

暑い日々が続いていますね。

そんな暑さをぶっ飛ばす食べ物について紹介したいと思います！

## 一般社団法人 日本アイスクリーム協会

アイスクリームでみんなを笑顔に！をスローガンに  
アイスクリームのおいしさ・楽しさ・学べる喜びを  
多くの皆様に知っていただくための活動をしています。

## 一般社団法人 日本アイスマニア協会

もっと深くあいます。

すぐに溶けてしまうアイスクリームは、儂くて美しい。

わたしたちの心をギュッとつかみ、魅了する。

身近な存在なのに、アイスクリームの世界は底なしに深い。

その世界を今よりも”ちょっと”深く知ることで、もっともっと好きになる。

好きを超え、深く愛し、向き合うことで、今まで見えなかった世界が見えてくる。



## アイスクリームの種類

アイスクリームは同じように見えても、乳成分の量によって、4つに分けられます。

### アイスクリーム 乳固形分 15.0%以上 うち乳脂肪分 8.0%以上

4つの中で乳成分が1番多く含まれており、濃厚なミルクの風味が豊かに感じられます。

代表的な商品

ジャージー牛乳ソフト ハーゲンダッツ あいすまんじゅう MOW（モウ） ピノ PARM（パルム）

### アイスマルク 乳固形分 10.0%以上 うち乳脂肪分 3.0%以上

アイスクリームと比べると乳成分が少ないですが、それでも牛乳と同じくらい含んでいます。

なので、ミルクのほどよい濃さを感じられます。

代表的な商品

モナ王 ガーナスティック 雪見だいふく チョコモナカジャンボ ジャイアントコーン

### ラクトアイス 乳固形分 3.0%以上

乳成分がさらに少なく、軽くミルクを感じさせるさっぱりした味わいです。

また、乳脂肪分がかなり少ないため低カロリーに思えますが、その代わりに植物油脂が使われることがあるので、アイスクリームよりも高カロリーになってしまうものもあります。

代表的な商品

サンデーカップ しろくま 明治エッセルスーパーカップ クーリッシュ パピコ 爽（そう）

### 氷菓 上記以外のもの

乳成分がほとんどなく、果汁などを凍らせたアイスキャンディーやかき氷などがこれに当たります。

代表的な商品

ガツン、とみかん サクレレモン アイスボックス あずきバー アイスの実 ガリガリ君

このように、アイスクリームにもいろいろな種類があり、意外な商品がアイスマルクや、ラクトアイスだったりします。個人的にすごく意外だったのが、明治エッセルスーパーカップがラクトアイスだということです。

## 世界各国の1人当り年間消費量

日本は17位で年間6.5リッターのうち小売店からの購入は5.8リッター

外食は0.7リッターとなっていて小売店が圧倒的に多いです

（ユーロモニター社調査より抜粋）。

### アイス総選挙

1位は明治エッセルスーパーカップ超バナラ

2位はジャイアントコーン、3位はチョコモナカジャンボ、4位は雪見だいふく、

5位はスーパーカップ チョコクッキー、6位はガリガリ君ソーダ、7位はPARMチョコレート、8位はアイスの実濃いぶどう、9位はピノ、10位は爽バナラ

（テレビ朝日アイス総選挙2018より）

アイス総選挙の結果を見ても小売店から購入できる物が多かったです。

# らーめん回

暑い時こそラーメン!! というわけで気楽に行けるお店と+1をご紹介します



鶏白湯ラーメン 自由が丘蔭山 あべのQ's モール店  
大阪市阿倍野区阿倍野筋 1-6-1 あべのキューズモール 4F  
11:00~23:00 日曜営業 不定休 TEL 06-6567-8584  
「名物鶏白湯塩そば」は業界最高権威ラーメン大賞  
《鶏白湯部門》三年連続一位獲得。  
半分食べたところでレモンを搾り入れると  
味を変えて楽しめるのだそう。

来来亭 生野巽店

大阪府大阪市生野区巽東 1-15-21

TEL: 06-6752-7166

営業時間:11:00~0:00

オススメ:葱ラーメン 税込 907 円

数量限定のメニューで麺の上にネギがたっぷりと乗せられています。

ネギ好きの人にはオススメのラーメンで、

トッピングで刻みネギ (税込 108 円) も追加できます。



**葱ラーメン 840円**  
(税込907円)  
通常ラーメン定食に  
+220円(税込237円)で  
変更できます。



肉太郎 梅田第3ビル店

大阪府大阪市北区梅田 1-1-3 大阪駅前第3ビル B1F

(土)11:00~17:00(L.O16:45) (日)11:00~16:00(L.O15:45)

(月)~(金)11:00~22:00(L.O21:45) TEL 050-5589-2617

ノーマルな肉醤油ラーメンは 580 円とお手頃価格な上、

平日 15 時までと土日は替え玉 1 玉無料だったりもします。

写真は冷やし肉醤油ラーメンの大盛(700 円)、替え玉できませんが、  
お腹の底からキンキンに冷えるので暑い夏にオススメです!!

広島つけ麺ばくだん屋

広島駅新幹線口店 11:00~22:00 (L.O21:30)

中華麺・チャーシューなどと共に、キャベツなどの茹で野菜や  
ゆで卵が具材として添えられているのが特徴。

しょうゆベースのつけだれに唐辛子・ラー油・酢・ごまなどの入った  
辛口(激辛)のたれが基本となっています。

広島に行かれたら是非一度お試しを…

番外編

