

みんなで国スポ・障スポ応援しよ!



広報ボランティアとして活躍中!
青森県立木造高等学校3年生の皆さん



木造高等学校3年生の9名が、2026年開催の青の煌(きら)めきあおもり国スポ・障スポの広報ボランティアとなり、「青の煌(きら)めきダンス」の普及や、PRキャラバンとしてイベント会場での広報活動を行っています。大会の公式SNSでは、ダンスを披露するショート動画を掲載していますので、ぜひチェックしてください!

県では、このようにボランティアとして大会を支える煌メイトを募集しています。

国スポを通して
青森に貢献したいと思い、
活動に参加しました!



この活動を通して
多くのスポーツに触れ、
笑顔でたくさんの方と
交流していきます!



ダンス
動画は
こちら

【お問い合わせ先】

青の煌(きら)めき
あおもり国スポ・障スポ実行委員会事務局
☎017-734-9184



公式
HPは
こちら

煌メイト
とは?

選手やそのチームメイト、ボランティアや県民運動に参加する方々など、国スポ・障スポに向けて「煌めいている」全ての人たちを「煌メイト」と総称しています。

リビ確定!

地元の素材で感動レシピ♥

#あおもり 料理部



【今回の県産素材】

野辺地葉つきこかぶ

#農家さん直伝! 一番おいしい食べ方

野辺地葉つきこかぶの天ぷら



178
kcal

塩分
0g※

約10分

※添え塩を含まない

材料(1人分)

- ・こかぶ…1個
- ・天ぷら衣 ※目安の量
- ・天ぷら粉…大さじ1.5
- ・水…大さじ1.5
- ・揚げ油、塩…適宜

作り方

皮付きのまま、縦1/4に切ったこかぶを天ぷら衣にくぐらせ、160~170℃の揚げ油でじっくり揚げて、お好みで塩を添える。

ジュワッと熱々。
かぶの甘さがおいしい!



生産者

野辺地葉つきこかぶ農家
村山 玲央さん(野辺地町)

#ゆうさんの タイパレレシピ

※タイパ…タイムパフォーマンスの略

野辺地葉つきこかぶの イタリアン風

材料(1人分)

- ・こかぶ…1個
- ・イタリアンハーブ
ソルト…少々
- ・オリーブオイル…適宜

作り方

こかぶを皮付きのまま薄切りにし、茎は5mmの小口切りに。イタリアンハーブソルトを振り、オリーブオイルをかければ出来上がり。

あっという間に
オシャレなおかず!



65
kcal

塩分
0.2g

約3分

レシピ監修

自宅れすとらん「こんみど」
主宰 尾崎 優さん

NEWS!

「県民だよりあおもり」がリニューアル!

青森県の未来をつくる新時代広報マガジン



AOMORI MAG(あおもりマガジン)、略して「あomag」。お茶でも飲みながら気軽にお読みください。

あomagって
呼んでください!

POINT 1

よりわかりやすい紙面に

イラストや写真を多く取り入れ、県からの最新情報をわかりやすくお伝えします。文字の大きさも、さまざまな世代の方が読みやすいサイズに!

ここが変わった!
新時代マガジン

POINT 2 サイズ

タブロイド判から、より手に取りやすいA4判へ!