しげさん」とは?!!
「しげさん」とは?!!
「しげさん」とは?!!

しげさん歩とは?!!
松山のナイト情報誌「GEM'S」
地元ながらも密かなファンを持つ「しげさん」が
カメラマンの「しげさん」が
今日も夜な夜な街を巡る愛と誠の体験記!

「しげさん」とは?!!
「しげさん」とは?!!
「しげさん」とは?!!
「しげさん」とは?!!
「しげさん」とは?!!

「しげさん」とは?!!
「しげさん」とは?!!
「しげさん」とは?!!
「しげさん」とは?!!
「しげさん」とは?!!