

CO COKARA

MRT PROGRAM MAGAZINE | TAKE FREE [ココカラ]

2020
OCT.10 — DEC.12
PRE. FIRST ISSUE



ARTISTS No.1 | shizukart®(シズカート)

宮崎県立佐土原高等学校産業デザイン科、九州産業大学芸術学部デザイン学科卒。県内外のグラフィックデザインやイラストを中心に壁画やアートワーク等の活動を行う。ゆるい線画が特徴的で、見る人を惹きこむ独特の魅力がある。

お仕事のご依頼は▶ See Designing(シー・デザイニング)原井静香 <https://www.instagram.com/shizukaharai/>



CO COKARA

MRT MIYAZAKI | 宮崎をアートでつなぐ。
ARTISTS DISCOVERY PROJECT



COCOKARA MRT MIYAZAKI ARTISTS DISCOVERY PROJECT とは?

MRT宮崎放送が「宮崎をアートでつなぐ」をコンセプトに、次世代を担う宮崎在住の才能あるアーティストを発掘し応援サポートする事を目的としています。作品は、MRTテレビ、ラジオの番組表(MRT PROGRAM MAGAZINE COCOKARA)のイメージビジュアルに採用していきます。また、MRTの番組内でもアーティストの紹介をします。「MRT PROGRAM MAGAZINE COCOKARA」は県内外で配布し、アーティストの認知向上の拡大に繋げます。イラストレーター、カメラマン、陶芸家、書道家、華道家、ファッショニスト、美容、フードアートなど、ジャンルは一切問いません。

好きな事を仕事にしたい!
次世代のアーティスト、集まれ!

作品の応募はこちらから

coco@mrt.jp

応募概要は、MRTホームページをご確認ください。



マツコの知らない世界

火曜 夜8時57分放送

あの「マツコの知らない世界」に出演した松林ご夫妻(タク&スザン)がオススメする!

「ディップ大国・宮崎」の万能調味料

“宮崎は、ディップ大国!”テレビをご覧になった方は、記憶に新しいフレーズではないでしょうか。人気番組「マツコの知らない世界」で、ディップ好きなご夫婦によって宮崎県がフィーチャーされました。今回は、番組で紹介されたディップはもちろん、そうでないものまで。魅力たっぷりのディップの世界を覗いてみませんか?

MISO



平兵衛酢 醋みそ

海鮮料理にオススメ! 平兵衛酢の爽やかな酸味が、魚独特のクセを抑えてくれて美味しい食べられますよ。お手頃価格のもうれしいポイントです。

(タクオススメ)

(価格) 270円(税込)

(主な販売場所) みやざき物産館KONNE、県内量販店、【通販サイト】江夏本店など
(問合せ先) ヤマエ食品工業株式会社 0120-64-1472

MISO



ねむらせ豆腐

グラタンやラザニアなどの隠し味に。仕上げにのせると、味にコクと深みが出ますよ。でもまずは、何にもつけずそのままの味わいを楽しんでください。

(スザンオススメ)

(価格) 1,700円(税込)

(主な販売場所) 楽天市場(通販サイト)で予約販売
(問合せ先) 有限会社しいばむら 0982-67-2055

MAYO



生タルタルソース南蛮用

各種フライ料理に合うのはもちろん、茹でたジャガイモをつぶして一緒に混ぜると、絶品のポテトサラダに仕上がります。ザクっとした具材が◎!

(スザンオススメ)

(価格) 358円(税込)

(主な販売場所) みやざき物産館KONNE、道の駅都城、コープみやざきなど
(問合せ先) ネオフーズ竹森株式会社 0986-64-0197

Dipping Sauce

イチオシの食べ方直伝
オススメ3選

宮崎県は、調味料の商品展開がすごく上手! 調味料そのものだけでも美味しいし、お店やメーカーそれぞれの特徴がしっかり出ていますよね。グルメ県が作る調味料って、最強です。



松林流! ディップ選びのポイント

- ◆ その土地の特産品を使っていること
- ◆ 素材がシンプルで保存料があまり入っていないもの
- ◆ 大手量販店には、流通しているなさそうな雰囲気のもの

(商品名) プレミアム高千穂牛肉味噌

(価格) 1,080円(税込)

(主な販売場所) みやざき物産館KONNE、宮崎空港、自社通販サイトなど

(問合せ先) おたに家株式会社 0982-73-2228

(商品名) 椎茸パテ (価格) 880円(税込)

(主な販売場所) みやざき物産館KONNE、宮崎空港、自社通販サイトなど

(問合せ先) 株式会社岡田商店 0982-62-5005

(商品名) 漁師町のトマトソース

(価格) 735円(税込)

(主な販売場所) 宮崎空港、自社通販サイトなど

(問合せ先) あじ屋 0982-45-3050

(商品名) かつおみそ (価格) 648円(税込)

(主な販売場所) みやざき物産館KONNE、県内量販店、自社通販サイトなど

(問合せ先) 株式会社高橋水産 0982-37-0626

(商品名) 青とうがらしみそ (価格) 432円(税込)

(主な販売場所) みやざき物産館KONNE、野崎漬物JR宮崎店

(問合せ先) 日之影特産果樹振興会 0982-87-2380



※取扱店舗によって販売価格が異なる場合があります



宮崎の皆さんへ.....

北海道から地元沖縄まで、これまで様々な調味料を試してきましたが、宮崎の商品はほぼハズなし。リピートしたい!と思える商品との出会いが多い印象です。ご当地調味料のほとんどが「お土産コーナー」に並びがちですが、まずは地元の味わいから再発見してほしいです。本当においしいですから、宮崎の調味料って♡



Profile

松林卓(タク)さん、望美(スザン)さん

沖縄県在住



ディップソースにハマったのは、何気なく購入した大分産のトマトソースがきっかけ。あまりの美味しさに、全国各地のご当地調味料を次々と試すことに。これまでに試食した調味料は250種類以上で、自宅の冷蔵庫には常備40~50種の調味料がスタンバイ。ご当地調味料の魅力は「その土地の味が家庭でも楽しめる」と旅の余韻に長く浸れることですね。」



TAKAHIRO INOUE

誕生日： 1984年8月7日(獅子座)
出身地： 東京都
趣味： 学生コーチ時代の教え子の試合観戦、高校野球の試合前のシートノックを観る



リモート対談。

TBSアナウンサー × MRTアナウンサー



KOSHO MIURA

誕生日： 1983年12月3日(射手座)
出身地： 宮崎県宮崎市
趣味： テニス 家電量販店めぐり
愛車で日南海岸ドライブ



Nスタ井上貴博 × mrtニュース Next 三浦功将

アナウンサー

三一 今日は宜しくお願ひします！
井一 こちらこそ宜しくお願ひします！

三一 井上さんは宮崎に来られたことは？
井一 一番最初は入社1年目に「世界陸上」全日本キャラバン隊で宮崎県庁前から中継させて頂きました。プライベートでは、高千穂に行つたんですが、前日の雨でボートに乗れなかつたんです！それが本当に心残りです…

三一 次に来られた際は是非！

井一 あと…宮崎の食べ物って、本当に美味しいですよね！

特に地鶏の炭火焼!!それにビールと焼酎があればたまらないですね！

三一 …ということは、井上さんはけつこうお酒はいけるんですか？

井一 額面通りに受け取らせて頂きます！

（笑）

私は常々、最後の印象は「人」で決まると思っています。宮崎の皆さん本当にウエルカムで受け入れて下さって…それがすごく印象に残っています。

三一 どうしてアナウンサーになろうと思ったんですか？

井一 きっかけとしては、普通の生活では会えないであろう色々な方と人脈が築けるということが、番組のスタジオでしゃべるという非日常的な緊張感にたまらなく興味を持ちました。私は「ドM」なんです！仕事でもすごく緊張したり、追い込まれたりするのが好きなんです。その感覚は今も続いている。三浦さんはどうしてアナウンサーになつたんですか？

三一 私は小学生の時に朗読をする機会が多くて、上手に読むと先生に褒められるんですね。次第にしゃべることが自分の仕事になつたらいいなと思うようになりました。

井一 私は小学生の頃、プロ野球選手になりました。三浦さんはどうしてアナウンサーになつたかったです。アナウンサーを目指したのは大学3年生の頃です。

三一 野球は小学生からずっとされていたんですね？

井一 野球は小・中・高と続けまして、大学生の頃は高校野球のコーチをしていました。

三一 野球がニュースキャスターの仕事に活きたことはありますか？

井一 大学時代にコーチをしていた時、恩師から「今の練習方法はこれで良いのか」ということを考へる、と言わされました。常に全て

三一 そうですね。ウイルスに対する価値観は人によって違うと思うんです。ウイルス感染拡大に過敏な方や危機感が強い方もいらっしゃれば、経済を回すべきなんだ、逆に世の中が死んでいくという方もいらっしゃいますし、考え方としては対極なんですね。少し前までは「感染確認者」と言っていましたが、色々と調べて今は「陽性者」という言葉を使うようになっています。「感染者」という言葉が果たして良いのか、感染することがいきなり聞こえたりして…

三一 井上さん自身の新型コロナ感染防止対策は？

井一 皆さんと同じです。三密を回避する。ソーシャルディスタンスを守る・マスクをする。あとは…飲みに行けないです。（泣）

三一 お酒が好きだということは、料理も作るんですね？

井一 料理は全く作りません！自炊は全くしないんですよ。一人暮らしの自宅のキッチンはバスタオル置き場になってしまいます！（笑）

三一 でもそれって…私と一緒にですね。

井一 えっ？三浦さん…結婚は…？

三一 独身です！

井一 いいですねえ…

三一 今後予定もないですか…（泣）

三一 高校野球のコーチ!?

井一 私は寝だめが出来ると思っていて、寝る時は10時間くらい寝ます。（笑）起きたら録りためたテレビ番組やラジオ番組を見て聴いて、本を読んで…情報収集ですね。あとは、新型コロナの前は、仲間とよくお酒を飲みに行っていました。今はそれが全然出来ないので寂しいですね。

三一 お酒が好きだということは、料理も作るんですね？

井一 今日は休日は何をして過ごしていますか？

井一 私は寝だめが出来ると思っていて、寝る時は10時間くらい寝ます。（笑）起きたら録りためたテレビ番組やラジオ番組を見て聴いて、本を読んで…情報収集ですね。あとは、新型コロナの前は、仲間とよくお酒を飲みに行っていました。今はそれが全然出来ないので寂しいですね。

三一 休日は何をして過ごしていますか？

井一 改めて宮崎の印象は、本当に地鶏も焼酎も美味しいイメージです。人柄も温かいですよ。そんな宮崎の皆さんの中に溶け込めます。また見てみたいなど思われる番組、「Nスタ」、MRTの「MRTニュースNext」共に、また見てみたいなど思われる番組にしていかなければいけないと思っています。これからも何卒宜しくお願い致します！

三一 次は宮崎では非飲みながら色々なお話をさせて頂ければと思います。お待ちしております！

井一 本当に次は一緒に飲みましょう！

最後に宮崎の皆さんに一言お願いします。

三一 休日は何をして過ごしていますか？

井一 寝だめが出来ると思っていて、寝る時は10時間くらい寝ます。（笑）起きたら録りためたテレビ番組やラジオ番組を見て聴いて、本を読んで…情報収集ですね。あとは、新型コロナの前は、仲間とよくお酒を飲みに行っていました。今はそれが全然出来ないので寂しいですね。

三一 今日は宜しくお願ひします！

井一 こちらこそ宜しくお願ひします！

三一 井上さんは宮崎に来られたことは？
井一 一番最初は入社1年目に「世界陸上」全日本キャラバン隊で宮崎県庁前から中継させて頂きました。プライベートでは、高千穂に行つたんですが、前日の雨でボートに乗れなかつたんです！それが本当に心残りです…

三一 次に来られた際は是非！

井一 あと…宮崎の食べ物って、本当に美味しいですよね！

特に地鶏の炭火焼!!それにビールと焼酎があればたまらないですね！

ありがとうございます！
次回は、宮崎で。





各地域のMRT担当者が再発掘! 溢れ出す、宮崎26市町村の魅力

肌寒い季節になると恋しくなる、鍋料理。今回は、鍋料理には欠かせない野菜&きのこをピックアップ。

日向市

梨大根

[収穫期／1月中旬～3月中旬]



[生産者]
黒木栄次さん



「白い信念で生み出した
唯一無二の味わい」

「手間や時間がかかるでも、本当に体に良いものだけを作りたい。」これが、黒木さんの掲げる信念です。農薬や化学肥料は一切使わず、自然の雑草を利用。手間暇かけ、幾度となく鋤込みをして成長した大根の糖度は7度超え!その愛称は、収穫体験後に子供たちから「梨の味がする!」という驚きの声から生まれました。

直売(圃場で収穫して持ち帰る場合) 1本300円
地方発送にも対応。詳細は電話にて問合せください。

問合せ先 黒木栄次 090-8405-3578

串間市

人参

[収穫期／12月上旬～3月下旬]



[生産者]
鶴田康太郎さん

若手農家のブランド野菜
「おがやせ」の魅力発信中!

串間市内の若手農家チーム「TAHATA」。代表の鶴田さんが作るのは、オレンジ色がまぶしい人参です。「足すのは簡単、引くのは難しい」を念頭に置いた栽培方法は、空気を含ませたフカフカの土にタネを蒔いたら、あとはなるべく手を入れないというもの。昔ながらの自然栽培にこだわる「おがやせ(俺の野菜)」を、ぜひ。

「四季彩館ほりぐち(串間市)」と
「ほんのえき田中屋(日南市)」のほか、
直売に対応。300g120円～※価格変動あり

問合せ先 TAHATA(代表:鶴田) 090-9721-5611



[生産者]
黒木慎吾さん



日南市

原木椎茸

[収穫期／10月中旬～3月下旬]

こだわりは
200種以上から選んだ とっておきの菌種
ひと口に椎茸といっても、その菌種は200種以上。黒木さんは幾度となく食べ比べを重ね、これを育てたいといううちにたどり着きました。原木椎茸の魅力は、何と言っても椎茸本来の味と香り。ホダ木となるクヌギを探しから行い、菌の打ち込み、収穫まで全てが手作業です。通年楽しめる乾燥椎茸も、ぜひ味わってみてください。

販売は各種イベント出店のほか、直売にも対応。

(生椎茸)250g400円～※価格変動あり (乾燥椎茸)80g1,080円

問合せ先 原木しいたけ茸蔵 080-1908-1246

美郷町

原木舞茸

[収穫期／10～11月の間の
約3週間程度]

[生産者]
今西猛さん



県内の生産者は10軒未満
知る人ぞ知る 幻の舞茸

「味の濃さと芳醇な香り。食感にも驚くはずです。」と、生産者の今西さん。原木舞茸は、収穫期間が短く収穫量もわずか。直射日光や乾燥、水にも弱く、収穫までには相当の手間がかかります。それでも生産を続けているのは、地域資源を活かして本物の味を届けたいという思いからです。同じく希少な「原木なめこ」もお試しあれ!

「若草HUTTE(宮崎市橋通)」
と通販サイトにて販売。
約500g2,800円～※価格変動あり

問合せ先 通販サイト(お問合せフォーム)
<https://www.dogawa.com/>
0982-60-3478



NABE

Miyazaki's Vegetables



小林市

クレソン

[収穫期／10月中旬～5月上旬]

添え物だけではもったいない!
栄養も美味さも主役級!

毎年秋になると20aの田んぼが、まるで緑色の絨毯に。料理の添え物としてもお馴染みのクレソンは、ビリッとした辛みと爽やかな香りがアクセント。カルシウム、鉄分などの栄養素を豊富に含む"スーパー フード"としても注目されています。透き通るほどきれいな湧水でみずみずしく育ち、手頃な価格も人気の理由です。

前日までの予約制で直売のみ。
レジ袋大(580mm×345mm)に入れて500円

問合せ先 ふくどめハーブ園 090-5480-8836

[生産者]
福留敏信さん



[生産者]
福留敏信さん

都農町

白ネギ

[収穫期／12月上旬
～2月下旬]



[生産者]
河野浅市さん・鈴子さん

甘くておいしいヒミツは
栄養たっぷりの肥料と愛情

「浅市さんの白ネギ」の一番の特徴は、甘みを含んだ白い部分の長さ。全長約60cmの半分以上が白く艶やかに輝いています。肥育している牛の堆肥を使い、長く成長させるための寄せ土と呼ばれる作業を4～5回。収穫までの半年間、我が子のように成長を見守り大事に育てられた白ネギは、道の駅スタッフも太鼓判を押す商品です。

「道の駅つの」で販売。2本で100円～※価格変動あり

問合せ先 道の駅つの 0983-25-5055

宮崎県の 26市町村クイズ

26問全ての答えで1番多かった選択肢(①・②・③)を回答して下さい。

正解者の中から抽選で26名様に
「半沢直樹 100倍返し饅頭」をプレゼント!!



宮崎市 女子旅のパワースポットとも言われる、宮崎市の青島ビーチにある「幸せのポスト」の色は?

- | | | |
|-----|-----|-----|
| ① 赤 | ② 青 | ③ 黄 |
|-----|-----|-----|

都城市 都城市にある「母智丘公園」と「観音池公園」はいずれも何の名所として有名?

- | | | |
|-----|-----|-----|
| ① 桜 | ② 梅 | ③ 椿 |
|-----|-----|-----|

延岡市 延岡市を本拠地とする旭化成陸上部が「ニューカマー駅伝」でこれまでに優勝した回数は?

- | | | |
|-------|-------|-------|
| ① 15回 | ② 20回 | ③ 25回 |
|-------|-------|-------|

日南市 日南市のサンメッセ日南にある、太平洋を背にして立つモアイ像は何体?

- | | | |
|------|------|------|
| ① 5体 | ② 6体 | ③ 7体 |
|------|------|------|

小林市 小林市の生駒高原で毎年秋に約100万本の花を咲かせるコスモスは何科の植物?

- | | | |
|-------|---------|-------|
| ① バラ科 | ② ナデシコ科 | ③ キク科 |
|-------|---------|-------|

日向市 日向市の生産で世界的にも有名なハマグリの貝殻で作る「はまぐり碁石」では碁石の大きさは?

- | | | |
|----------|----------|---------|
| ① 白石が大きい | ② 黒石が大きい | ③ 同じ大きさ |
|----------|----------|---------|

串間市 串間市にある都井岬灯台は、九州にある灯台の中で唯一の灯台と言われていますが、それは何?

- | | | |
|----------|---------|----------|
| ① 海が見えない | ② 中に入れる | ③ 光を出さない |
|----------|---------|----------|

西都市 西都市の西都原古墳群にある、九州最大の前方後円墳は?

- | | | |
|--------|--------|------|
| ① 男狭穂塚 | ② 女狭穂塚 | ③ 姫塚 |
|--------|--------|------|

えびの市 明治7年、えびの市にある白鳥温泉に3ヶ月滞在したという明治維新の三傑は?

- | | | |
|--------|--------|---------|
| ① 西郷隆盛 | ② 木戸孝允 | ③ 大久保利通 |
|--------|--------|---------|

三股町 三股町の有名な観光スポット「椎八重(しいばえ)公園」内で約6万本の花を咲かせるのは?

- | | | |
|---------|-------|--------|
| ① ヒガンバナ | ② ツツジ | ③ アジサイ |
|---------|-------|--------|

高原町 高原町にある霧島東神社の社宝「天逆鉾(あまのさかほこ)」がある場所は?

- | | | |
|--------|-------|--------|
| ① 鳥居の上 | ② 海の中 | ③ 山の頂上 |
|--------|-------|--------|

国富町 樹齢300年の梅でも知られる、国富町にある天台宗の名刹「萬福寺」。では天台宗の開祖は?

- | | | |
|------|------|------|
| ① 最澄 | ② 空海 | ③ 親鸞 |
|------|------|------|

綾町 綾町にある、歩行者専用の吊り橋では日本で2番目に高い「照葉大吊橋」。高さは何m?

- | | | |
|--------|--------|--------|
| ① 102m | ② 122m | ③ 142m |
|--------|--------|--------|

高鍋町 高鍋町にある高鍋高校が、昭和29年に宮崎県最初の代表校となった大会は?

- | | | |
|--------|----------|----------|
| ① 高校野球 | ② 高校サッカー | ③ 高校ラグビー |
|--------|----------|----------|

新富町 国内産はかなり希少。平成17年から富町の農家で研究が重ねられ商品化された、現在では新富町を中心に宮崎県内で生産されている果物は?

- | | | |
|--------|-------|--------|
| ① パパイヤ | ② ライチ | ③ ドリアン |
|--------|-------|--------|

西米良村 昔から言い伝えられる村の精靈カリコボーズがモデルである、西米良村の公式キャラクターの名前は?

- | | | |
|---------|---------|---------|
| ① オイオイ君 | ② コイコイ君 | ③ ホイホイ君 |
|---------|---------|---------|

木城町 大正7年に、木城町に作られた共生農園「新しき村」。この農園を作った中心人物である作家は?

- | | | |
|-------|----------|--------|
| ① 森鷗外 | ② 武者小路実篤 | ③ 志賀直哉 |
|-------|----------|--------|

川南町 両親が川南町出身の、日本を代表する作詞家といったら誰?

- | | | |
|--------|-------|---------|
| ① 古賀政男 | ② 阿久悠 | ③ 三木たかし |
|--------|-------|---------|

都農町 都農駅に通じる道路沿いに約200本植えられている、都農町の町木といえば?

- | | | |
|--------|--------|--------|
| ① イチョウ | ② ヤマモモ | ③ サザンカ |
|--------|--------|--------|

門川町 通称は「夢人島サバイバルアーランド」。門川町門川湾に臨むキャンプも楽しめる無人島の名前は?

- | | | |
|------|------|------|
| ① 幸島 | ② 乙島 | ③ 黒島 |
|------|------|------|

諸塙村 諸塙村は、愛知県名古屋市、埼玉県蕨市と共に行事の発祥の地とされていますが、その行事とは?

- | | | |
|-------|-------|-------|
| ① 成人式 | ② 卒業式 | ③ 出初式 |
|-------|-------|-------|

椎葉村 日本の村の中で5番目に面積が広い椎葉村とほぼ同じ面積の島は?

- | | | |
|---------|--------|--------|
| ① サイパン島 | ② グアム島 | ③ ハワイ島 |
|---------|--------|--------|

美郷町 美郷町の田代神社で毎年行われる「御田祭(おんださい)」の主祭神「彦火々出見命」とは?

- | | | |
|-------|-------|--------|
| ① 山幸彦 | ② 海幸彦 | ③ 天照大神 |
|-------|-------|--------|

高千穂町 2008年に設立された、高千穂駅から高千穂鉄橋までの往復約5kmを運行している鉄道は?

- | | | |
|-----------|-------------|-----------|
| ① あまたらす鉄道 | ② このはなさくや鉄道 | ③ ささのおの鉄道 |
|-----------|-------------|-----------|

日之影町 日之影町にある、全国的に珍しい駅舎となるものが一緒になった「日之影〇〇駅」とは?

- | | | |
|----------|----------|----------|
| ① 日之影牧場駅 | ② 日之影学校駅 | ③ 日之影温泉駅 |
|----------|----------|----------|

五ヶ瀬町 次のうち、五ヶ瀬町にある、日本最南端の施設は何?

- | | | |
|----------|-------|--------|
| ① ボウリング場 | ② 競馬場 | ③ スキー場 |
|----------|-------|--------|



さらに! プレゼントゲットのチャンス!!
アンケートプレゼント



簡単なアンケートに答えて頂いた方の中から

抽選で QUOカード3,000円分を20名様にプレゼント!

■クイズ&アンケートプレゼント応募〆切 10月31日(土) ■当選者は発送をもって代えさせて頂きます。

クイズ&アンケートの回答はMRTアプリの応募フォームからとなります。アプリは、下記のQRコードからダウンロードをお願い致します。

mrtアプリ

みやざきの今を直送!
宮崎地どれの「MRTアプリ」誕生!

宮崎県内のニュースや天気、休日当番医や災害情報など、生活に密着した情報を配信!! テレビ・ラジオの番組やイベント、プレゼント情報などを随時更新!

mrt
宮崎放送

アプリダウンロードは
こちらから▶

速報はプッシュ通知でお届け!

[App Store](#)

[Google Play](#)

「いま」の宮崎の情報が
スイシイ・サクサク見られる♪
簡単! 便利! 使いやすい!

すみっこ
おじさん

COCOKARAのロゴは
山下達郎ぽいだろ。

